

Proyecto: Alimentación Saludable

ABPC

JARDIN DE NIÑOS:	C.C.T.:	GRUPO:	FECHA:	Profa.
PROPÓSITO				
Concientizar a las madres de familia a cambiar su hábitos alimenticios, enfatizándoles que una Alimentación Saludable ayuda a mantener una buena salud, ya que con ella podemos prevenir enfermedades no transmisibles como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Un cuerpo sano siempre debe estar acompañado de una buena alimentación del consumo de alimentos de buena calidad que satisfagan las necesidades de energía y nutrientes del organismo.				
PROBLEMÁTICA GENERAL				
Se ha observado malos hábitos alimenticios en los niños y niñas dentro del plantel, principalmente a la hora del almuerzo, ya que se observa muy marcada bajo consumo de frutas y verduras, y el alto consumo de refrescos y jugos comerciales, que son un riesgo para el desarrollo de su salud, con riesgos graves al retardo del crecimiento o desnutrición, mismo que se pueden ver acompañados de alteraciones emocionales que comprometen el normal desempeño escolar en algunos niños.				
CAMPOS FORMATIVOS	Lenguajes	Saberes y pensamiento científico	Ética, Naturales y Sociedades	De lo humano y lo comunitario
CONTENIDO	Producciones gráficas dirigidas a diversos destinatarios y diversos destinatarios, para establecer vínculos sociales y acercarse a la cultura escrita.	Saberes familiares y comunitarios que resuelven situaciones y necesidades en el hogar y la comunidad.	Transformación responsable del entorno al satisfacer necesidades básicas de alimentación, vestido y vivienda.	Cuidado de la salud personal y colectiva, al llevar a cabo acciones de higiene, limpieza, y actividad física, desde los saberes prácticos de la comunidad y la información científica.
PROCESOS DE DESARROLLO DE APRENDIZAJE	Nivel I			
	Elabora producciones gráficas (mensajes, avisos, recados, entre otros) con marcas propias, dibujos o por medio del dictado, para informar algo a diferentes personas.	Comparte algunos saberes familiares con sus pares y descubre similitudes con los de otras familias.	Asocia los alimentos que consume, con los animales o plantas de los que provienen y evita el desperdicio.	Reconoce los beneficios que la actividad física, la alimentación y los hábitos de higiene personal y limpieza aporten al cuidado de la salud.

PROCESOS DE DESARROLLO DE APRENDIZAJE	Nivel II			
	Produce textos o mensajes de interés, con formas gráficas personales, copiando textos o dictando a alguien, con distintas propósitos y destinatarios.	Reconoce que los saberes familiares se comparten, modifican y enriquecen entre las personas de una comunidad.	Reconoce que todas las personas tienen necesidades básicas, como la alimentación, el vestido y la vivienda, y que estas se satisfacen con recursos de la naturaleza, como el agua simple potable para beber, frutas y verduras para comer, el algodón, la seda y el lino para hacer algunas prendas de ropa.	Busca con ayuda, información en diversas fuentes científicas acerca de las acciones que estén a su alcance, para el cuidado de la salud personal y colectiva, y las pone en práctica.
	Planifica producciones gráficas, tales como avisos, recomendaciones de libros, recados, letreros, entre otros, de forma individual o en pequeños equipos.	Propone algunos saberes familiares y comunitarios, para resolver necesidades y situaciones en su hogar, escuela y comunidad.	Asocia los recursos naturales de donde provienen algunos alimentos y explica con sus palabras, cómo cambia la naturaleza al obtenerlos y producirlos, así como al elaborar o fabricar prendas de vestir.	Reconoce algunos factores que permiten conservar la salud y los que la perjudican.
EJES ARTICULADORES	INCLUSIÓN	PENSAMIENTO CRÍTICO	INTERCULTURALIDAD CRÍTICA	VIDA SALUDABLE
RECURSOS:			ESPACIOS:	ORGANIZACIÓN:
PROYECTOR, COMPUTADORA, BOCINA, VIDEOS, PAPEL BOND, CARTÓN, PINTURAS, COLORES, RESISTOL, LAPIZ, HOJAS BLANCAS, MARCADORES, CARTULINA, FICHAS, IMÁGENES ILUSTRATIVAS, RETRO.			Aula, patio, áreas de la escuela.	Grupal (X) Equipo () Individual (X) Otro _____

ACTIVIDADES PERMANENTES	Durante este periodo continuaremos trabajando también con los protocolos de higiene, tratando de cuidarnos y adaptarnos a los nuevos requerimientos ☐ Asistencia diaria ☐ Lavado de manos ☐ Refrigerio ☐ Recreo ☐ Pausas activas ☐ Educación física ☐ Educación artística ☐ Saludo Bienvenida/Despedida
EVALUACIÓN FORMATIVA	➤ Entrevistas ➤ Expediente personal ➤ Registro de observación ➤ Evaluación escrita ➤ Productos ➤ Rúbricas ➤ Diario de trabajo
AJUSTES/ MODIFICACIONES/ REUNIONES/ CONMEMORACIONES CÍVICAS O CULTURALES.	

Metodología: Aprendizaje Basado en Proyecto Comunitarios	
Fase 1. Planeación	Momento 1. Identificación
Se reúne a la madres de familia y se les da a conocer nuestro proyecto con la finalidad de concientizar en el consumo de ciertos alimentos saludables y la importancia de estos en el inicio de su desarrollo infantil, así como de algunas actividades en las que se les pedirá su participación. En este es el momento les planteo a los niños la reflexión inicial que dará pie a nuestro proyecto, para introducirlos les contaré la siguiente experiencia: Ayer antes de tomar la urban para venirme al pueblito de Hujalín, pase por el mercado de Tierra Colorada, tenía mucha hambre había muchos puestos, de pronto vi un puesto con muchos dulces y caramelos, a un lado estaba un puesto de verduras y de frutas sólo llevaba \$10 así que decidí comprarme una paleta, después de contarle a los niños mi experiencia les pediré que comentemos si lo que hice pues lo correcto y les preguntaré, ¿ustedes que hubieran comprado con sus \$10?, ¿fruta, verdura o un dulce como yo?, comentaremos sus ideas. ☐ Posteriormente les diré que voy a mostrarles una imagen y que ellos me ayudaran a decirme que observan. (ya que en las sugerencias mencionan que de acuerdo con la edad de los alumnos se sugiere usar una imagen o una lectura breve acompañada de preguntas detonantes que permitan situar el escenario en el contexto cotidiano de los alumnos.) ☐ Después de comentar sus ideas les mencionaré que vamos a conocer un poco de ese lugar en el siguiente video https://youtu.be/vRq2tqfLA6M después de verlo comentare con el grupo a través de las siguientes preguntas: ☐ ¿Sus mami's que compran en el tianguis o mercado? ☐ ¿Qué frutas o verduras compran en ese lugar? ☐ ¿Comentaremos sus respuestas y tratare de orientarlas hacia el consumo de frutas y verduras. ☐ Les mencionaré que vamos a observar durante el desayuno lo que les trajeron de comer. ☐ Realizaremos el registro en el pizarrón de los alimentos que trajeron los niños, después despediré que comenten si sus desayunos son iguales o son diferentes y que digan por qué lo son? ☐ Finalmente comentaré al grupo que vamos hacer un picnic dentro de la escuela.	
Momento 2. Recuperación	
➤ ¿qué comen? ¿Cuántas veces al día comen? ➤ ¿Cuál es la comida que más les gusta? ➤ ¿Saben que es una comida saludable? ➤ ¿Qué alimentos son importantes para crecer sanos? ➤ ¿Por qué es importante tener una buena alimentación? ➤ ¿De dónde provienen los alimentos? ¿cómo podemos clasificarlos? ¿Qué podemos saber de los alimentos a través de nuestros sentidos? ➤ ¿Saben qué es la comida chatarra? ➤ ¿Saben que es el plato del bien comer y la jarra del bien beber? ¿saben quien es un chef? ¿cuál es su función?	

Momento 3. Planificación

- ☐ Conversaremos para saber las ideas previas de los niños sobre los alimentos, detectar necesidades, intereses, falta de buenos hábitos alimentario
- ☐ Realizar con padres de familia y alumnos el plato del bien comer, la jarra del bien beber, el Tren, Semaforo y Piramide de Nutrición con materiales creativos.
- ☐ Realizar recetas de cocina de comida saludable con los peke chefs de la nutrición
- ☐ Jugaremos a la gallinita ciega para adivinar por medio de nuestros sentidos
- ☐ (tacto, gusto y olfato) los nombres de las frutas sorpresas.
- ☐ Clasificación de alimentos chatarra y saludables
- ☐ Sembrar frutos en nuestro huerto para conocer más sobre su desarrollo y proceso de crecimiento
- ☐ Lotería de frutas y verduras
- ☐ Elaboración de entrevistas y folletos sobre los distintos tipos de alimentos que se producen en su comunidad.
- ☐ Campaña para promover el consumo de alimentos saludables
- ☐ Ordeñar una vaquita de cartón con leche real
- ☐ Realizar una visita a casa de alguna señora que elabore de queso artesanal.
- ☐ Organiza con apoyo de las familias un pic-nic con alimentos nutritivos que deberán preparar con anticipación siguiendo normas de higiene (en Convivencia que cada familia describa cómo eligió y preparó su platillo)
- ☐ Siembre de algún fruto de su elección en nuestro Jardín.
- ☐ Ronda frutas y verduras.
- ☐ Plática a padres de familia y alumnos con enfermeros del centro de salud del poblado de Amatepec sobre los beneficios de comer sanamente.

Momento 4. Acercamiento

- ☐ Ideas previas de los niños sobre los alimentos
- ☐ Por medio de nuestros sentidos (tacto, gusto y olfato) adivinaremos los nombres de las frutas sorpresas (elaboradas con fieltro)
- ☐ Elaboración de entrevistas y folletos sobre los distintos tipos de alimentos que se producen en su comunidad.
- ☐ Realizar una visita a casa de alguna señora que elabore de queso artesanal.
- ☐ Elaboración del Tren de Nutrición (con el apoyo de las mamás elaborarlo en cartón)

Momento 5.- Comprensión y Producción.

- ☐ Realizar recetas de cocina de comida saludable con los peke chefs de la nutrición
- ☐ Lotería de frutas y verduras
- ☐ Campaña para promover el consumo de alimentos saludables (colocar en el comedor el plato del buen comer y la jarra del buen beber)
- ☐ Ordeñar una vaquita de cartón con leche real

Momento 6. Reconocimiento

- ☐ Observación
- ☐ Elaboración de menús divertidos y nutritivos
- ☐ Elaboración del Semaforo de Nutrición

Momento 7. Concreción	
☐ Plática a padres de familia y alumnos con personal del centro de salud del poblado mas cercano sobre los beneficios de comer sanamente ☐ Organiza con apoyo de las familias un pic-nic con alimentos nutritivos.	
FASE 3. Intervención.	Momento 8. Integración.
☐ Siembra de algún fruto de su elección nuestro jardín. ☐ Juego de lotería de frutas y verduras ☐ Ronda frutas y verduras. ☐ Piramide de Nutrición (esta será elaborada por cada mamá al termino de nuestro proyecto)	
Momento 9. Difusión	
☐ Clasificación de alimentos chatarra y saludables ☐ Pic-nic de alimentos saludable	
Momento 10. Consideraciones	
☐ Entrevistas ☐ Observaciones ☐ Rubrica ☐ Portafolio de evidencias	
Momento 1. Avances	
☐ Reflexión de hábitos alimenticios ☐ Registro de evidencias ☐ Cambio de actitud y disponibilidad ☐ Exposición de los trabajos elaborados durante el proyecto.	