

“Título del proyecto” MIS ALIMENTOS SON SALUDABLES	
Datos de la escuela: Jardin de niños “Patria” Clave: 31EJN0028E ZONA: 046 Mèrida Yucatàn	
Características del contexto comunitario La escuela esta situada en el centro de Mèrida, es de organizaciòn completa conformada por una directora, cuatro docentes, dos intendentes, un maestro de educaciòn fisica y una mestra de USAEP. Cuenta con un salòn de primero, de segundo y dos de tercero, tambièn con un salòn de usos multiples, un domo, un baño de niñas y uno de niño, una direcciòn y una bodega. Las aulas estàn equipadas con sus mesas y sillas, ventiladores, una pizarra y un escritorio. En cuanto a sus servicios podemos encontrar agua potable, luz electrica y recolecciòn de basura. Hay un aproximado de 100 niños. Asisten niños de diferentes colonias, unos vienen desde lejos y otros viven cerca del centro, varios han comentado que para llegar a la esucela deben alguna tomar combi o peceros. El nivel economico es variado se encuentra entre el bajo y el medio. Cabe mencionar que hay padres de familia que cuentan con una profesiòn, otros con carrera trunca y otros sin alguna licenciatura, entre los trabajos de los padres de los alumnos podemos encontrar albañiles, maestros, panaderos, restauranteros, obreros, ingenieros, etc.	
Descripciòn breve del problema seleccionado (Que esta pasando, a quines afecta y como y porque esta sucediendo) Se ha observado que los niños y niñas la mayoría trae desayunos que no son nada nutritivos, podemos encontrar desayunos como son salchichas, hot cakes, yogures, danones, galletas, panes, quesadillas, banderillas, jugos de cajita, refrescos, entre otros màs. Son productos que tienen un alto contenido en azùcar, sodio, grasas, colorantes otros y quimicos en los ingredientes, por lo que no es nada saludable y puede repercutir en su salud màs adelante. Esto repercute porque muchas de las mamàs se les hace màs facil comprar el desayuno ya hecho y asimismo van ganando màs tiempo, sin	

embargo, no tienen una información útil sobre las causas y consecuencias en consumir alimentos que no son nada nutritivos y que a la larga puede llegar a costarles la salud. Se han hecho varios estudios en donde los ingredientes de los alimentos procesados pueden causar, diabetes, cancer, obesidad, etc. Es ahí donde se reconoce actuar lo más pronto posible para evitar las enfermedades. Vemos que se ha quedado atrás la importancia de alimentarse sanamente sobre todo la conciencia.

Características de los estudiantes

Son niños de entre 3 a 5 años la mayoría, uno que otro ahí tiene 6 años pero no más, mayormente cada grupo se conforma de entre 25 a 30 niños aproximadamente. La mayoría suele consumir productos procesados uno que otro trae alguna frutita y jugo natural. Algunos padecen de alguna discapacidad, de autismo, de lento aprendizaje. Mayormente se ha observado que los traen por su mamá, abuela, abuelo y muy pocas veces el papá. Podemos encontrar a niños que vienen de padres disfuncionales. Cabe mencionar que podemos encontrar desde amas de casa y otros que trabajan en alguna tienda.

Elementos curriculares (perfil de egreso, ejes articuladores, campos formativos, disciplina (s), contenidos, PDA, metodología.

Perfil de egreso

Se perciben a sí mismas y a sí mismos como parte de la naturaleza, conscientes del momento que viven en su ciclo de vida y la importancia de entender que el medio ambiente y su vida personal son parte de la misma trama, por lo que entienden la prioridad de relacionar el cuidado de su alimentación, su salud física, mental, sexual y reproductiva con la salud planetaria desde una visión sustentable y compatible.

Campo formativo

De lo Humano y Comunitario

PDA

Reconoce, en las costumbres familiares, la preparación y consumo de alimentos y bebidas, e identifica los que son saludables y los que ponen en riesgo la salud.

Contenido

Consumo de alimentos y bebidas que benefician la salud, de acuerdo con los contextos socioculturales.

Metodologia

Aprendizaje basado en proyectos comunitarios transformadores

Evidencias de aprendizaje, parciales y final

Se tomarà fotos, videos, se observará los alimentos que los niños estan consumiendo, se recolectará las actividades que hicieron.

Recursos materiales

Videos, proyector, sonido, imágenes, carteles y otros materiales de papelería.

Evaluación (citar algunos indicadores y mencionar los instrumentos de evaluación que se utilizarán).

Se utilizará la observación y se registrará quien esta cumpliendo con lo establecido y a quien se le esta dificultando, mediante una rúbrica.

Organización de las estrategias y actividades de aprendizaje en:**Fase 1 (momentos 1, 2 y 3)****Identificación**

Observar que alimentos consumen los niños, cuestionarles acerca si conocen cuales son los alimentos nutritivos y buenos, también cuales son los alimentos dañinos que deben evitar consumirse. A partir de aquello obtenido se formulará un cuestionario en donde se le entregará a cada padre de familia sobre que tipos de alimentos se consume en su hogar y cuales son las más frecuentes.

Recuperacion

Indagar si los alumnos saben el tipo de alimentos que están consumiendo y saber si ellos lo pueden clasificar o notar, cuestionar lo siguiente ¿que alimentos suelen consumir mayormente? ¿qué es lo les gusta comer y beber más? ¿conocen que son los alimentos nutritivos y cuales son los dañinos?

Se explicará la importancia de consumir y elegir alimentos que fortalezcan al cuerpo y también se les hablará de las cuales son las consecuencias de consumir alimentos procesados y cuales son, además que es lo que contiene.

Planificaciòn

Se gestionarà la invitaciòn de una nutriòloga, un doctor del centro de salud de la comunidad, se gestionarà en la independencia correspondiente del gobierno que traiga al jardin un teatro guiñol que hable sobre la importancia de consumir alimentos saludables asi como tambièn actividades de demostraciòn, etc. Por otro lado se invitarà a un chef para que muestre distintas preparaciones de alimentos que se pueden consumir de manera saludable. Tambièn se pretende invitar al maestro de educaciòn fisica para que de algunos tips del consumo saludable y de los ejercicios. Asimismo se invitarà a los padres de familia a estar presentes en cada evento y a los vecinos. (seràn talleres, plàticas, etc.)

Se les pondrà a los niños unos videos que habla sobre la importancia de consumir frutas y verduras, asi como tambièn cuales son sus beneficios. Tambièn se pondrà otro video donde se muestren los daños que pueden causar en nuestro cuerpo si consumimos refrescos, galletas, panes, jugos, etc.

Se realizará junto con los niños el plato del buen comer y la jarra del buen beber, asimismo se pedirà que el producto que se realice la coloquen en la parte de su cocina.

Se llevará de visita a los alumnos y padres de familia a un huerto de la comunidad, donde se les enseñará los productos saludables que deben consumir y como pueden reproducirla en su patio para aprovecharla, asimismo como trabajar el producto. (esto servirá para que los niños y padres de familia tomen conciencia y vean la importancia de generar alimentos sanos).

Se haràn actividades donde los alumnos reconozcan y clasifiquen cada alimento, asi como tambièn reconozcan y expresen como deben de comer. (brochetas de frutas, ensalada de verduras, ejercicios, videos, etc.)

Se realizará una exposiciòn de platillo divertido que hicieron en casa (consisite en que los niños con apoyo de la familia elaboren un platillo con alimentos saludables lo

expongan con alumnos y padres de familia).

Fase 2 (momentos 4, 5, 6, 7, 8) acercamiento

Acercamiento

Platicar con los alumnos sobre la importancia de cuidar nuestra salud en lo que comemos, motivar a los alumnos a que comiencen a consumir desayunos saludables, darles una sugerencia de que se podría traer para consumir.

Hacer que los niños participen y expresen lo que han aprendido sobre la alimentación.

Motivar a los padres de familia a cambiar su rutina de alimentación por una más saludable en donde mezclen las frutas y verduras, agua y jugos naturales, darles por parte de la nutrióloga una guía de desayunos nutritivos para enseñarles a consumir en el hogar y fuera del hogar.

Se contará con la presencia de una persona longeva que mencionará que es lo que se consumía antiguamente y porque vivían más tiempos y los tipos de alimentos que preparaban.

Comprensión y producción

Se llevará una plática con los padres de familia donde se les dirá que sus hijos crearán un menú y la importancia de apoyarlos para la realización, así como también tomen conciencia de practicar en el hogar la comida saludable, beber agua o tomar jugos naturales en lugar de refrescos.

Hacer un menú propio con los alumnos, en donde ellos mezclarán frutas, verduras, jugos naturales que puedan consumir y combinar con algún otro alimento, asimismo de acuerdo al menú los alumnos podrán elegir como quieren traer su desayuno y esta le será solicitada al padre de familia.

Reconocimiento

Análisis sobre lo que se ha logrado, asimismo se cuestionará lo siguiente; ¿qué han

aprendido? ¿cómo debemos cuidar nuestra salud? ¿qué pasa si consumimos alimentos procesados o dañinos? ¿qué están consumiendo en su hogar?

Con base a estos planteamientos observar y escuchar los alumnos han cambiando sus hábitos alimenticios.

Concreción

Se organizará un evento en donde se invite a los padres de familia y vecinos a que asistan a una muestra de comidas saludables y los niños hablen de la importancia del comer sanamente, así como sus consecuencias.

Integración

Retroalimentación de todo lo aprendido en cuestión de la salud. Se hará un cartel en donde estará dividido en dos partes que se clasificarán en alimentos nutritivos y alimentos nada saludables, donde los pequeños lo clasificarán mediante imágenes. Al término se le entregará una hoja en donde dibujen los alimentos que han estado consumiendo en su hogar y en la escuela, sucesivamente se pedirá la participación de algunos para que pasen a exponer sus trabajos. Al término los que no pudieron participar se les cuestionará con algunas preguntas sobre su alimentación.

Fase 3 (momentos 9, 10, 11)

Mencionar tiempos

Difusión

Se llevará a cabo un desfile para la comunidad donde los niños llevarán carteles, disfraces, banderas, de la alimentación saludable, asimismo al término del desfile se irá al palacio municipal y ahí una nutrióloga hablará sobre la importancia de no consumir alimentos procesados y consumir alimentos saludables, así como daños y beneficios. Asimismo se contará con la presencia de una persona longeva que mencionará que es lo que se consumía antiguamente y porque vivían más tiempos y los tipos de alimentos que preparaban.

Se pondrá un stand de alimentos saludables, entre ellos cóctel de frutas, verduras,

jugos naturales, caldos saludables, postres saludables, productos como la miel sus beneficios, entre otros alimentos más. Asimismo las personas podrán degustarlo si así desean. Cada muestra incluirá su menú y como esta elaborada.

Habrà también un àrea de juegos como son loterías y rompecabezas de alimentos saludables donde la comunidad pueda pasar a participar y ganarse un pequeño premio.

Consideraciones

Se compartiràn resultados tanto los padres de familia, alumnos y docentes, los niños expresarán lo que más les gusto y lo que han aprendido, asimismo motivarles a que este proyecto continúe en casa y en la escuela con desayunos saludables.

Avances

Diseñar un plan para contuar con el proyecto de la laimentaciòn saludable, asimismo tomar en cuenta a la comunidad en general.

Instrumentos de evaluación (descripción y, si posee ejemplos concretos, anexarlos al final de este formato)

Se utilizarà una rùbrica para evaluar su aplicaciòn, conocimientos y aprendizajes se categorizaran: con frecuncia, algunas veces, rara vez y nunca.

ELABORÒ: L.E.P. SANDY DANI MUT CANCHE