

Proyecto de Transformación de la Práctica del Módulo 2 (PTP segunda parte)

Descripción del contexto educativo

Contexto cultural de la comunidad educativa:

X´Catzín, Yucatán es una comunidad ubicada muy cerca del municipio de Chemax. La alimentación es muy diversa, debido a que la gastronomía maya es muy rica, pero también se puede notar la escasez de platillos con una dieta equilibrada. A pesar de tener pocos habitantes, ésta cuenta con deficiencias nutricionales, debido a la vida agitada actual. La actividad se llevó a cabo con alumnos pertenecientes a la fase 5 de la educación primaria, cada uno con familias diferentes en costumbres y hábitos.

Desafíos culturales identificados:

Con la falta de una alimentación adecuada, los estudiantes se topan con la necesidad de consumir productos nocivos para su salud, si bien no pueden medir estas consecuencias en un futuro inmediato, si se verá reflejado a largo plazo. Otro desafío al que nos enfrentamos es el hecho de que los alumnos y sus familias se dejan llevar por los anuncios en medios electrónicos, los cuales bombardean con alimentos que poseen sellos con excesos calóricos, azúcar y sodio.

Otro aspecto importante por mencionar es que por naturaleza la gastronomía yucateca cuenta con alimentos que poseen exceso de aceites, manteca o harina, antojitos fritos que los estudiantes y la comunidad en general consumen porque es lo tradicional, como los panuchos, salbutes, empanadas, tamales, entre otros platillos.

La mayoría de las personas de la comunidad consumen sopa nissin diariamente o de manera ocasional, lo que trae consigo una alimentación inadecuada para todos ellos. Pues las frutas y las verduras no forman parte de su día a día.

Elementos de interculturalidad en la problemática seleccionada

Problemática seleccionada: **Falta de hábitos saludables y la proliferación de alimentos procesados.**

Justificación de la relevancia:

Este tema fue elegido porque la alimentación representa uno de los aspectos fundamentales por la cual podemos preservar nuestra salud. Dejarnos llevar por el consumo de productos procesados, que no aporten los nutrimentos suficientes o que no se encuentren en equilibrio con el plato del bien comer, representa problemas de salud que serán el pan de cada día en un corto o largo plazo. Debido a la alimentación deficiente se pueden desencadenar enfermedades como la diabetes, colesterol, triglicéridos, presión alta, obesidad y daño en órganos internos.

Selección de la problemática socio científica

Integración de saberes culturales:

Los saberes culturales que se ostentan en la comunidad son las creencias y perspectivas del lugar. X'Catzín cuenta con diversos saberes acerca del dilema seleccionado. Para las personas adultas o de la tercera edad en la comunidad, la alimentación sana es la tradicional. El uso de plantas que se encuentran en la localidad, pueden ser de gran ayuda, para acompañar algunos alimentos, como la chaya que es una hoja que se suele utilizar en la preparación de platillos. Los habitantes que trabajan como campesinos sembrando en sus terrenos, pudiendo vender sus productos o usarlos para el consumo familiar.

Relación entre saberes culturales y conocimientos científicos:

Los saberes culturales los podemos contrastar con los conocimientos científicos, pues es necesario comprobar que mucho de lo que se adquiere en la comunidad se puede sustentar en el conocimiento científico. Sobre el dilema planteado se tienen ciertos conocimientos como: la ingesta de calorías de los platillos tradicionales, la manera en cómo se cosechan ciertos alimentos, la estación del año en la que se puede cultivar y

cosechar cierto vegetal o planta, el tratamiento de la tierra para obtener un buen alimento, entre otras.

Contenidos y PDA por campo formativo relacionado

Campo	Elementos por integrar
Saberes y pensamiento científico	<p>Contenidos</p> <p>Alimentación saludable: características de la dieta correcta, costumbres de la comunidad, riesgo del consumo de alimentos ultraprocesados, y acciones para mejorar la alimentación.</p>
	<p>PDA</p> <p>Indaga posibles riesgos de los hábitos de alimentación personales y familiares, como la diabetes, hipertensión, colesterol elevado, entre otros; propone posibles cambios en su alimentación a partir de las alternativas que están disponibles en su localidad y en las prácticas de higiene relacionadas con la preparación y consumo de alimentos.</p>
Lenguajes	<p>Contenidos</p> <p>Elabora una lista de alimentos de lo que se consume en una semana.</p>
	<p>PDA</p>

	Describe de dónde provienen y cómo se producen o procesan los alimentos que consume y los beneficios nutrimentales que estos tienen; diseña distintos menús basados en las características de la dieta correcta.
Ética, naturaleza y sociedades	Contenidos
	PDA
De lo humano y lo comunitario	Contenidos Preferencias de alimentos en la comunidad.
	PDA Comprende que su alimentación está relacionada con las costumbres de la familia y los productos de consumo disponibles en su comunidad.
<p>Esbozo didáctico</p> <p>Problematización del contexto socioeducativo:</p> <p><i>Propósito:</i> Conocer los nutrientes de los alimentos que se consiguen en su comunidad. Asociar colores a cada tipo de alimento y así poder aprender a combinarlos para crear menús.</p> <p><i>Actividades:</i></p> <p>-Comentar con los alumnos sobre los hábitos alimenticios.</p>	

-Preguntar si consideran que los alimentos que consumen son saludables o poco saludables.

-Pedir que comenten si saben en lo que les ayuda cada alimento que consumen.

-Presentar a los alumnos el propósito del proyecto “¡Un menú saludable!”.

Contextualización e identificación de saberes y experiencias docentes

Propósito: Relacionar los saberes culturales de la comunidad con los conocimientos científicos sobre la alimentación.

Actividades:

-En comunidad, organizar un diálogo sobre la lectura del tema de la alimentación.

-Indicar a los alumnos que, de forma individual deberán elaborar una lista de los alimentos que consumen con mayor frecuencia durante una semana en el recreo escolar.

-Solicitar que escriban en su cuaderno una tabla donde registren y elaboren una gráfica.

Gestión y cocreación del conocimiento

Propósito: Diseñar estrategias que permitan integrar perspectivas diversas y construir argumentos informados sobre la alimentación.

Actividades:

-Presentar a los alumnos algunos ejemplos de alimentos saludables.

-Pedir que identifiquen y comenten aquellos alimentos que consideran saludables.

-Solicitar que comparen los alimentos seleccionados con la alimentación que ellos llevan.

Trabajo colaborativo y codiseño

Propósito: Promover el trabajo en equipo para consolidar las propuestas y estrategias de argumentación.

Actividades:

- Pedir que tracen un círculo en el cartón que trajeron.
- Dar la explicación a los alumnos sobre cómo trazar un círculo con el compás.
- Solicitar que dibujen los alimentos que consumen en su casa o escuela, que los coloreen y los recorten.
- Después pedir que clasifiquen los alimentos por colores para pegarlos en el círculo que trazaron.
- Presentar a los alumnos información sobre los beneficios que aporta cada alimento según su color.
- Apoyar a los alumnos para que anoten las vitaminas y minerales que aportan en mayor proporción cada alimento, según su color, en el cartel.

Diseño de intervención educativa

Propósito: Elaboración de una planeación didáctica que integre los aprendizajes sobre el dilema y la práctica docente.

Actividades:

- Comentar con los alumnos sobre los hábitos alimenticios.
- Preguntar si consideran que los alimentos que consumen son saludables o poco saludables.
- Pedir que comenten si saben en lo que les ayuda cada alimento que consumen.
- Presentar a los alumnos el propósito del proyecto “¡Un menú saludable!”
- Indicar a los alumnos que, de forma individual deberán elaborar una lista de los alimentos que consumen con mayor frecuencia durante una semana en el recreo escolar.
- Consultar el libro “Nuestros saberes: libro para alumnos, maestros y familia” (p.78) con el fin de conocer más sobre el tema de las gráficas de barras.

-Después de analizar la información, apoyar a los alumnos para que elaboren una gráfica con las frecuencias relativas de los colores de los alimentos.

-Solicitar que coloquen todos los elementos de la gráfica como el título, los ejes o categorías.

Socialización del proceso, los productos y los procesos formativos

Propósito: Compartir con el grupo los aprendizajes, reflexiones y productos del proceso didáctico.

Actividades:

-Organizar a los alumnos en comunidades para hacer el menú saludable.

-Al finalizar la presentación, hacer la degustación de los platillos.

-Pedir a los alumnos que escriban en su cuaderno lo que más les gustó al elaborar menús saludables y también los platillos que consideren más saludables de los presentados por los alumnos.

Estrategia didáctica: *Indagación científica y saberes locales.* Los alumnos trabajan con problemas locales, aplicando métodos propios de las disciplinas científicas y los saberes comunitarios.

-Trabajar el apartado “Socializamos y aplicamos” de las páginas 167-169 del libro Proyectos del Aula.

-Comentar que crearán menús saludables.

-Recordar lo aprendido en sesiones anteriores.

-Trabajar el punto 1 de la página 167 del libro.

-Solicitar a los alumnos el material encargado de tarea (hojas y colores).

-Organizar a los alumnos en comunidades para hacer el menú saludable.

-Al finalizar el menú, pedir a los alumnos que compartan su “Menú de nuestra tierra” y expliquen en qué consisten los platillos saludables que eligieron para cada comida.

-Al finalizar la presentación, hacer la degustación de los platillos.

-Por último, pedir a los alumnos que escriban en su cuaderno lo que más les gustó al elaborar menús saludables y también los platillos que consideren más saludables de los presentados por los alumnos.

EVALUACIÓN: -Presenta platillos saludables de su localidad.

Docente: Dorian Karel García Fernández.

