

Proyecto de Transformación de la Práctica del Módulo 1

Dilema socio científico:		"¿Qué pasaría si somos lo que comemos?"
Problemática relacionada:	Alimentación sana: los alumnos poseen una dieta basada en comida rápida y comida chatarra.	
Aprendizaje general:	Que los estudiantes reflexionen sobre los buenos hábitos alimenticios necesarios proponiendo acciones para tener una vida saludable.	
Contenidos y PDA por campo formativo relacionado		
<u>Campo Elementos por integrar</u>	<u>Campo Elementos por integrar</u>	
<i>Saberes y pensamiento científico</i>	Contenido	Alimentación saludable, con base en el Plato del Bien Comer, así como prácticas culturales y toma de decisiones encaminadas a favorecer la salud y medio ambiente la economía familiar.
	PDA	Indaga y describe los nutrimentos que proporcionan los alimentos que consume e identifica los que necesita incluir en su alimentación, así como los beneficios para su salud y para realizar sus actividades diarias.
<i>Lenguajes</i>	Contenido	Entrevistas con personas de la comunidad para conocer diversos temas
	PDA	Elabora preguntas pertinentes que recaben la información deseada y evita plantear redundantes.
<i>Ética, naturaleza y sociedades</i>	Contenido	Situaciones de discriminación en el aula, escuela, comunidad y el país sobre rasgos físicos.
	PDA	Analiza causas de discriminación y exclusión y propone acciones para promover ambientes igualitarios, de respeto a la dignidad humana.
<i>De lo humano y lo comunitario</i>	Contenido	Hábitos saludables, para promover el bienestar en los seres vivos.
	PDA	Analiza las características de una alimentación saludable, para diseñar estrategias que mejoren sus hábitos alimentarios en el contexto escolar.
Indagación para la comprensión del dilema:		
En los últimos años se ha demostrado que los hábitos alimentarios y la actividad física son factores que determinan sobrepeso u obesidad.		
CAUSAS:		CONSECUENCIAS:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • La alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales. • Medios de comunicación bombardean a diario las voluntades de los consumidores con alimentos de dudoso valor nutricional e incluso de calidad. • La situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar | <ul style="list-style-type: none"> • Sobrepeso y la obesidad van a traer consigo enfermedades crónicas degenerativas. • Alteraciones osteomusculares y otras enfermedades. • Salud mental, problemas de autoestima. |
|--|--|

Tercer esbozo de una intervención didáctica breve para discutir el dilema seleccionado:

La presente intervención es pensada desarrollarse en varias sesiones debido al tiempo de realización y complejidad que poseen.

1. Diálogo entre pares sobre los hábitos alimenticios (¿cómo seríamos si fuéramos lo que comemos a diario?, color, forma, tamaño, textura, ¿cómo nos tratarían?, ¿cómo viviríamos?)
2. Indagar mediante entrevistas qué consumen los demás en casa, en la escuela, en la comunidad
3. Debate ¿Es necesario cuidar nuestra alimentación para vivir mejor?
4. Reflexionar sobre las consecuencias de no tener buenos hábitos alimenticios: salud física, emocional, discriminación, etc.
5. Conocer y analizar el Plato del Bien Comer
6. Identificar características de una dieta saludable y buenos hábitos alimenticios
7. Crear propuestas de dietas o acciones que ayuden a mejorar nuestra alimentación
8. Mural de acciones y buenos hábitos alimenticios que pueden mejorar su vida.