

TÍTULO DEL DOCUMENTO:

¿QUÉ ALIMENTOS ME AYUDAN A CRECER SANO Y FUERTE?

PROFRA. CLAUDIA SÁNCHEZ GARCÍA

JARDÍN DE NIÑOS

ANEXO A LA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

C.C.T. 15EJN0317E

TOLUCA, ESTADO DE MÉXICO

AGOSTO 2020

Situación Didáctica: ¿QUÉ ALIMENTOS ME AYUDAN A CRECER SANO Y FUERTE?		
Campo Formativo: Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social		
Organizador Curricular 1	Organizador Curricular 2	Aprendizaje Esperado
Mundo Natural	Cuidado de la Salud	Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud.
Secuencia Didáctica		
<p><b>INICIO</b></p> <p><u>Día 1</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En el aula como actividad grupal y detonadora, observar video infantil “Viva la Pelota – Familia LA COMIDA CHATARRA. (10 min.)</li> <li>• De manera individual, levantar la mano para participar respetando su turno, expresar lo que observaron en el video. (10 min.)</li> </ul> <p>Comentar video, alimentos que le daba mamá, los que el niño prefería, sus consecuencias.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rescatar conocimientos previos de los niños acerca de su alimentación. (20 min.)</li> </ul> <p>Preguntas guía para rescatar conocimientos previos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué son los alimentos?</li> <li>- ¿Qué comen en casa?</li> <li>- ¿Qué compran en la tienda o en el mercado?</li> <li>- ¿Qué prepara mamá de comer?</li> <li>- ¿Cuál es su alimento favorito?</li> <li>- ¿Qué alimentos encuentran en el lugar donde viven?</li> <li>- ¿En qué les ayuda el consumir alimentos nutritivos?</li> <li>- ¿Qué alimentos observan en la publicidad de la televisión?</li> <li>- ¿Qué alimentos chatarra conocen y consumen?</li> <li>- ¿Por qué deben evitar consumir alimentos chatarra? <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué alimento es? En parejas, con ojos tapados reconocer diferentes alimentos poniendo en juegos sus sentidos. (20 min.)</li> </ul> </li> </ul> <p>El niño tomará un alimento y se lo dará a oler, probar, tocar a su compañero y tratará de adivinar qué alimento es.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En el aula, participar con la promotora de salud preparando un coctel de frutas, rescatando variedad de frutas, sabores, colores, texturas, vitamina “C”, gustos, dónde las han visto. (25 min.)</li> </ul> <p>Formando un círculo con los niños en el aula, conforme lo indique la promotora irán pasando al frente a mezclar las diferentes frutas, cada uno se servirá y degustará.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar un primer dibujo de los alimentos nutritivos que conocen y que más les gustan. (15</li> </ul>		

min.)

De manera espontánea pasar al frente y compartir con sus compañeros su dibujo.

## **DESARROLLO**

### Día 2

- En parejas, participar en el juego “Encuentra el Alimento Perdido” (10 min.)

Escoger su pareja con quien desee trabajar y salir al patio a encontrar la imagen de un alimento que está escondida en algún lugar de las áreas verdes.

- En parejas, seleccionar un espacio para charlar acerca del alimento que encontraron, al toque del timbre regresar al aula. (10 min)
- Con guía de la docente, en colegiado se describirán las imágenes con mayor precisión, puesto que los alumnos cuentan con mayor información al haber tenido la oportunidad de platicar sobre la imagen. (15 min.)

Identificar las imágenes en alimentos de origen animal y vegetal.

- Clasificar los alimentos en origen animal y vegetal teniendo la oportunidad de pasar al frente de manera individual. (15 min.)
- Motivar a los niños para presentarles el Plato del Bien Comer a través del video “El Plato del Bien Comer para niños” (10 min.)

Acomodar las sillas en el aula en forma de cinito para disfrutar del video.

- Recuperar de manera individual, a través del lenguaje los saberes, experiencias que tienen los niños con los alimentos y grupos del Plato del Bien Comer: reconocer y describir qué alimentos conocen, cuál les gusta más, cuál no conocen, no nunca han probado, les gustaría comerlos. (20 min.)
- Hacer dictado a los alumnos de los alimentos que más les gustan. (10 min.)

### Día 3

- En el patio, recordar que es el Plato del Bien Comer, como está organizado y cuales son la variedad de alimentos que lo conforman. (10 min.)
- En parejas, seleccionar gises de colores y plasmar en el patio diferentes alimentos que consideren nutritivos y compartirlos. (10 min.)
- Formados en trenecito, desplazarnos al saloncito de usos múltiples para disfrutar de la presentación de la obra con títeres organizada por los padres de familia. (35 min)

Intervenir de manera oral cuando los papás a través de los títeres realicen preguntas a los niños (realizar evaluación de la actividad con papás).

- En el aula, seleccionar una ficha de color para conformar tres equipos y seleccionar espacio para trabajar.
- En equipo, reconocer diferentes imágenes alusivas a una gran variedad de alimentos, para clasificarlas en los tres grupos del Plato del Bien Comer. (20 min.)

Evaluar la actividad en equipo, reconociendo el proceso de cómo lo hicieron.

- Participar en el juego de la “Ruleta”, de manera individual, respetando turnos pasar al frente a girar la ruleta y de acuerdo al color seleccionar el alimento correspondiente. (25 min.)

#### Día 4

- Participar en el juego de “El alimento misterioso” (20 min.)

Tapar un alimento con una servilleta y a través de pistas dadas por la docente adivinar que alimento es.

- Organizar la mesa representativa con alimentos reales obtenidos con los padres de familia. (20 min.)

De manera individual, observar los alimentos, tener contacto con ellos, olerlos, sentirlos, pesarlos y rescatar de manera individual lo que les llamo la atención, lo conocen, lo han probado, les gusta, etc.

- Organizar al grupo en dos equipos, para clasificar los alimentos reales en el Plato del Bien Comer a través del juego de “Participa y Gana” Seleccionar nombre para su equipo. (35 min.)

En equipo, habrá un pequeño girando la ruleta y de acuerdo al color, el niño que le toque pasar de los equipos tendrá que seleccionar un alimento y colocarlo en el color correspondiente, al hacerlo de manera correcta se irán acumulando puntos, y al final ver qué equipo gana.

- Recuperar producciones de los niños a través de hoja impresa con distintos alimentos, de manera individual, identificar los alimentos nutritivos, deberá colorear, recortar y pegarlos correctamente en el Plato del Bien Comer (clasificarlos). (40 min.)
- Motivar a los niños para participar al día siguiente en el Taller de Cocina y dar cierre a la situación de aprendizaje.

#### **CIERRE**

#### Día 5

- Con apoyo de algunas madres de familia organizar el Taller de Cocina.
- Organizar y participar en el Taller de Cocina preparando sus propios alimentos para el consumo del refrigerio. (100 min.)

#### Equipo 1

-Agua de sabor de Limón.

-Postre: Bolitas de Amaranto con pasas.

#### Equipo 2

-Ensalada verde con trocitos de pollo, queso lechuga, pepinos y arándanos.

#### Equipo 3

-Ensalada de Atún con verduras en Tostadas.

- En equipo como participaron en el Taller de Cocina, elaborar con sus propias gráficas una lista

de menú para la propuesta del refrigerio del aula. (20 min.)	
Proponer alimentos nutritivos y variedad del Plato del Bien Comer.	
Recursos	Evaluación
Tecnológicos Teatrino Títeres de Varilla Variedad de imágenes representativas de alimentos Alimentos reales Juego de la Ruleta Hojas Colores Gises Tijeras Pegamento	El alumno identifica: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes alimentos nutritivos</li> <li>• La importancia de consumir alimentos nutritivos</li> <li>• Los beneficios que aporta a su salud</li> </ul>

### Descripción la Situación de Aprendizaje

#### ¿QUÉ ALIMENTOS ME AYUDAN A CRECER SANO Y FUERTE?

Mi prioridad como docente es centrar la atención en los estudiantes y en sus procesos de aprendizaje, por lo que es importante conocer sus características y necesidades de con quien todos los días convivo y con quienes me inspiran para diseñar y desarrollar una serie de situaciones didácticas que propicien en los alumnos un aprendizaje significativo y ante ello en lo que respecta al grupo de tercero hay que resaltar que el diseño de la Situación de Aprendizaje ¿QUÉ ALIMENTOS ME AYUDAN A CRECER SANO Y FUERTE? consideró las características propias del grupo que fueron atendidas a través de las diferentes actividades y así se fortaleció el proceso cognitivo y desarrollo de los educandos, por ejemplo: los niños muestran gusto e interés por crear, modelar y manipular de manera concreta diversos objetos y materiales y es así como a través de la situación, tuvieron momentos en los que manipularon recursos atractivos y reales con los que crearon, transformaron y experimentaron, realizaron inferencias y adquirieron nuevos conocimientos.

Por otro lado, una necesidad básica de la mayoría de los alumnos del grupo, es la oportunidad de expresarse a través del lenguaje oral por lo que se propició un ambiente de confianza y respeto para que tuvieran la oportunidad y libertad de expresar sus conocimientos e ideas; intervinieron de acuerdo a su interés y realizaron preguntas a los demás con el fin de construir un nuevo aprendizaje, además de compartir experiencias, conocimientos, habilidades entre pares, es por ello que se planeó trabajar de manera individual, pero también en parejas y pequeños equipos donde los niños y las niñas tuvieron la oportunidad de compartir, convivir y participar de manera activa en el mundo social en el que se desenvuelven, así mismo se

enfrentaron a situaciones que les generaron retos y la necesidad de colaborar y buscar soluciones para llegar así a la toma de decisiones, en las que se involucraron poco a poco aquellos niños y niñas que aún muestran menos seguridad y confianza para expresarse de manera espontánea.

“El juego se convierte en un gran aliado para los aprendizajes de los niños, por medio de él descubren capacidades, habilidades para organizar, proponer y representar; así mismo, propicia condiciones para que los niños afirmen su identidad y también para que valoren las particularidades de los otros” (SEP, 2017, p. 71), por ello los alumnos y las alumnas participaron en actividades lúdicas como parte de la estrategia que se llevó a cabo por ser una necesidad e interés del grupo, ya que en diferentes momentos los alumnos participaron en el juego del alimento escondido, la ruleta, el alimento misterioso y el juego de participa y gana. Las actividades lúdicas además de propiciar aprendizajes en los alumnos, contribuyeron en el fortalecimiento del Área de Desarrollo Socioemocional puesto que fueron capaces de ser autónomos e independientes al momento de decidir qué recurso implementar, al saber en qué momento participar, al esperar y ceder su turno para participar, respetar y aceptar reglas, además de convivir y relacionarse con sus compañeros, adultos, docente, así los alumnos aprenden poco a poco a regular sus emociones, a formar su identidad y a desarrollar el sentido de pertenencia.

Se pretende que, a través de la estrategia del juego, el alumno y la alumna hagan uso del juego simbólico en situaciones cotidianas que puedan representar y que les sean significativas como fue la participación en el Taller de Cocina, donde los niños y las niñas tuvieron la oportunidad de desempeñar el rol de cocineros, favoreciendo su interacción, el intercambio de ideas, la negociación, llegaron acuerdos y a la toma de decisiones. Además, a través del desarrollo de las actividades lúdicas apoyó el desarrollo de su motricidad fina en diferentes momentos: al escribir, colorear, recortar, pegar, picar o trocear los alimentos, al mezclarlos, etc.

Fue muy importante en todo momento que como docente me diera a la tarea de que “el estudiante exprese sus conceptos y propuestas como parte del proceso de aprendizaje, así se conocen las habilidades, las actitudes y valores de los estudiantes para usarlos como punto de partida en el diseño de la clase” (SEP, 2017, p. 119). Así que retomar y considerar sus aprendizajes previos me permitió diseñar y aplicar estrategias adecuadas que movilizaran sus conocimientos, es decir, identificar lo que sabían y relacionarlo con los nuevos contenidos para construir nuevos aprendizajes y apropiarse de ellos para aplicarlos en todo momento ante situaciones que enfrenten en la vida cotidiana; por ello, en la secuencia didáctica diseñada después de que los niños observaron el video de “La Comida Chatarra”, que fue la actividad detonadora para motivar e introducir a los niños y a las niñas en ésta aventura de ¿Qué alimentos me ayudan a crecer sano y fuerte?, respetando su turno tuvieron expresaron sus ideas, conocimientos, experiencias, es por ello que en la planeación se organizó una lista de cuestionamientos que facilitó guiar e inducir el tema y no desviarnos o perdernos en el camino, es decir tener presente lo que se quiso rescatar de los alumnos para tener presente el logro del aprendizaje esperado.

Para retomar la situación didáctica al día siguiente, se aplicó el juego en parejas donde los niños y las niñas buscaron en diferentes áreas una imagen y al encontrarla seleccionaron un espacio

en el patio para tener la oportunidad de comentar en parejas acerca de la imagen que encontraron, considero que fue otra manera para expresar sus conocimientos, mismos que para finalizar externaron ante los demás, rescatando qué fue lo que saben de tal elemento. Así que las actividades planeadas estuvieron diseñadas para que los educandos tuvieran la oportunidad de expresar lo que sienten, los que saben, además de que por necesidad y las características del grupo la mayoría expresa de manera oral sus ideas y la lista de cuestionamientos organizadas desde la planeación fueron un recurso favorable para guiar a quien aún les cuesta trabajo expresar sus ideas ante los demás.

Se reconocieron los diferentes estilos de aprendizaje de los niños y las niñas para una mejor “organización del trabajo y uso de recursos didácticos que coloquen a cada niño en una situación cercana a lo óptimo, para que pueda aprender” (SEP, 2011, p.149). Ya que todos acceden al aprendizaje de diferente manera y poseen un potencial, conocimientos y experiencias que los hacen ser únicos y por ende debemos brindar y dotar a los alumnos de oportunidades satisfactorias que atiendan sus necesidades e intereses con la intención de que reciban una educación integral prevaleciendo la atención de acuerdo a sus diferentes estilos de aprendizaje que según “VAK, toma en cuenta que tenemos tres sistemas para representar mentalmente la información, el visual, el auditivo y el kinestésico” (Manual de Estilos de Aprendizaje, 2004, p. 22). Los que fueron atendidos a través de las diversas actividades diseñadas; por ejemplo, los auditivos en todo momento aprendieron a través de lo que escucharon y oyeron de sus compañeros, al expresar sus ideas, argumentos, al oír con atención los videos y al momento en el que ellos mismos tuvieron la iniciativa de compartir y expresarse ante los demás, al trabajar por parejas y en equipo de acuerdo a las actividades.

Por otro lado, los visuales fueron atendidos al momento de tener la oportunidad de ver y observar las imágenes atractivas y coloridas de los diferentes alimentos, los videos como el Plato del Bien Comer y las imágenes les llamaron la atención, además de que apreciaron la obra de teatro que presentaron los padres de familia y por ende se propició un aprendizaje de acuerdo a sus necesidades. Y finalmente los Kinestesicos, la principal estrategia fue la manipulación de imágenes y alimentos que agruparon, clasificaron de acuerdo a los grupos del Plato del Bien Comer, dibujaron y modelaron con plastilina diversos alimentos, manipularon, probaron y observaron alimentos de manera concreta en la mesa representativa. Hay que considerar el hecho de que el no tener desarrollado cierto estilo de aprendizaje no quiere decir que no por eso no participó en otras actividades o que no estuvieron asociadas con sus necesidades, al contrario, se les motivó y se les brindó otras experiencias reales y significativas para ejercitar y desarrollar otras habilidades que no han adquirido.

Es necesario enfrentar a los niños y a las niñas ante situaciones retadoras, es decir, que “El eje de la clase debe ser una actividad de aprendizaje que represente un desafío intelectual para el alumnado y que genere interés por encontrar al menos una vía de solución” (SEP, 2011, p. 96), ahí la importancia de mi papel como docente frente a grupo en el diseño, ejecución y evaluación de estrategias didácticas que propicien la movilización de saberes que favorezcan el logro de los aprendizajes de manera integral, en las que puedan dar solución a partir de lo que conocen, y tener la oportunidad de externarlo, por ello en diferentes momentos se hizo uso de preguntas abiertas en las que los alumnos tuvieron la necesidad de pensar, recordar, identificar, nombrar, explicar, inferir y aplicar lo que conocen, lo que viven y han experimentando para construir nuevos aprendizajes;

también a partir de trabajar en parejas y en equipos se enfrentaron a otros retos puesto que confrontaron ideas, respetaron acuerdos, representaron lo que saben y construyeron nuevos conocimientos.

Haber organizado una serie de actividades abordando el Plato de Bien Comer, permitió atender a los alumnos y a las alumnas de acuerdo a sus necesidades e intereses, haciendo uso del juego y trabajo en equipo como estrategia de aprendizaje, ya que de acuerdo a la Teoría Socioconstructivismo de Vigotsky “responde a la pregunta como aprenden los niños, aprender significa adquirir funciones cognitivas superiores a través de interaccionando con el entorno que le rodea a través de una serie de herramientas” (<https://youtu.be/vIjFMqSlhM>), es decir que los alumnos partiendo de sus conocimientos y experiencias reales llegarán a través del desarrollo y participación en las actividades en compañía de sus pares y del docente a la adquisición de nuevos aprendizajes, es así como organizados en equipos tuvieron la oportunidad de trabajar e interactuar con sus compañeros quienes en este proceso de andamiaje son de quienes se apoyaron, guiaron, dirigieron, fueron mediadores y organizaron sus intervenciones poniendo en juego su capacidad de resolver problemas de manera independiente; el trabajar en equipo representó llegar a una solución de problemas como es el hecho de organizarse para ponerle nombre a sus equipos y llegar a la toma de decisiones en colectivo en la ejecución de las actividades.

Mi finalidad como docente frente a grupo es centrar la atención en los procesos de aprendizaje de mis alumnos, considerando en la Planeación el espacio donde queda plasmado el diseño, acciones y proceso de cada actividad con el propósito de atender las necesidades e intereses de los educandos para potencializar sus aprendizajes, brindando y propiciando un ambiente de aprendizaje, considerando aquellos elementos que contribuyan a alcanzar las competencias y aprendizajes esperados: la secuencia, los espacios, el tiempo y los recursos que consideramos dentro y fuera del aula con la intención de promover oportunidades de formación de escenarios para generar situaciones motivantes, retadoras y significativas para los niños y las niñas con los que se fomenta la autonomía para aprender, el trabajo colaborativo y desarrollar el pensamiento crítico reconociendo que Sátiro “Es necesario dejar fluir la reflexión filosófica, potenciar la emergencia del pensamiento y provocar preguntas más que dar respuestas”(De Puij y Sátiro, 2008, p. 52). Echo que favoreció que los niños y las niñas a través del dialogo y la reflexión desarrollaron su potencial intelectual.

Un recurso valioso es la implementación de las TIC, ya que propicia en los estudiantes el interés por explorar y conocer otros medios para aprender, además de representar otra oportunidad de comunicación y acceso a la información, siendo una herramienta que propicia el trabajo en equipo, la creatividad, la iniciación en procesos de investigación y gestión en la búsqueda, selección, organización, utilización y presentación de la misma; por ello consideré importante implementar en la Situación Didáctica “¿Qué alimentos me ayudan a crecer sano y fuerte? el uso de las TIC iniciando el desarrollo de la situación con la presentación del video “Viva la Pelota – Familia, La comida Chatarra” (<https://youtu.be/45ltMzq0MIQ>), mismo que les agradó a los niños, lo observaron con atención sin perder el interés y lograron captar y entender el mensaje e intención del por qué fue presentado, éste suceso detonó y motivó a los alumnos como se tenía previamente planeado, ya que a partir de ello, los alumnos comentaran lo que observaron y rescataron del video, fue la oportunidad idónea para que los pequeños expresaran a través del lenguaje oral sus saberes previos y de esta manera yo docente reconocerlos y



elaborar mi diagnóstico de lo que saben. El video fue de su interés, la mayoría de los niños levantaron la mano para participar una o más veces y compartir sus ideas; un factor que facilitó la actividad y encauso a los alumnos a identificar la importancia de evitar consumir alimentos no saludables, fue la lista de preguntas guía previstas en la planeación, ya que favorecieron en los alumnos su participación, la reflexión y el razonamiento ante diversas situaciones.

Se les presentó el video “Del Plato del Bien Comer” en el que los niños y las niñas se acercaron a otro tipo de información, identificando mayor variedad de alimentos que les ofrece su entorno y que son parte de su alimentación diaria y que ellos no los reconocen como alimentos nutritivos, así que a partir de haber reconocido el Plato del Bien Comer, identificaron la organización y estructura, algunos alimentos que corresponden a los tres grupos, lo que esto representó para ellos el Reto Cognitivo en el desarrollo de la Situación Didáctica. Con este tipo de actividades haciendo uso de las TIC, se atendió a los diferentes estilos de aprendizaje principalmente de los niños visuales y auditivos, representado para ellos una oportunidad de aprendizaje a partir de sus necesidades puesto que las actividades les fueran significativas, atractivas y que fueron empleados como parte del contexto de enseñanza.

Las imágenes que se implementaron durante la situación, permitieron que los niños y niñas las manipularan libremente, fueron atractivas, sencillas, claras, flexibles para su uso y propicias para describirlas y enriquecer sus experiencias; dichas imágenes las emplearon y clasificaron en diferentes actividades visualizando el proceso del alumno, identificando hasta el momento logros y dificultades que se tienen para alcanzar el aprendizaje esperado.

Es de suma importancia crear en los padres de familia una conciencia de participación y trabajo colaborativo para beneficio de la educación de los niños por lo que esta situación me permitió involucrarlos brindando una sencilla explicación a los niños sobre la importancia y beneficios de consumir alimentos nutritivos del Plato del Bien Comer a partir de la presentación de una obra de teatro utilizando títeres de varilla elaborados por ellos mismos y haciendo uso del teatrino de la escuela. Fue necesario de manera previa platicar con los papás, para darles a conocer lo que se está trabajando en el aula, el aprendizaje que se pretende alcanzar, la importancia de que ellos se involucren y participen apoyando el aprendizaje de sus hijos. Durante la función, los títeres lograron la atención de los niños viendo y escuchando la presentación, atendiendo principalmente a los alumnos que presentan estilos de aprendizaje visual y auditivo; en algunos momentos se propició la participación de los alumnos en colegiado a través de preguntas; al terminar la obra, los papás se presentaron y cuestionaron si les había gustado la obra, a lo que contestaron que sí, por lo que los invitan a estar bien sentados porque les van hacer preguntas, este momento fue enriquecedor, ya que los niños levantando la mano participaban expresando lo que sabían, identificando y nombrando principalmente los alimentos que ellos reconocen como parte de su alimentación diaria y que son saludables y les van a ayudar a crecer sanos, fuertes, que no se enfermen y así sucesivamente los niños exponían y explicaban sus aprendizajes; así a través de las actividades se incluye a la comunidad escolar en la adquisición de los aprendizajes de los niños y las niñas.

El aprendizaje esperado “Reconoce la importancia de una alimentación saludable y los beneficios que aporta al cuidado de la salud” (SEP, 2017, p. 264) además de identificar los alimentos, el reto cognitivo consistió en lograr asociar los alimentos en los diferentes grupos del

Plato del Bien Comer y así agruparlos o clasificarlos, esto se logró a través de actividades en equipo, contando con el TAPETE del Plato del Bien Comer y las imágenes de diferentes alimentos: frutas, verduras, alimentos de origen animal, legumbres y cereales; los grupos se conformaron seleccionando una ficha de un color determinado y así se reunieron los rojos, los azules, y rosas, ubicándose dentro del aula en un espacio agradable, la indicación fue trabajar en equipos y juntos seleccionar y acomodar las imágenes de los alimentos en el plato; como resultado de la actividad, todos los niños y las niñas se involucraron de diferente manera, fueron parte del trabajo en equipo, algunos alumnos en diferentes momentos se les dificultó compartir las imágenes, eran ellos quienes querían acomodar la imagen donde creían conveniente; otros más fueron líderes de los equipos y quienes en algún momento marcaban el ritmo y la participación de los integrantes, pero también fueron los que en general detectaron quien colocaba una imagen de manera incorrecta y los corregían.

Esta actividad de trabajo en equipo favoreció la inclusión de los alumnos, propiciando la convivencia y el respeto entre pares, además de que los niños confrontaron ideas, nombraron los nombres de los grupos del plato del bien comer, lograron identificar y asociar a los alimentos en el color correspondiente, eligieron y dieron solución haciendo uso de la toma de decisión; otros más explicaron por qué cierto alimento corresponde en tal color, todo esto con el fin de construir su aprendizaje en colectivo; esta actividad se enriqueció y se vio reforzada a través de la aplicación del Juego de la Ruleta, ya que recordemos que el juego es una necesidad básica para los niños, pero también representa una estrategia de aprendizaje, en la cual los materiales fueron de gran apoyo, ya que los niños y las niñas los pudieron visualizar, manipular, seleccionar de acuerdo a sus necesidades e intereses. Así “La inclusión pone énfasis en niños que podrían estar en riesgo, para asumir la responsabilidad moral de asegurar que sean atendidos de acuerdo a sus necesidades y características para garantizar que aprendan lo que deben aprender” (SEP, 2017, p. 168) y estar así al pendiente de cada alumno generando ambientes favorables para alcanzar el logro de los aprendizajes esperados y así potenciar sus habilidades, capacidades, actitudes y valores.

Los niños y las niñas en edad preescolar requieren manipular materiales de forma concreta, que sean atractivos, despierten el interés de involucrarse de manera activa, favoreciendo la iniciativa y la participación, respetando siempre reglas y acuerdos establecidos, para que logren interactuar y participar de acuerdo a sus diferentes estilos y ritmos de aprendizaje, en donde los alumnos kinestésicos por ejemplo en la actividad de la mesa representativa de alimentos manipulando alimentos reales de su contexto, descubrieron a la berenjena, maracuyá y al persimon (fruta caqui) como alimentos que desconocían; éste último los niños lo asociaron con el tomate por su parecido, así identificaron y reconocieron que hay alimentos que no conocen; de igual manera en esta actividad pusieron en juego el desarrollo de sus sentidos, ya que al manipularlos pudieron sentir, oler, verlos, e incluso algunos probarlos, esta actividad fue significativa y con ellos de manera real en equipos lograron clasificarlos de manera correcta en los grupos del Plato del Bien Comer, cumpliendo así el reto cognitivo que se pretendía lograr. Cabe señalar que la aplicación de esta actividad se ajustó en diferentes momentos, se aplicó como actividad enlazadora para dar inicio a la Situación Didáctica, por haberles resultado interesante y atractiva, además de brindarles la oportunidad de participar de manera activa.

Considero que el Taller de Cocina, como actividad de cierre de la Situación Didáctica, fue una actividad integradora, real y significativa para los niños, en donde cada integrante desempeñó roles complementarios para lograr un mismo fin, además de tener la oportunidad de poner en práctica sus saberes previos y sus nuevos aprendizajes a la vida diaria puesto que pusieron en marcha lo aprendido durante el desarrollo de las actividades, ya que a partir de que reconocieron diferentes alimentos nutritivos, prepararon en dicho taller sus propios alimentos, logrando prepararlos para degustar en el refrigerio y como resultado sugirieron un menú considerando y proponiendo alimentos que ahora forman parte de su cultura. Un aspecto relevante fue conocer el amaranto suelto, puesto que lo identificaban en las alegrías y les pareció delicioso. La intervención y apoyo de algunas mamás, favoreció la buena organización y ejecución del Taller de Cocina en donde los niños a través del juego simbólico fueron grandes cocineros.

Otra actividad de cierre, fue el que los niños y las niñas empleando sus propios recursos escribieran un sencillo menú de los alimentos que quisieran que sus mamás les prepararan para llevar a la escuela de refrigerio, esto es una manera de demostrar lo que aprendieron al concluir la situación didáctica; dicho menú con apoyo de la promotora de salud se le dio seguimiento para llevarlo a cabo con apoyo de los padres de familia.

Todo lo anterior, en determinados momentos me permitió llevar a cabo a través de la observación una evaluación en los diferentes instrumentos previamente diseñados para registrar los logros y dificultades de los alumnos, así como los procesos de aprendizaje que favorecieron el logro del aprendizaje esperado, entre los que destaco: El registro de observación, puesto que fue un instrumento de evaluación que de acuerdo al aprendizaje esperado se retomaron datos con forme a las características de los alumnos, su ritmo y estilo de aprendizaje, donde centré la atención y rescaté información a través de la observación clara y precisa de cada alumno acerca de sus procesos durante su intervención; este instrumento representa una herramienta valiosa puesto que es donde rescato y plasmo acerca de cada alumno sobre logros y dificultades que presenta, así como las áreas de oportunidad en las que el alumno les hace falta desarrollar en base al aprendizaje esperado, esto me permite reorientar el aprendizaje de los alumnos propiciando ambientes de aprendizaje con estrategias y retroalimentación adecuada para alcanzar el nivel de logro establecido de acuerdo a sus necesidades y características personales de cada alumnos. Cabe recordar que en el nivel preescolar la evaluación es de carácter cualitativo, por lo que es necesario observar, registrar, reflexionar e identificar los procesos de aprendizaje de los alumnos para tener antecedentes y argumentos al momento de emitir juicios de evaluación, mismo que son compartidos en estudio entre el colegiado, con los padres de familia y plasmados en la Boleta de Evaluación.

Otro instrumento de evaluación fueron las producciones de los alumnos con fines evaluativos en base al aprendizaje esperado para reconocer los avances de los alumnos, dichas evidencias me permitieron tomar decisiones pertinentes para mejorar el aprendizaje desde la planeación, y tener la justificación palpable para comunicar los logros de aprendizaje a los alumnos, padres de familia y docentes. El diario de trabajo, otro instrumento de evaluación en el que a partir de la observación, reflexión y análisis recuperé de manera breve aspectos que me permitieron al final de la jornada de trabajo reconstruir mentalmente la práctica, para visualizar los aspectos que favorecieron el logro de las actividades y alcanzar los aprendizajes, así como los elementos que obstaculizaron la mejora de los aprendizajes; en el que también recupero la autoevaluación de

mi intervención, ya que muchas veces somos los docentes quienes no tenemos claro el propósito, los materiales, el espacio, no nos anticipamos a los posibles cambios, obstáculos, organización, a las necesidades y características de los niños, entre otras y es cuando en la actividad no se obtienen los resultados esperados.

De acuerdo a los resultados que se obtuvieron durante la ejecución de la Situación de Aprendizaje ¿Qué alimentos me ayudan a crecer sano y fuerte?, después de observar, retomar evidencias que dan cuenta de los aprendizajes de los alumnos y hacer el registro en los instrumentos de evaluación, me permitieron detectar aquellos niños que por diferentes situaciones requirieron apoyo para fortalecer sus áreas de oportunidad, ya que en determinadas actividades se les dificultó su participación en la que pusieran en juego sus habilidades y conocimientos que les permitieran alcanzar el aprendizaje, por lo que se requirió implementar la retroalimentación como estrategia de intervención para realizar ajustes y acciones adecuadas a las diferentes necesidades de aprendizaje de los niños, como fue la estrategia de atención y guía personalizada que me permitió reconocer de manera individual el nivel de logro del aprendizaje de los niños en base al aprendizaje, al observar si lo hacían de manera correcta e incorrecta, guiando a través de preguntas abiertas, asociando alimentos con experiencias significativas, se trabajó y se aprendió del ensayo y error llegando a la solución correcta a través de pistas, cuestionamientos y siempre motivándolos para que los niños y las niñas seleccionara la imagen correcta y de esta manera el alumno se sintiera bien consigo mismo, contento y no llegar a la frustración y así a través de actividades novedosas y atractivas logren alcanzar el aprendizaje esperado.

Al participar en las diferentes actividades, los alumnos fortalecieron los Cuatro Pilares de la Educación: Aprender a Ser, Aprender a Convivir, Aprender Hacer y Aprender a Conocer para contribuir al logro de los propósitos de la Educación Preescolar y por consiguiente aportar nuestro granito de arena para que los alumnos alcancen el Perfil de Egreso de la Educación Preescolar; es importante que dentro de las aulas desde pequeños se favorezca el cuidado de la salud y contribuir con la apropiación de un estilo de vida saludable en el ámbito personal y social ayudando a los niños y niñas a desarrollar hábitos alimenticios orientados al cuidado de su salud desde temprana edad y así fomentar el cuidado de la salud desde la prevención; y es así como se pretendió reconocer y valorar que la escuela no puede modificar de manera directa las condiciones de vida familiares, económicas y sociales de quienes asisten a ella, pero sí se puede contribuir a que comprendan que es importante practicar medidas de salud personal, que aprendan a tomar decisiones que estén a su alcance para cuidarse a sí mismos tanto física como emocionalmente y es así como la escuela es una promotora de salud.

## BIBLIOGRAFIA

- Despierta Conejo. (2017, Junio 7). Vigotsky: Teoría del andamiaje / socioconstructivismo / Aprendizaje Mediano #ConDibujitos, [Archivo de video] recuperado: <https://youtu.be/vIJfMqSlhM>
- De Puig, I. y Sático, A. (2008). *Jugar a Pensar*, Puebla: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuito
- SEP. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral, Educación Preescolar*. México: Comisión Nacional de libros de Texto Gratuito.
- SEP. (2004). *Manual de Estilos de Aprendizaje, Material Autoinstruccional para Docentes y Orientaciones Educativos*. México: Dirección de Coordinación Académica.
- SEP. (2011). *Programa de Estudio 2011, Guía para la Educadora*. México: Comisión Nacional de libros de Texto Gratuito.
- Vivalapelota. (2012, Septiembre 13). Familia "La comida chatarra", [Archivo de video] <https://youtu.be/45ltMzq0MIQ>