

JARDÍN DE NIÑOS
VALENTÍN GÓMEZ FARÍAS

CCT. 15PJN5704K

ZONA ESCOLAR: J117

SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN BÁSICA TEXCOCO
PROFRA. DE GRUPO ELVIRA NOEMÍ MARTÍNEZ NILA

GRADO: 3° GRUPO: A

“LA ALIMENTACIÓN”

SITUACIÓN DIDÁCTICA: LA ALIMENTACIÓN

| | |
|-------------------------------------|--|
| PROPÓSITO | <ul style="list-style-type: none"> • Describir, plantear preguntas, comparar, registrar información y elaborar explicaciones sobre procesos que observen y sobre los que puedan experimentar para poner a prueba sus ideas. |
| CAMPO DE FORMACIÓN ACADÉMICA | <ul style="list-style-type: none"> • Exploración y comprensión del mundo natural y social. |
| ORGANIZADOR CURRICULAR 1 | <ul style="list-style-type: none"> • Mundo natural |
| ORGANIZADOR CURRICULAR 2 | <ul style="list-style-type: none"> • Cuidado de la salud. |
| APRENDIZAJE ESPERADO | <ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud. |

APRENDIZAJES TRANSVERSALES: LENGUAJE Y COMUNICACIÓN Y PENSAMIENTO MATEMÁTICO

APRENDIZAJES ESPERADOS: Expresa con eficacia sus ideas acerca de diversos temas y atiende lo que se dice en interacción con otras personas.

APRENDIZAJES ESPERADOS: Identifica algunas relaciones de equivalencia entre monedas de \$1, \$2, \$5, y \$10 en soluciones reales o ficticias de compra y venta.

SITUACIÓN DIDÁCTICA: LA ALIMENTACIÓN

INICIO:

- De manera grupal compartir saberes previos de los niños sobre la alimentación.
- ¿Porque es necesario alimentarnos?, sabes ¿qué es alimentarse sanamente?, ¿quién los prepara?, ¿qué medidas de higiene se toman para prepararlos?, sabes ¿qué son los alimentos chatarra y que problemas originan a la salud?, ¿qué sucede si dejas de alimentarte sanamente?
 - En binas realizar entrevistas a otros niños de la escuela con el cuestionamiento.
 - ¿Cuál es tu alimento preferido? (un alumno preguntara y otro registrara con dibujos o grafías),
 - Representar la información en una hoja, analizar la lista alimentos registrados para saber cuál es la comida preferida de los alumnos
 - Leer el cuento “la oruga muy hambrienta”
 - Cantar la canción “mezcla tu sabor”
- De manera grupal, colocar los productos como lo han visto en las tienditas o en las tiendas comerciales, jugar al super, se comentara con los niños que productos benefician a nuestro cuerpo como los doritos, chicharrones, chetos, dulces entre otros productos.

Ver el video, las frutas en inglés <https://www.youtube.com/watch?v=46Cqm38MkQM>.

En hojas didáctica los alumnos elegirán la fruta que más les gusta, la iluminan recortarán y se la colocarán como una diadema, se presentarán ante sus compañeros diciendo:

- I am a strawberry, I am a banana, I am an apple, I am a pear, I am a grapes, I am a watermelon, I am a pineapple
- Se les preguntara a los niños, ¿Sabes que es un chef?, ¿Les gustaría ser chefs por un día? Hoy prepararemos una ensalada de frutas, (los alumnos se lavarán las manos y se colocarán su gorro y mandil. Nos apoyarán los familiares de los alumnos
- Realizar actividades de educación física, Se iniciará con movimientos para el calentamiento, y al terminar la sesión realizar la relajación. con juegos tradicionales como: el cartero, stop, a las escondidillas. El rey pide...

DESARROLLO

Recordar la importancia de lavarse las manos antes de consumir los alimentos.

- Solicitar traer recortes de imágenes de alimentos que comúnmente consumen en su casa.

Conversar en forma grupal sobre cuales son alimentos sanos y chatarra: En dos cartulinas escribir en cada una el letrero, sano y chatarra, clasificar los productos pegar los recortes que ha traído en la cartulina que le corresponda, analizar y comentar la actividad para saber si están colocadas en el lugar que le corresponda.

- Presentar en una lámina “el plato del buen comer” explicar cada una de las divisiones en que está formado el plato

CIERRE

- Los alumnos registran posteriormente de la actividad el procedimiento que utilizaron para la elaboración de la ensalada.
- Observando y comentando lo que observan la lámina Mi álbum. Pág 34 “sopa de letras”

MATERIALES

Papel bond, marcadores, hojas blancas, lápices, cartulina, recortes de alimentos hojas didácticas. Libro: mí álbum, monedas didácticas. Cuento, lamina El plato del buen comer, Instrumentos musicales. Cajas y latas vacías. Marcadores, Resistol, caja registradora, carritos de mandado, monedas didácticas. Computadora, frutas, platos, cuchillos de plástico, charola, servilletas de papel, tenedores. Mi libro de tercero Mi álbum.

ORGANIZACIÓN:

Individual, binas y grupal.

PARTICIPACIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA: Asistencia para la elaboración una receta.

➤ INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

Diario de la educadora y portafolio de evidencias

NOMBRE DE LA SITUACIÓN: LA ALIMENTACIÓN

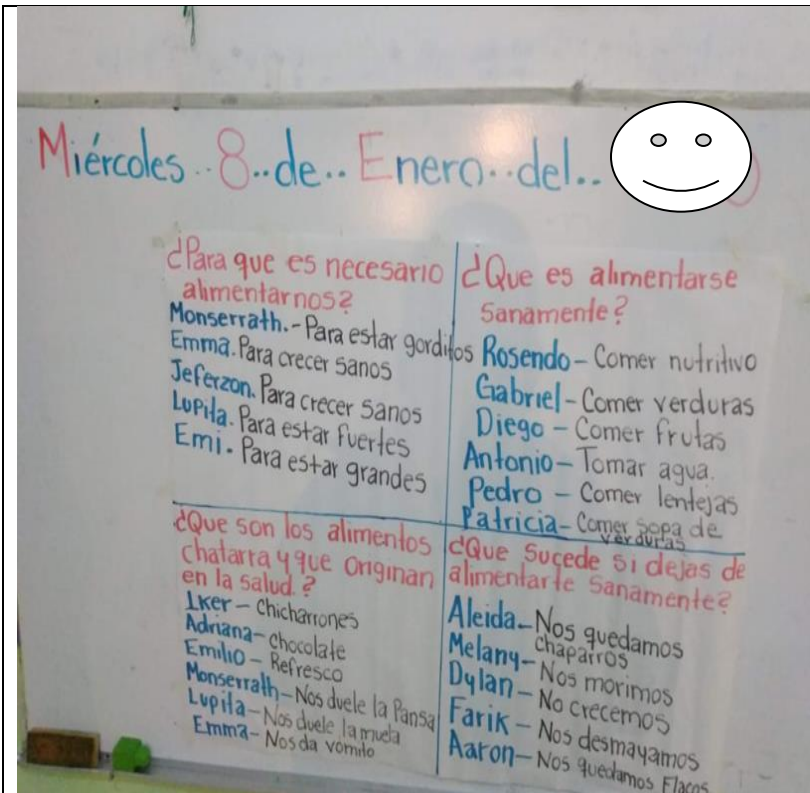
LOGROS OBSERVADOS:

- _ Organización para representar el supermercado.
- _ Saber cortar las frutas con cuchillos de plástico.
- _ Lograr entrevistar a sus compañeros y hacer las anotaciones
Con grafías o dibujos.
- _ Identificar los alimentos que debe llevar el plato del buen comer.
- _ realizar pequeñas sumas “en el supermercado”

DIFICULTADES QUE SE PRESENTARON:

- _ Gabriel sigue de tímido y solo participa con apoyo de la maestra.
- _ Al pedirle los productos para el súper, algunas madres de familia los mandaron en condiciones impropias para trabajar.
- _ Aunque se les había solicitado no llevar monedas didácticas dos o tres alumnos las llevaron y perdieron algunas.

EVIDENCIAS



Compartiendo los saberes previos de los niños sobre la alimentación

¿Porque es necesario alimentarnos?, sabes ¿qué es alimentarse sanamente?

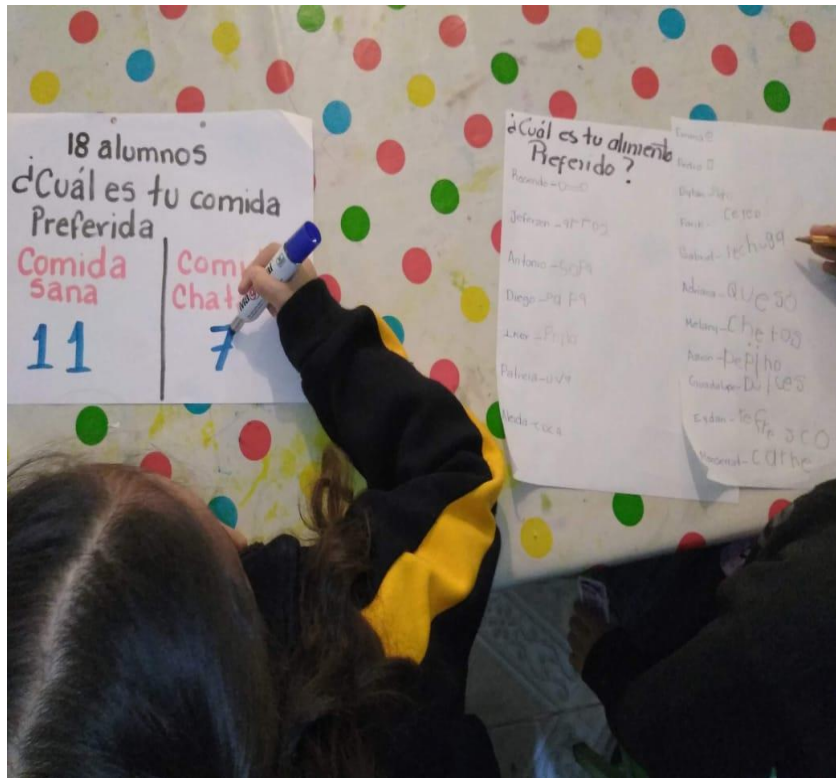


Clasificación de los productos.

comentar si están en el lugar correcto

La entrevistas a mis compañeros de la escuela,

Registrando para saber cuál es la comida preferida de los alumnos.



Leer el cuento “ la oruga muy hambrienta”

- Realizar preguntas relacionadas con el cuento, escuchar sus comentarios.



Se presentan ante sus compañeros diciendo:

I am a strawberry, I am a banana,
I am an apple



Observando y comentando lo que observan la lámina
"sopa de
letras" (p. 34 mí álbum)



evidencia

¿Quiénes venderán?

¿Quiénes comprarán?

¿Cómo haremos las monedas?

¡A JUGAR AL SUPER!

Armando su plato del buen comer.



Gracias por la participación de las madres de familia.

DIARIO DE LA EDUCADORA

| | |
|---|--------------------|
| JARDÍN DE NIÑOS: "VALENTIN GOMES FARIAS" | GRUPO 2° |
| DOCENTE: ELVIRA NOEMI MARTINEZ NILA. | FECHA: 17 DE ENERO |
| ACTIVIDAD | LA ALIMENTACIÓN |
| DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD: "soy chef "elaboración de un platillo que lleve los productos del plato del buen comer | |
| MANIFESTACIONES DE LOS NIÑOS ANTE EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES: hoy nos acompañaron las madres de familia para la elaboración de su platillo, algunos alumnos no trabajan al ver a su mama en él, preescolar, como Gabriel , es muy necesaria la participación de los familiares porque se trabajó con cuchillos (de plástico) aunque la mayoría de los alumnos ya sabía manipular el cuchillo , había que observarlos durante la elaboración de su platillo, los alumnos comentaban acerca de alguna situación de las frutas que estaban observando por ejemplo: Monserrat comento que no le gusta la piña y otros compañeros decían ¡ a mí tampoco ¡ o algún comentario como " a mí me gusta el mango con chile " ¡a mí también!" "mi mama hace esta comida "¡no me gusta el atún! | |
| AUTOEVALUACIÓN: ¿Cómo es mi intervención y dialogo con los niños? Acompañamiento y observadora. | |

MARCO TEÓRICO

La situación didáctica se realizó de acuerdo con las necesidades de los alumnos, el aumento de productos comerciales en el desayuno los llamados comida chatarra.

La procuraduría federal del consumidor clasifica como alimentos chatarra algunas comidas rápidas, como hamburguesas, pizzas, hot dogs, papas fritas, los refrescos, golosinas, pasteles, helados, biscochos etc.

Si se sabe que estas comidas no son nutritivas ¿por qué se consumen? Según los estudios que se han realizado es porque su ingesta hace que el cerebro libera una sustancia llamada dopamina la cual genera en el organismo una sensación de bienestar, placer y saciedad.

De acuerdo a la organización panamericana de la salud (OPS) el abuso de alimentos chatarra es uno de los principales factores causantes del sobre peso y la obesidad. La buena alimentación no solo es una necesidad fisiológica como lo indica la pirámide de Maslow. Es una medida de hábitos y costumbre que inicia en casa y se fortalece en la escuela.

Para informar sobre lo que contiene una alimentación saludable se tomó como referencia la pirámide alimenticia que contiene 5 grupos de alimentos; los granos que aportan carbohidratos necesarios para la energía diaria en este grupo se encuentra el arroz, maíz, tortillas y pan.

2° grupo: frutar y verdura que proporcionan fibra y vitaminas.

3° grupo: lácteos y derivados: son fuente de vitaminas, fosforo y calcio

4° grupo: carne, pescado, huevos y legumbres que contienen aminoácidos

5 grupo: las grasas y, aceites y azúcares: de este grupo se recomienda consumir una porción al día.

De este grupo de alimentos los alumnos podrían elegir que alimentos de cada grupo les gusta para poder formar su plato del bien comer.

La página del gobierno del México (www.gob.mx el plato del bien comer) es una guía de alimentación que forma parte de la NORMA OFICIAL MEXICANA (NOM) para la promoción y educación para la salud en materia alimentaria la cual establece criterios para la orientación nutritiva en México.

El plato del bien comer divide en tres grupos los alimentos que se deben consumir diariamente.

1.- frutas y verduras.

2.-cereales y tubérculos.

3.- leguminosas y alimentos de origen animal.

Los alumnos teniendo conocimiento de lo anterior comprender fácil mente como combinar sus alimentos según sus gustos.

Conclusión: Para que el alumno logre los aprendizajes deseados me apoyo de la teoría de Lev Vigotsky, se basa que el aprendizaje se da por medio de su cultura y la sociedad en el cual se desenvuelve el niño, según los hábitos de su familia es como el niño actuará, también la teoría sostiene que el niño necesita de un andamiaje (zona de desarrollo próximo) la ayuda que obtiene en la escuela para conocer en este caso en específico la pirámide nutricional para que el alumno seleccione lo que le gusta y es nutritivo para él.

También la teoría de Jean Piaget el conocimiento se da por medio de una transformación cognitiva, asimilando lo que ya sabía con lo nuevo que aprendió, en este caso los alumnos ya conocían las frutas, los lácteos, verduras o carne, ahora saben cómo combinarlos para tener una comida saludable.

La teoría David Ausubel se basa en el aprendizaje significativo, si lo que aprendió el alumno significa algo para él, si le es de interés, lo asimila es por eso por lo que nuestra labor es hacer las actividades divertidas, interesantes para los alumnos para que se interesen, para lograr su participación y lograr su aprendizaje.

Debemos adaptarnos a los requerimientos de los alumnos ser una guía un apoyo y realizar las actividades interesantes y divertidas para ellos.

Glosario:

- Chatarra: tipo de alimento, según la academia de la lengua española (RAE) bajo en calidad alimenticia, alto contenido de azúcar, grasa y sodio.
- Pirámide de Maslow: Teoría de Abraham Maslow que jerarquiza las necesidades humanas; fisiológicas, seguridad, sociales, reconocimiento y autorrealización.

Bibliografías:

Plan y programas de estudio Aprendizaje Clave

Programa de estudios 2011

Libro de la educadora: educación preescolar

¿cómo mejorar la evaluación en el aula?

REFLEXION

Observando que los primeros meses de cada ciclo escolar, las loncheras de los alumnos contenían alimentos nutritivos, pero tras pasar el tiempo es común que su desayuno sea en la mayor parte de los alumnos lo que comúnmente se llama productos chatarra.

Considere recordar a los alumnos y padres de familia sobre una alimentación adecuada.

Se realizó la planeación de acuerdo con las necesidades e intereses de los alumnos. se utilizó el libro plan y programa aprendizajes clave, se tomaron algunas sugerencias del libro de la educadora y se usó el libro mí álbum para el alumno.

Se logró el propósito de la educación los alumnos retomaron su sana alimentación conocieron el nombre de otras frutas Llegan a acuerdos seguían indicaciones, respetar turnos, y lo más importante disfrutar de una sana convivencia.

Situación didáctica realizada en ocho días de clases, el principal aprendizaje esperado fue:

Reconoce la importancia de una alimentación correcta y los beneficios que aporta al cuidado de la salud.

La labor docente nos hace reflexionar sobre la importancia de una planeación para organizar nuestras actividades con el fin de que los niños y niñas logran los aprendizajes esperados.

En nuestra secuencia didáctica tratamos de abarcar con todos los campos de formación académica y las áreas de desarrollo personal y social, para que las actividades sean variadas pero relacionadas con el mismo tema, en este caso, la alimentación.

Se dio inicio con preguntas para conocer sus saberes previos, la mayoría de los alumnos reconoce que alimentos son los saludables y cuál es la que comúnmente se le llama comida chatarra, mencionan como el adulto en su casa les condicionan los dulces, algunos mencionan que por cuidar sus dientes o porque les duele el estómago, o porque les han dicho que podrían tener lombrices.

Los aprendizajes en preescolar se logran por medio del juego algo que a los pequeños les agrada mucho, son pocos los alumnos tímidos o que aprender a su ritmo, para lo cual es necesaria nuestra intervención para motivarlo a participar la situación de la alimentación amplió más sus conocimientos por ejemplo logran identificar los productos del plato del buen comer o el nombre de algunas frutas en inglés, un cuento relacionado con la oruga comelona (muy inteligente porque como fruta) o saber cómo se realiza una entrevista, o sentirse como él o la que atiende una tienda, organizar sus actividades llegando a acuerdos y más que nada el ver a sus padres en la escuela trabajando con ellos y como hacer una rica ensalada de frutas.

Algo que considero que debería de haber agregado sería: que las madres de familia mandaran una receta y realizar un recetario para que los alumnos realicen sus menús en su casa con algún adulto.

