

Maqueta” Hoy y mañana sin bebidas azucaradas”.

Bianey Itamara Soriano Peña.

Coordinación de Educación para la Salud L054.

15APOS2178B.

Tianguistenco.

20 de febrero del 2023.



## Introducción.

El docente juega un papel importante en el proceso de enseñanza- aprendizaje y por ello es necesario que busque diferentes medios o recursos que le apoyen a consolidar los aprendizajes en los alumnos tomando en cuenta sus características e intereses.

En cada una de las clases nos enfrentamos a buscar o diseñar materiales porque son una herramienta fundamental que nos sirve como apoyo a nuestra labor, en la actualidad se cuentan con diferentes recursos que se pueden utilizar adecuándolos al contexto en el que se trabaja.

Es por ello que se realizan actividades con una diversidad de materiales con el objetivo de favorecer los aprendizajes de los alumnos.

De acuerdo con Cedeño, M. (2004), el material didáctico es una herramienta de aprendizaje que apoyan al niño emocional, físico, intelectual, y socialmente, es decir auxilian en la búsqueda de su desarrollo integral. Además, son medios para estimular el aprendizaje, desarrollando la capacidad creativa.

Este recurso que se utilizó permite apoyar en el aprendizaje de los alumnos teniendo como referencia los planes y programas de estudio 2011 que siguen vigentes es sexto grado con la asignatura de ciencias naturales partiendo de los siguientes propósitos:

Que los alumnos participen en el mejoramiento de su calidad de vida a partir de la toma de decisiones orientadas a la promoción de la salud y el cuidado ambiental, con base en el consumo sustentable y practicar hábitos saludables para prevenir enfermedades, accidentes y situaciones de riesgo a partir del conocimiento de su cuerpo.

Al igual se relaciono con el cuadernillo de campañas de autocuidado “Haciendo ecos en mi escuela: Mente sana cuerpo sano” específicamente con el tema hoy y mañana sin bebidas azucaradas que tenia el objetivo de promover el autocuidado a través de acciones de vida saludable.

## Maqueta “Hoy y mañana sin bebidas azucaradas”

Esta actividad surgió a partir de la observación porque se hizo una valoración de las bebidas que los alumnos consumen con mayor frecuencia esto surgió del trabajo previo que se realizó en una campaña sobre el consumo de agua simple potable.

Después se continuó explicando a los alumnos que las bebidas azucaradas contienen grandes cantidades de azúcar y algunos ejemplos de ellas son los refrescos, jugos industrializados, aguas embotelladas de sabor, bebidas energizantes entre otras y por ello carecen de algún valor nutrimental generando enfermedades a largo plazo como obesidad, caries, diabetes e hipertensión y es por ello por lo que se les recomienda consumir agua simple potable.

Tomando en cuenta que el objetivo tiene que ver con la promoción del autocuidado a través de acciones de vida saludable el material didáctico que se realizó es una maqueta que contenía imágenes de bebidas que son mayormente consumidas por los alumnos, su nombre, la cantidad de azúcar que contienen mediante cucharadas y su equivalencia en gramos exponiendo de manera física las cantidades de azúcar exactas y realizando la comparación con el agua simple.

Una vez realizadas las maquetas y reflexionando acerca del contenido de las bebidas se comentaron algunas reflexiones sobre el tema de manera grupal. Para finalizar los alumnos explicaron la maqueta con los integrantes de su familia para hacer de su conocimiento dicha información.



### Conclusiones.

- Los alumnos reflexionaron acerca del tema tomando en cuenta los daños que pueden provocar en su salud por el excesivo consumo de bebidas azucaradas.
- Relacionaron lo que aprendieron con estilos de vida saludable.
- Se contribuyó a la toma de decisiones para la conservación de la salud mediante un aprendizaje significativo.
- Se consolidaron aprendizajes que tienen relación con el contexto.
- Se fortaleció el consumo de agua simple potable.

## Bibliografía.

Secretaria de Educación Pública (10 de enero de 2022). Ciencias Naturales sexto grado.

<https://libros.conaliteg.gob.mx/2022/P6CNA.htm#page/1>

Secretaria de Educación Pública (10 de enero de 2022). Cuadernillo campañas de autocuidado Haciendo ECOS en mi Escuela: Mente Sana en Cuerpo Sano.

[https://educacionbasica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/202108/202108-RSC-cuadernillo\\_actividades\\_19Ago21.pdf](https://educacionbasica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/202108/202108-RSC-cuadernillo_actividades_19Ago21.pdf)

Secretaria de Educación Pública (9 de enero de 2022). Programas de estudio 2011 guía para el maestro.

[http://edu.jalisco.gob.mx/cepse/sites/edu.jalisco.gob.mx.cepse/files/sep\\_2011\\_programas\\_de\\_estudio\\_2011.guia\\_para\\_el\\_maestrosexto\\_grado.pdf](http://edu.jalisco.gob.mx/cepse/sites/edu.jalisco.gob.mx.cepse/files/sep_2011_programas_de_estudio_2011.guia_para_el_maestrosexto_grado.pdf)