

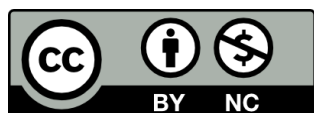


EDOMÉX
DECISIONES FIRMES, RESULTADOS FUERTES.



El huerto escolar

Autor(a): Nydia Paulina Rodríguez Mendoza
Carina Raquel Castillo Villalba
Escuela Primaria Celestin Freinet 15EPR4747M
Ixtapaluca, México
12 de diciembre de 2022





<https://www.agrohuerto.com/huertos-escolares/>



<https://okupatic.wordpress.com/2020/06/14/los-huertos-escolares-como-recurso-didactico/>

EL HUERTO ESCOLAR

RODRÍGUEZ MENDOZA NYDIA PAULINA
CASTILLO VILLALBA CARINA RAQUEL

IXTAPALUCA, ESTADO DE MÉXICO
12/12/2022

INTRODUCCIÓN

El presente pliego titulado “El Huerto Escolar” está hecho para ser utilizado como técnica de aprendizaje de manera transversal en las diferentes asignaturas de Educación Básica, principalmente nivel Primaria, se compone de una propuesta gradual para los diferentes grados escolares.

Esta Guía está encaminada a los docentes de las escuelas, con la ventaja de que incorporen estrategias metodológicas innovadoras, de manera que los y las alumnos y alumnas puedan investigar y realizar experiencias utilizando el huerto escolar, a la vez que le permite incrementar la alimentación saludable y tener alimentos disponibles durante todo el año con su propio trabajo y aprendizaje.

“El Huerto Escolar” puede ser utilizado como un refuerzo de aprendizaje, el presente está organizado por grados de trabajo, permitiendo con esto la organización gradual del trabajo con el alumnado, se toma en cuenta Vida Saludable, Conocimiento del Medio y en relación con las diferentes asignaturas, encaminado al fortalecimiento nutrición, alimentación sana y cuidado del medio ambiente.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS GENERALES.

- Aplicación desde el aula con saberes previos, relacionados a su vida cotidiana y contexto.
- Desarrollar actividades que fortalezcan y refuercen los temas relacionados con el huerto escolar, alimentación, nutrición y seguridad alimentaria, graduados al nivel impartido.
- El docente funge como orientador y facilitador
- El presente documento cuenta con una estructura en sus actividades de inicio, desarrollo y cierre, con la finalidad de poder ser aplicado en la planificación docente.
- Las estrategias van encaminadas al aprovechamiento de los aprendizajes esperados.

OBJETIVOS

- Aumentar la alimentación sana de la población estudiantil;
- Desarrollar actividades innovadoras y por proyectos para su aplicación;
- Lograr concientizar sobre el cuidado del medio ambiente;
- Reforzar saberes previos en los alumno y alumnas sobre alimentación saludable;
- Aprender sobre huertos y nutrición;

DESARROLLO

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	PRIMERO
TEMA	Diversidad plantas de mi entorno. Nutrición e higiene.
INICIO	<p>Se sugiere iniciar el tema, solicitando a los y las estudiantes: Observen las plantas del entorno.</p> <p>Hablar sobre la diversidad, belleza y utilidad de las plantas de su entorno.</p> <p>Hacer preguntas como:</p> <p>¿Por qué las plantas son útiles?</p> <p>¿Cuáles plantas de las que están a alrededor de la escuela son alimenticias?</p> <p>¿Saben lo que es un huerto?</p> <p>¿Cuáles plantas adornan el jardín y los alrededores de la escuela?</p> <p>El maestro o maestra permite que los niños y las niñas se expresen con libertad, dándole el tiempo oportuno a cada uno.</p> <p>Luego pide a los y las estudiantes que dibujen y coloreen alimentos que provengan de las plantas. Pueden dibujar plantas que ellos consideren bellas y que dan sombras.</p>

	Estos dibujos pueden ser colocados en el mural de conocimiento del medio y vida saludable.
DESARROLLO	<p>El maestro o maestra explicará los tipos de plantas que rodean el entorno escolar incluyendo los del huerto y los beneficios de las plantas.</p> <p>Pedir a los alumnos y alumnas que:</p> <p>Dibujen y coloreen dos plantas de las cuales reciben beneficios.</p> <p>Escribir el nombre común de las plantas dibujadas. Colocar los dibujos en el mural del curso.</p> <p>Organizar con los alumnos y alumnas una visita al espacio designado para huerto escolar.</p>
CIERRE	<p>Mostrar algunos alimentos de los que se cultivan en el huerto y explicar algunas normas básicas antes y durante la preparación de los alimentos.</p> <p>Pedir a los estudiantes que de las plantas observadas expresen cuales se consumen en sus casas.</p> <p>Motivar a los y las estudiantes a recogidas y consumir frutas y vegetales todos los días por los múltiples beneficios que les proporcionan.</p> <p>Hacer pequeñas sumas utilizando las semillas recogidas en el huerto.</p> <p>Orientar a los estudiantes para que dibujen en sus cuadernos las plantas que observaron en el huerto y las frutas que más les gustan. Colocar en el mural.</p> <p>Pedir a los estudiantes que copien algunas palabras del pizarrón como: hoja, hortaliza, huerto, hombre y leer en voz alta.</p> <p>Orientarlos para que escriban una frase corta sobre la planta que más le llamó la atención en el huerto, ejemplo: Lechuga verde. Publicar en el mural.</p>
TIEMPO	Ciclo escolar actual.
EVALUACIÓN	Reconoce y nombra plantas alimenticias. Dibuja plantas alimenticias de su entorno.

	<p>Participa en los diálogos sobre plantas del huerto.</p> <p>Identifica algunas normas de higiene que se deben aplicar al consumir alimentos. Reconoce algunas medidas de higiene al manipular alimentos.</p>
--	--

Cuadro 1 Elaboración propia

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	SEGUNDO
TEMA	<p>De dónde vienen los alimentos.</p> <p>Los alimentos reponen la energía y los materiales perdidos. Los alimentos de la comunidad.</p> <p>Higiene en el manejo y en el consumo de los alimentos</p>
INICIO	<p>Se sugiere que el maestro o la maestra inicien las actividades presentando algunas láminas o fotografías que muestren alimentos que se venden en mercados, supermercados y/o colmados. Aprovechar el tema y hablar brevemente sobre el Día Mundial de la Alimentación. Preparar previamente una bandeja de frutas en cooperación con el grupo, y preguntar si todos/as disponemos de alimentos suficientes.</p> <p>Hacer preguntas a los y las estudiantes sobre de dónde vienen esos alimentos.</p> <p>Mostrar láminas de alimentos y pedirles que comenten sobre lo que observan en la lámina o fotografía.</p> <p>¿Qué pasaría si no disponemos de alimentos suficientes?</p>
DESARROLLO	<p>El maestro o la maestra pueden aprovechar las láminas o fotografías para clarificar algunos conceptos, como, por ejemplo: que los alimentos provienen de diferentes fuentes, citar algunas (conucos, huertos, parcelas, otros), explicar la importancia de consumir alimentos variados y frescos, ya que estos les permiten reparar la energía perdida. Señalar algunas medidas de higiene que se deben seguir al consumir alimentos, sobre todo, los que se consumen crudos que provienen del huerto o de otras fuentes.</p> <p>Organizar con los/as estudiantes una visita al huerto de la escuela.</p>

	<p>Orientarlos para que observen en el huerto: Plantas que reconocen en el huerto.</p> <p>Distinguir entre plantas grandes, medianas y pequeñas.</p> <p>Si tiene agua el huerto.</p> <p>Si hay tierra para ponerle a las plantas del huerto. Si animales pequeños dentro del huerto.</p> <p>Si las plantas tienen flores y frutos.</p> <p>Si todas las plantas nacen de semillas.</p> <p>Si todas las plantas tienen la misma forma.</p> <p>¿Cuáles de esas plantas se consumen en tu casa con frecuencia?</p>
CIERRE	<p>Anotar en la pizarra el nombre de las plantas que los estudiantes reconocieron en el huerto.</p> <p>El docente escribe en la pizarra los nombres de las plantas mencionadas por los alumnos en tres columnas: Plantas grandes, medianas y pequeñas.</p> <p>Pedir a los estudiantes que dibujen dos plantas de las que observaron con frutos y dos con hojas. Colorear plantas de las cuales solo se comen las hojas.</p> <p>Escribir en la pizarra un párrafo como el siguiente, leer con los estudiantes y luego pedirles que lo copien en sus cuadernos.</p>
TIEMPO	Ciclo escolar actual.
EVALUACIÓN	<p>Identifica algunos alimentos propios de tu comunidad.</p> <p>Argumenta sobre la importancia de consumir alimentos frescos y variados.</p> <p>Reconoce que sin alimentos no hay energía. Dibuja lugares donde se cultivan alimentos. Dibuja platos alimenticios propios de tu cultura.</p> <p>Reconoce que los alimentos hay que consumirlos de manera higiénica.</p> <p>Muestra interés por consumir frutas y hortalizas.</p>

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	TERCERO
TEMA	<p>Higiene, medio ambiente y salud:</p> <p>Sin vitaminas se producen las enfermedades.</p> <p>Los vegetales y verduras contienen vitaminas y minerales.</p> <p>¿Dónde podemos encontrar vitaminas y minerales? (dibujo frutas, hortalizas, agua).</p>
INICIO	<p>Sugerimos que el maestro o la maestra introduzcan ese tema haciendo preguntas relacionadas con la alimentación de los estudiantes:</p> <p>¿Cuáles alimentos consumen en el desayuno, en el almuerzo o comida y cena? Abrir un diálogo con los estudiantes y permitir que ellos se expresen libremente.</p> <p>¿Por qué debemos consumir siempre frutas y vegetales, entre ellos: las hortalizas? Abrir un diálogo entre parejas y luego socializar en el aula.</p> <p>Pedir a los estudiantes que escriban en sus cuadernos los nombres de tres frutas, dos vegetales y dos verduras que más le gustan,</p> <p>Leer en voz alta en el aula.</p>
DESARROLLO	<p>Se sugiere que el docente presente varios vegetales y vaya desarrollando el tema presentando algunas, frutas, vegetales y verduras.</p> <p>Establecer con claridad qué es una fruta, un vegetal y una verdura.</p> <p>¿Dónde se cultiva cada uno de los recursos presentados?</p> <p>Explicar las vitaminas que contiene cada uno de los recursos presentados.</p>
CIERRE	<p>¿Por qué nuestra dieta debe ser variada?</p> <p>¿Cuáles son las enfermedades que puede ocasionar la falta de vitaminas y minerales a los seres humanos?</p> <p>¿En qué medida el huerto contribuye a que nuestro organismo obtenga vitaminas y sales minerales? Investigar en cuáles lugares de la comunidad hay huertos y de qué forma contribuye en la economía del hogar y de la comunidad.</p>

TIEMPO	Ciclo escolar actual.
EVALUACIÓN	<p>Identifica diferentes vitaminas y minerales en frutos y vegetales.</p> <p>Argumenta con propiedad sobre la importancia de un huerto para la alimentación, economía del hogar y el ambiente.</p> <p>Muestra interés y respeto por las actividades del huerto.</p> <p>Reconoce que las vitaminas y minerales que contienen los alimentos del huerto contribuyen a mejorar tu salud.</p> <p>Reconoce que el huerto es una fuente segura de alimento.</p>

Cuadro 3 Elaboración propia

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	CUARTO
TEMA	<p>Agricultura:</p> <p>El suelo y la agricultura</p> <p>El huerto</p> <p>Diferentes tipos de abono</p> <p>Siembra y cosechas</p>
INICIO	<p>Saberes previos</p> <p>¿Cómo nace la agricultura?</p> <p>¿Por qué se dice que la agricultura forma parte del desarrollo del país?</p> <p>¿Cuáles son los principales productos agrícolas que se cultivan en el país?</p> <p>¿Qué importancia tiene la agricultura en nuestra alimentación?</p> <p>Escuchar las diferentes respuestas de los/as estudiantes.</p> <p>Pedir a los/as estudiantes que escriban 10 productos que ellos consumen y provengan de la agricultura. Cada estudiante, leer la lista de los productos que escribieron.</p> <p>Escribir algunos conceptos en el pizarrón como agricultura, tipos de agricultura, fertilidad de los suelos; para que los/as estudiantes las copien en sus cuadernos e investiguen las respuestas.</p>

DESARROLLO	<p>Se sugiere que el docente desarrolle el tema del huerto explicando la importancia del huerto como una forma de alimentación saludable, y motivando a los/as estudiantes a consumir los alimentos que se producen en el huerto, ya que los niños/as que no comen bien, no crecen, ni aprenden, se enferman y dejan de asistir a las clases.</p> <p>Los huertos escolares no solo proporcionan alimentos sino una mejor calidad en alimentación, proporcionando frutas y hortalizas variadas que son fuentes de vitaminas y minerales necesarias para el desarrollo de niñas y niños.</p> <p>Se sugiere motivar a los y las estudiantes, no solo a cultivar buenos hábitos alimenticios para mejorar la salud, sino también a construir huertos caseros con ayuda de los padres, como forma de garantizar alimentos sanos y la autosuficiencia en el hogar.</p> <p>Se sugiere que el maestro o la maestra organice, junto con los estudiantes, una visita al huerto de la escuela o alguno que se encuentre en su comunidad.</p> <p>En la organización de la visita debe incluir una guía de observación y algunos recursos como una cinta métrica, una regla, fundas para recoger muestras de hojas, cuaderno, lápiz.</p>
CIERRE	<p>Investigar en diferentes fuentes incluyendo el Internet:</p> <p>Resolver la sopa de letras las siguientes palabras y busca su significado: Hortaliza, abono, cosechar, nutrir, cultivar.</p>
TIEMPO	Ciclo escolar actual.
EVALUACIÓN	<p>Se sugiere evaluar las actividades con los siguientes aspectos: Explica con claridad qué es la agricultura.</p> <p>Identifica los principales alimentos agrícolas de comercialización nacional.</p> <p>Argumenta con propiedad los beneficios de horticultura orgánica</p> <p>Establece diferencias entre abono natural y abono artificial.</p>

Cuadro 4 Elaboración propia

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	QUINTO
TEMA	<p>Diversidad biológica en la biosfera.</p> <p>-Relación de los seres vivos con los factores físicos del medio.</p> <p>-Las plantas</p>
INICIO	<p>El/ la docente puede iniciar el tema haciendo las siguientes preguntas.</p> <p>¿Qué es la biodiversidad?</p> <p>Dar un tiempo para que los/ las estudiantes reflexionen y contesten la pregunta, y luego el/la docente puede ampliar con las informaciones que le van suministrando los/as estudiantes que la diversidad biológica está referida a la gran variedad de organismos vivos que habitan en el planeta, ya sean que se encuentren en ecosistemas terrestres, aéreos, marinos o acuáticos. Incluye todas las especies de animales, plantas, hongos y microorganismos, así como su relación ecológica.</p> <p>-Formar grupos de estudiantes para que observen el entorno de la escuela, escribir los nombres de por lo menos 10 seres vivos y explicar los beneficios que le aportan a los seres humanos. Exponer en el aula.</p>
DESARROLLO	<p>Organizar una visita al huerto de la escuela o de la comunidad.</p> <p>En la organización de la visita debe incluir una guía de observación y algunos recursos como: cinta métrica, regla, fundas para recoger muestras de hojas, cuaderno, lápiz, lupa, cuerdas de nylon, entre otros.</p> <p>-Pedir a los/as estudiantes que observen y describan el huerto, tamaño que ocupa, variedad de plantas que hay sembradas, elementos bióticos y abióticos que se observan, variedad de animales pequeños, tamaño de los surcos, disposición de los vegetales del huerto, clasificación de las plantas, tipos de abonos usados, tiempo de siembra y de cosechas de las plantas, gastos del huerto, ubicación geográfica, área del huerto, calidad de las semillas, otros.</p> <p>En el aula invite a los estudiantes a que reflexionen y comenten acerca de la relación que tuvieron cada uno con el huerto, tomando en cuenta el</p>

	<p>verdor de las plantas, los colores, los frutos, el aroma, el rancho, los alimentos.</p> <p>Luego contestar las preguntas de la guía y socializarlas en el aula; retroalimentar si es necesario.</p> <p>-Con el propósito de determinar costumbres sobre el consumo de vegetales diariamente proponemos que los/as estudiantes realicen la siguiente actividad en por lo menos 10 casas.</p> <p>¿Cuántas veces a la semana consumen estos alimentos en la comida del mediodía o almuerzo? Marcar con una X.</p> <p>Presentar la información en un organizador gráfico como el siguiente:</p> <p>Alimentos Una Dos Tres Cuatro Cinco o más</p> <p>Arroz</p> <p>Carnes</p> <p>Ensalada verde</p> <p>Habichuelas</p> <p>Plátanos fritos</p> <p>Arepitas de yuca</p> <p>Ensalada cocida</p> <p>Pescado</p> <p>Otros</p> <p>Analizar los resultados de la encuesta sobre el nivel de preferencia de los vegetales y motivar al consumo de vegetales por los múltiples beneficios que ofrece a la salud.</p> <p>Promover con los/as estudiantes a que juntos con sus padres construyan huertos caseros como forma de garantizar alimentos disponibles y seguros para ellos y sus familias.</p>
<p>CIERRE</p>	<p>¿Cuáles vegetales se exportan desde México a otros países?</p> <p>¿Por qué el huerto se considera parte de la biodiversidad?</p> <p>¿Cuáles beneficios nos aporta un huerto casero?</p> <p>¿Cuáles plantas medicinales se pueden cultivar en un huerto?</p>

	Identifica los elementos abióticos que necesitan las plantas para su desarrollo.
TIEMPO	Durante el ciclo escolar.
EVALUACIÓN	<p>Identifica algunos vegetales que se exportan a diferentes países.</p> <p>Establece diferencias entre plantas alimenticias y medicinales.</p> <p>Reconoce el valor de la biodiversidad y sus múltiples beneficios.</p> <p>Argumenta con claridad sobre la importancia de consumir vegetales y hortalizas diariamente. Determina área y perímetro de un huerto o surco del huerto.</p> <p>Redactan poesías o cuentos sobre la diversidad biológica con claridad.</p> <p>Ubica con claridad el espacio geográfico del huerto escolar.</p> <p>Respetar las opiniones de las personas y grupos.</p>

Cuadro 5 Elaboración propia

ASPECTO	ACTIVIDAD
GRADO	SEXTO
TEMA	Nutrición en los seres vivos.
INICIO	<p>Se sugiere al maestro o maestra introducir la actividad con algunas preguntas escritas en el pizarrón como, por ejemplo:</p> <p>¿Cuál es la diferencia entre nutrición y desnutrición?</p> <p>¿Cuáles son posibles las causas de la desnutrición?</p> <p>¿Cuáles nutrientes nos aportan los alimentos?</p> <p>Después de que los estudiantes discutan en grupos, el maestro o maestra puede profundizar en el tema enfatizando en que los alimentos son los que aportan los nutrientes que necesitamos para mantenernos, crecer y desarrollarnos.</p> <p>También debe profundizar en los nutrientes que contienen los alimentos y motivarlos a consumirlos variados, siendo el huerto una alternativa de alimentos diferentes, frescos y saludables.</p>

Escribir en el pizarrón un cuadro como el siguiente para que los estudiantes lo completen de acuerdo al mandato.

Nombre del alimento	Nutriente/s que contiene
Tomate	
Espinaca	
Perejil	
Remolacha	
Zanahoria	
Pepino	
Lechuga	
Ají	
Cebollín	
Repollo	
Coliflor	
Brócolis	

Tabla 1 Elaboración propia

Discutir y socializar en el salón de clases los resultados.

DESARROLLO

Organizar una excursión científico -didáctica al huerto de la escuela o de la comunidad con los estudiantes de sexto grado.

La excursión debe incluir una guía de observación y algunos recursos como: cinta métrica, regla, bolsas o fundas para recoger muestras de hojas, cuaderno, lápiz, lupa, un mapa, entre otros.

Pedir a los/as estudiantes que observen el entorno del huerto tanto dentro como a sus alrededores, ubicar los puntos cardinales utilizando el mapa, describir el ambiente que lo rodea: colores, aroma, otros.

Hacer anotaciones de sus observaciones.

Oriente a los y las estudiantes para que observen los elementos abióticos y bióticos que rodean el huerto, medir su tamaño. Clasificar las plantas del huerto, atendiendo a si son aromáticas, medicinales, comestibles; también a la parte comestible de la planta el tallo, la raíz, las hojas el fruto, o las flores y hacer dibujos.

	<p>En el aula pedir orientación a los estudiantes para completar la guía, socializar las respuestas en el aula.</p> <p>Pedir a los/as estudiantes que redacten un cuento en el que debe hacer contar sobre los beneficios del huerto, su valor económico y social, presentar y publicar en el mural.</p> <p>Que los y las estudiantes enumeren algunas ventajas de tener cultivos con producción disponible todo el año. Escribir en sus cuadernos.</p> <p>Presentar una propuesta de cómo mejoraría la producción de alimentos para evitar que muchas personas pasen hambre en su comunidad. Leer y comentar en el salón.</p>
CIERRE	<p>La diferencia entre alimentos y nutrientes.</p> <p>La importancia de consumir alimentos frescos y variados.</p> <p>¿Para qué le sirven los nutrientes de los alimentos al organismo?</p> <p>¿Cuáles nutrientes tienen la cebolla roja, la remolacha y el brócoli?</p> <p>¿Qué es la desnutrición y cómo se produce?</p> <p>¿Por qué los alimentos que se cultivan en el huerto contribuyen a nutrir nuestro cuerpo?</p>
TIEMPO	Ciclo escolar actual.
EVALUACIÓN	<p>Se sugiere evaluar las actividades pidiendo a los estudiantes:</p> <p>Investigar en diferentes fuentes incluyendo el Internet:</p> <p>Establece diferencia entre alimentos y nutrientes.</p> <p>Ubica el espacio geográfico que ocupa el huerto de la escuela.</p> <p>Explica la importancia de consumir alimentos frescos y variados.</p> <p>Nombra los diferentes nutrientes que poseen los alimentos.</p> <p>Argumenta sobre el consumo de vegetales como forma de nutrir el organismo.</p>

Cuadro 6 Elaboración propia

CONCLUSIONES

Los huertos escolares no solo proporcionan alimentos sino una mejor calidad en alimentación, nos otorgan frutas y hortalizas variadas que son fuentes de vitaminas y minerales necesarias para el desarrollo de niñas y niños.

Tener un huerto en la escuela es una actividad de beneficios importantes tanto para los alumnos como para la mejorar de los hábitos de salud y alimentación. Los alumnos y alumnas se deben convertir en pequeños agricultores de sus propios vegetales.

La presente guía de trabajo que se propone puede ser desarrollada durante el ciclo escolar vigente puesto que las actividades son flexibles para encaminar a los alumnos y alumnas a consolidar y reconocer los beneficios de trabajar el huerto escolar.

Es por ello por lo que el presente trabajo aún está en proceso de llevarlo a la práctica como apoyo en la alimentación y en la transversalidad de las distintas materias.

Así mismo se podrá modificar en el transcurso de la practica para conseguir los objetivos y propósitos esperados.

REFERENCIAS

ELIO, Arrechea. 1965. Nuestro Mundo 2. Octava Edición. Cultural Centroamericana, S.A. Guatemala. LOBO, Ceferino E. 1963. Lecciones de Castellano. Enseñanza Secundaria. McGraw-Hill/ Interamericana. Ministerio de Educación. Programas de estudio de Educación Básica. El Salvador, 2002. MONCAYO Guido A., Talero y otros. 1980.

En acción 1, 2, 3 Editorial McGraw-Hill, Latinoamérica, S.A. Bogotá, Colombia.

PEÑA, German Alberto.1968. Cuzcatlán de mis Recuerdos. Tercera edición. Editorial "Cipatly" Mejicanos. San Salvador. El Salvador