

La alimentación saludable en las familias

Ketty Tatiana Blanco Perez

Tutor

Karen Lorena Lucuara Castro

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación - ECEDU

Vicerrectoría Académica y de Investigación

Pailitas

2022

Resumen

Al contemplar la posibilidad de diseñar una propuesta objetiva con el fin de mejorar el desarrollo personal, físico y mental de la niñez se hizo necesario la focalización de un grupo de madres que necesitan del apoyo educativo y que se ve enmarcados en un ambiente sociocultural aislado de muchas verdades con respeto a la alimentación saludable. La propuesta planteada y la ejecución de esta, llevó a estudiar las diferentes áreas de la alimentación saludable, partiendo del punto de vista del ministerio de salud y el bienestar familiar que contempla que la alimentación en los niños debe ser balanceada y nutritiva.

ENSIN (2010) plantea

a los principios establecidos en la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional y en la Ley 1355 de 2009, el ICBF se encuentra desarrollando la actualización de las Guías Alimentarias para la Población Colombiana y ha elaborado la propuesta del Plan Nacional de Educación Alimentaria y Nutricional.

La salud es un compromiso de todos y el bienestar familiar da a conocer sus diversos objetivos donde se compromete con la protección integral de los niños "Promover la seguridad alimentaria y nutricional en el desarrollo de la primera infancia, las niñas, niños, adolescentes y la familia". Para alcanzar el propósito planteado se organizaron algunas capacitaciones a las madres usuarias, videos y al mismo tiempo se llevó a cabo la práctica de cada actividad con el fin de afianzar los conocimientos. Cada momento aplicado se llevó la práctica de lo aprendido y se fortaleció en los aportes de cada uno de los asistentes, se trabajó la creatividad en cuento a la decoración de platos y las diferentes minutas propuestas. La propuesta se presenta con el fin de mejorar e intentar coadyuvar los problemas de salud que se viene presentando en el hogar de bienestar mi divino niño, es así como de forma muy explícita se toma como punto de partida la

pregunta: ¿Cómo las capacitaciones sobre alimentación saludable, aporta al bienestar de las familias del Hogar de Bienestar Mi Divino Niño, durante el periodo de servicio?

Palabras claves: Salud, Nutrición, Alimentación.

Abstract

When contemplating the possibility of designing an objective proposal in order to improve the personal, physical and mental development of children, it became necessary to focus on a group of mothers who need educational support and who are framed in a sociocultural environment isolated from many truths regarding healthy eating. The proposed proposal and its execution led to the study of the different areas of healthy eating, starting from the point of view of the Ministry of Health and Family Welfare, which contemplates that children's food should be balanced and nutritious.

In response to the challenges posed by the ENSIN (2010), to the principles established in the Food and Nutritional Security Policy and in Law 1355 of 2009, the ICBF is developing the updating of the Dietary Guidelines for the Colombian Population and has drawn up the proposal for the National Food and Nutritional Education Plan.

Health is everyone's commitment and family well-being discloses its various objectives where it is committed to the comprehensive protection of children "Promote food and nutritional security in the development of early childhood, girls, boys, adolescents and family". To achieve the proposed purpose, some training sessions were organized for user mothers, videos and at the same time the practice of each activity was carried out in order to consolidate knowledge. Each applied moment was carried out in practice of what was learned and it was strengthened in the contributions of each one of the attendees, creativity was worked on regarding the decoration of dishes and the different proposed menus.

The proposal is presented in order to improve and try to contribute to the health problems that have been occurring in the well-being home, my divine child. This is how, in a very explicit way,

the question is taken as a starting point: “How do the trainings on healthy eating, does it contribute to the well-being of the families of the Mi Divino Niño Welfare Home, during the period of service?”.

Keywords: Health, Nutrition, Food.

Tabla de contenido

1. Resumen.....	2
2. Abstract.....	4
3. Diagnóstico de la propuesta de pedagógica	7
4. Pregunta de investigación	9
5. Marco de referencia	11
6. Marco metodológico	13
7. Producción de conocimiento pedagógico	17
8. Análisis y discusión	18
9. Conclusiones.....	21
10. Referencias.....	22
11. Anexos	23

Diagnóstico de la propuesta de pedagógica

El bienestar familiar en aras de mejorar la calidad de vida de la niñez, la adolescencia y las familias, crea diversos programas que van a fortalecer estos aspectos sociales y que son de gran relevancia para todos, se viene manejando el programa de cero a siempre; dentro de estos programas están los hogares comunitarios que están dados para atender a niños en cuanto alimentación, protección, desarrollo de habilidades y la parte social.

Los niños que se benefician del hogar Mi Divino Niño son 12 de los cuales seis (6) son niñas y seis (6) niños con edades que oscilan entre los dos (2) y los cinco (5) años. Las familias están conformadas por tres (3) miembros en cada hogar y en algunos casos se presentan seis miembros cuando hay abuelos; entonces hablamos de más o menos 12 familias conformadas por un total de 36 personas que pueden estar siendo beneficiadas con el proyecto de la Alimentación saludable.

Se encuentra dentro del hogar niños con dificultades en su desarrollo motor y cognitivo, además son niños que no tienen apetito por los alimentos que se ofrecen en el hogar de bienestar; en ocasiones se reúsan a comer y prefieren alimentos como mecatos, gaseosas, dulces entre otros, estos niños se muestran desanimados y lloran mucho cuando se les brinda las coladas, no acostumbre en las casas brindarles este alimento y los padres por no escucharlos llorar les remplazan estos alimentos por gaseosas

De esta forma se está trabajando con familias que no están manejando una alimentación balanceada y por ende están presentando mala nutrición que afecta el desarrollo físico, mental y corporal; buscando así fortalecer los hábitos alimenticios con la intención de mejorar la calidad de vida de los niños y por ende de la familia

La alimentación de los niños debe prevalecer sobre cualquier situación familiar porque es la que va a permitir el desarrollo integral de los mismo y favorece al llegar a las instituciones educativa y el futro de ellos en todos los aspectos de la vida. De esta forma se está contribuyendo en la calidad de vida de las familias, aportándoles las herramientas necesarias para mejorar la alimentación de los niños.

Pregunta de investigación

En el transcurso del tiempo se ha querido siempre llevar a cabo muchas acciones que favorezcan el aprendizaje de los niños y de manera muy importante que el desarrollo del niño sea integral de igual forma es de mencionar que la actividad diaria dentro de las instituciones llamase educativas o familiares estas dispuesta brindar una pedagogía con calidad dejando siempre en expectativa que lo primordial es la calidad de vida de los niños, adolescentes y jóvenes. De esta forma y atendiendo que el ICBF está fundamentado en las diferentes leyes que amparan los derechos de los niños como defensores de la misma, busca mantener protegida la integridad del niño de diferentes formas enfocándose en el normal funcionamiento de los estamentos educativos, hogares de bienestar y otros.

Es comúnmente hablar que dentro de las instituciones que prestan los servicios a la niñez se observa una cantidad de problemas que aquejan tanto a la niñez como la familia se presenta un dilema que no responde a las características que se buscan con los niños y es que el desarrollo físico y mental sea optimo como principal motor para el pleno desarrollo de las facultades que le permiten desenvolverse en el campo donde se encuentra. No está el hogar de bienestar el divino niño lejos de esta situación problema donde se encuentran niños con bajos pesos, palidez en sus rostros, desanimo a la hora de ejercitarse, a la hora de comer se vomitan y se les presenta mucho sueño.

Al dialogar con los padres de familia, estos presentan una justificación no muy justa; cómo es decir que son niños de mal comer, pero la realidad es otra son los malos hábitos alimenticios que manejan dentro de la familia

El trabajo del pedagogo no solamente se emerge en los niños en cuanto a conceptos, contenidos; sino también en cómo se encuentra el niño en cuanto el desarrollo, mirando las

diferentes emociones y también las diferentes dimensiones que se desarrollan en ellos; un alimentado saludable mente es un niño sano que va a responder con gran interés a las diferentes tareas que se le dan de acuerdo a su edad, con el fin de mejorar su salud y condiciones de vida; el ministerio de salud y protección social en su ley 2120 del (2021), art.1 dice:

Adopta medidas efectivas que promueven entornos alimentarios saludables, garantizando el derecho fundamental a la salud especialmente de las niñas, niños y adolescentes, con el fin de prevenir la aparición de enfermedades no transmisibles, mediante el acceso información clara, veraz, oportuna, visible, idónea y suficiente, sobre componentes de los alimentos a efectos de fomentar hábitos alimentarios saludables.

Es tarea de todos aportar en el conocimiento sobre la sana alimentación y la prevención de las enfermedades en los niños y como pedagogo estamos encaminados a fortalecer todos los ámbitos escolares de la población.

Visto de esta forma y teniendo en cuenta la problemática que se visualiza dentro del hogar divino niño, se formula la siguiente pregunta: “¿Cómo las capacitaciones sobre alimentación saludable, aporta al bienestar de las familias del Hogar de Bienestar Mi Divino Niño, durante el periodo de servicio?; con esta pregunta se deja al descubierto que existe una dificultad en cuanto a la alimentación de los niños y por ende estas traen algunas consecuencias como enfermados, cansancio, obesidad entre otras.

Marco de referencia

La ENSIN (2010) en respuesta a los desafíos nos plantea que “a los principios establecidos en la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional y en la Ley 1355 de 2009, el ICBF se encuentra desarrollando la actualización de las Guías Alimentarias para la Población Colombiana y ha elaborado la propuesta del Plan Nacional de Educación Alimentaria y Nutricional”.

Por tal motivo la ENSIN (2010) nos señala que, “Es así como la Educación Alimentaria y Nutricional juega un papel primordial en la adquisición de estilos de vida saludable por lo cual se propone aplicar modelos pedagógicos propios para este propósito como los son, por ejemplo, las pedagogías activas y la combinación de experiencias de aprendizaje que facilitan la adopción voluntaria de conductas alimentarias saludables”.

Cuando se abordan temas sobre la alimentación saludable en niños se debe tener en cuenta las diferentes directrices emanadas por el ministerio de salud y la protección, al igual consultar con el bienestar familiar, institución que está dada para prestar un servicio de protección y regulación de los mecanismos de alimentación para el buen desarrollo integral del niño.

Como lo afirman Ajzen, Fishbein y Sapp, tomando de referente a (Kaufer, 1993:21-23) “Entendido esto como lo primordial en el niño es recomendable tener en cuenta muchas actitudes que favorecen la alimentación, entre estas esta la tranquilidad, masticar con calma, no hablar mientras se come y mantener un gusto por la comida “el individuo que ingiere lentamente logra una relación adecuada entre la saciedad y el consumo; es decir va a sentirse satisfecho con más rapidez”.

Los hábitos alimenticios deben prevalecer en toda familia ellos son el derrotero para la sana alimenticio y el buen funcionamiento del cuerpo. Según Hector Bourges “la conducta

alimenticia, obedece más a la influencia de los hábitos y las costumbres que a la del razonamiento”, es importante que la familia este reunida a la mesa en los momentos de la comida esto va ayudar a que los niños observen a sus padres como comen y se animen a lo mismo.

Ajzen, Fishbein y Sapp afirman en su documento lo que dice (Counihan, 1999:6). “Al comer se crean los lazos familiares y de amistad al compartir los alimentos, sabores y valores”.

Las comidas chatarras como comúnmente las llaman no contiene las suficientes proteínas y nutrientes para un buen desarrollo además estas traen como consecuencia algunas enfermedades. Esto lo reafirma Ajzen, Fishbein y Sapp tomando como referente a (Ambau, 1997:24) “Los alimentos que provienen de esas fuentes no son muy nutritivos hay que tienen un alto contenido de grasas, azúcares, aditivos y otras sustancias poco saludables”.

Siempre debe prevalecer los alimentos frescos, nutritivos y con las calorías necesaria para los niños. Como lo presenta Ajzen, Fishbein y Sapp tomando la citación de (Santaló 1999: 26-27). “Los malos hábitos alimenticios se ven reforzados y es más difícil incluir en la dieta frutas o verduras frescas que contienen vitaminas y minerales necesarios o indispensable en una dieta saludable”. Una sana alimentación trae consigo una buena salud y un desarrollo integral completo.

Marco metodológico

El enfoque a utilizar en este proyecto está dado desde el enfoque cualitativo, presentándose este como una acción humana y de la vida social, por lo tanto, la idea es potencializar la vida de las familias encontrando en ellas la formación personal y familiar como procesos de interacción social y participación dentro de una comunidad. Se concibe al investigador como uno más de la investigación se integra en el proceso y se refleja su aporte a la misma. “el investigador asume que sus valores forman parte del proceso de conocimiento y reflexiona acerca de ello” (Dalle, et. al. 2005, p. 40).

La investigación toma al sujeto como centro de la investigación y la involucra en los procesos haciéndola participe de ella y fomentando la creación de nuevas propuestas que permitan superar las diferentes situaciones que se presentan. Los autores Blasco y Pérez (2007), señalan que “la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas”.(p.25)

Esta investigación se toma como iniciativa para favorecer a una población que al mismo tiempo se mantiene dentro del proceso como análisis del mismo; los investigados se involucran en el desarrollo participando activamente de las mismas acciones planeadas, en este proceso se analizaron las comunidades de los barrios del Jardín, 27 de marzo y la Frontera recopilada en 12 familias que participaron directamente del proyecto confines de llevar acabo unas capacitaciones sobre alimentación saludable que fueran enriquecedora para todos, además se dio la oportunidad a otras familias que tuvieron a bien integrarse para mejorar sus condiciones alimentarias en su familia.

Dentro de la didáctica de la metodología estuvo inmersa la parte lúdica, teniendo esta su participación por lo que la creatividad hace parte de la educación como herramienta puesta para

motivar y fortalecer los vínculos sociales y afectivos; de acuerdo a la motivación que se les brindaba a las madres usuarias ellas proporcionaban mayor interés y respuesta a lo que se les enseñaba. Cooper (2001) refiere que:

Las estrategias son planes para dirigir el ambiente del aprendizaje de tal manera que se proporcionen las oportunidades para lograrlo, así como los objetivos. Su éxito depende de los métodos empleados, del uso de la motivación, así como de la secuencia, pauta y formación de equipo que se sigan.

De esta forma queda claro que una buena motivación facilita los procesos del aprendizaje, teniendo en cuenta que la metodología que se tuvo para llevar a cabo el proyecto estuvo planteada desde una parte teórica y la otra parte práctica, dando la oportunidad a las madres usuarias de aplicar en el mismo momento lo aprendido. Por lo tanto fue necesario realizarla a través de momentos de la siguiente forma:

Momento 1: Se les presenta diferentes videos donde se explica detalladamente de qué forma podemos servir la comida a los niños en los platos, haciendo figuras como caritas, flores, arboles entre otros y esto motivara a los chicos a comer con mayor agrado. Luego se les pide a las madres de familia que traten de hacer lo mismo con los alimentos que se han llevado de esta forma ellas practicasen este método que funciona en muchos casos.

Momento 2: Se hace una explicación detallada de cuáles son los elementos que deben ir en un plato a la hora de comer; tener en cuenta que cada ración debe incluir uno de los grupos de alimentos ya estudiados anteriormente, junto con las mamitas se representan platos nutritivos, ellas tomaran figura de alimentos y las van pegando en los platos de esta forma crearan platos exquisitos y muy nutritivos. al final se realizarán exposiciones del trabajo.

Resultados de aprendizaje esperados: Con las mamitas se espera que ellas puedan intervenir en el trabajo ya que su experiencia es muy valiosa para este proceso, además se quiere que hagan preguntas y den sus aportes como sus apreciaciones de lo que se está realizando.

En la actividad 2 se desarrolló como momento 1: la presentación de algunos alimentos conocido como chatarra; mecatos, hamburguesas, picadas, perros calientes, dulces, torta. Junto a las madres de familia se explicará que contiene cada una de ellas y porque son conocidas como comida chátara. En grupos se realiza una lista de comidas chatarras que normalmente se consume en las casas de los niños.

En el momento 2: A través de un video se presentará algunos que presentan enfermedades a causa de la comida chatarra, enfermedades como: obesidad, azúcar, malformaciones de extremidades entre otras. A través de un cuadro comparativo se relacionará los niños con alimentación saludable y los niños con alimentación chatarra

Resultados de aprendizaje esperados: Con esta actividad se quiere que las madres de familia se vinculen al encuentro de forma directa, que analicen como están realizando la alimentación de los niños y que realicen sus aportes por su conocimiento y por lo que a diario viven en sus casas a la hora de alimentar a sus hijos, se quiere que las mamitas presenten sus inquietudes y hagan preguntas de acuerdo al tema, los comentarios se puedan realizar se tendrán en cuenta para ir mejorando en el conocimiento y la tarea que como madres tienen.

A su vez, en la actividad durante el momento 1: Se organizo una charla donde se presentan los diferentes beneficios de una sana alimentación, dándoles a conocer que esta permite mantener una piel sana, dientes sanos y blancos, fortalece los huesos y mantiene un buen peso, posterior a esto, se realiza una cartelera donde se tiene la silueta de un niño las mamitas escriban con marcador cuales con las características de un niño alimentado sanamente.

Momento 2: Se presentan algunas diapositivas que muestran una serie de niños alimentados de diferentes formas las madres ayudaran a identificar cuál de ellos es sanamente y cual con comida chatarra, se les explicara que esto se da muchas veces por no atender a los llamados que se hacen de la importancia de comer saludablemente. En una fotocopia donde se encuentra un cuadro comparativo ellos marcaran con X cuales características son de un niño saludable y un niño con mala alimentación.

Resultados de aprendizaje esperados: Las madres tendrán tiempo para realizar sus intervenciones durante las charlas además en sus trabajos dan a conocer sus puntos de vistas, se espera que se sientan cómodas para estar atentas y responde a cada inquietud que se presente.

Producción de conocimiento pedagógico

En este caso los participantes hacen parte de un proceso inmerso en lo que se quiere dar a conocer pedagógicamente, esto quiere decir, qué se necesita que cada una de las familias se integre se apropien y tenga sentido de pertenencia por lo que hace; es indispensable tener en cuenta que cada uno de los temas a tratar, los cuales se articulan desde el punto de vista pedagógico donde la práctica y la teoría se unifican. Es apropiado decir que para alcanzar esta propuesta pedagógica se tiene que tener primero la caracterización de la familia y por ende buscar que estas se motiven a participar de las capacitaciones.

Se tiene en cuenta que actitudes y habilidades se ven reflejadas en las madres usuarias y partir de esta planificar las actividades a desarrollo; actividades que deben ser creadas para manejar una población de carácter social y cultural no muy alto. Por lo tanto, las herramientas empleadas están sujetas a cambios y a fácil acceso en tanto la comprensión como en la aplicabilidad de los contenidos, todo esto con el fin de darle solución a una problemática que aqueja al hogar de bienestar y a las familias propiamente.

Las prácticas enseñan el saber hacer y conlleva al saber ser; dejando claro que esta propuesta pretende que lo aprendido en las capacitaciones sean llevadas a otros espacios que puedan ayudar a mejorar la calidad de vida de todos los miembros de las familias. De antemano la idea es mejorar el desarrollo integral de los niños y fortalecer la alimentación saludable; pero también se busca que la familia tenga vínculos afectivos de integración y amor.

Teniendo en cuenta lo dicho anteriormente se plantean estrategias creativas, llamativas, de fácil captación y que estén dadas según las condiciones de los participantes, creando un ambiente familiar y preparando unas actividades casi parecidas a las rutinarias en casa pero que se le dé un giro capaz de mejorar las prácticas alimenticias en casa.

Análisis y discusión

Después de haber llevado a la práctica la alimentación saludable a las familias fue un placer conocer como hoy en día hay una población, una comunidad que grita por querer tener unos aprendizajes, unos conocimientos y una enseñanza más práctica y bien dirigida para encontrarle solución a los diferentes problemas que se presentan día a día dentro de las familias.

La práctica me fue indispensable en mi rol como docente, como pedagogo profesional puesto que estuve atento de que forma una didáctica tan práctica puede cambiar el entorno social, el entorno familiar; como después de visionar, después de dar a conocer unos conocimientos tan sencillos quizás al comienzo fueron dando pie para abarcar temas de mayor amplitud. Dado que la educación nunca termina siempre estamos atentos a continuar los procesos de enseñanza y al mismo tiempo los procesos de aprendizaje, es inevitable comprender o entender que teniendo la posibilidad de crear nuevas estrategias dentro de la familia se encuentren casos muy notorios de la falta de conocimiento con respecto al desarrollo integral de la niñez y como aspectos sobre alimentación no son tomados en cuenta a la hora de la crianza.

Partiendo desde este punto de vista la educación no solamente se da en los niños sino también en las familias que deben aprovechar al máximo el tiempo para encontrarle soluciones a los múltiples problemáticas que se puedan presentar dentro de la formación y desarrollo de los hijos; cada vez que se toma la iniciativa de mejorar las condiciones de los niños hay que pensar o mejor dicho hay que tener en cuenta los antecedentes y las raíces de la situación las cuales son las que nos van a permitir encontrar soluciones a las mismas.

Esta práctica motivacional que influyo en las familias hizo renacer los aspectos que tienen en cuenta para alcanzar en los niños un desarrollo de sus habilidades. Fue muy importante ver como la aceptación de padres de familia a la hora de implementar nuevas estrategias de

alimentación se iban sumando mayor interés y afortunadamente se enriqueció con conocimientos que fueron nuevos tanto para ellos como para los niños; con estas prácticas se ayuda a fortalecer los vínculos familiares y se desarrollan habilidades de mejoramiento familiar.

El aprendizaje debe ser continuo y puesto a toda la comunidad ya lo dice el programa del MEN “todos aprender” y “de cero a siempre”; estos programas nos dan pie para saber que la pedagogía no solamente se queda en números y letras, va más allá de conocer cómo vivir, como actuar(saber ser) de igual forma se denota que lo más elemental que puede ser para nosotros resulta ser un poco fundamental y no se le presta la atención necesaria; mientras se avanzaba en la práctica se encontraban más falencia en el tema de la crianza de los hijos, cosa que deja al descubierto que a futuro es indispensable diseñar nuevos proyectos que ayuden a mejorar estas falencias que dejan espacio para la incertidumbre y por ende a la mala crianza de los hijos.

Durante la puesta en marcha de la práctica conseguí enfatizar en las madres usuarias la idea de estar más pendiente de los hijos en todas las etapas del desarrollo de la niñez, dándoles también a conocer que no solamente el niño necesita las cosas materiales sino más bien el amor, el cariño y éste se refleja o se puede dar a través de las diferentes prácticas que el niño ejercita durante el día; como bañarse, aseo personal, alimentación, el sueño, el vestir y la recreación entre otros; fue indispensable mencionar aspectos relacionados con la importancia de la sana alimentación al momento de que el niño desarrolla sus habilidades motrices, sus habilidades cognitivas, también fue una fase importante para reconocer y darles a entender a los padres de familia que los niños necesitan el tiempo de ellos, los espacios de ellos para compartir los momentos a la hora de la alimentación que es un momento de familia y donde se puede compartir algunas conversaciones sanas.

Con esta propuesta afiancé los conocimientos adquiridos durante toda la carrera, de igual forma tuve la oportunidad de aplicar estrategias y métodos didácticos para alcanzar los logros propuestos; fue muy satisfactorio para mí poder compartir mis conocimientos con otros que también lo necesitan, de igual forma pude colocar en manifiesto mi profesionalismo, mi ética y las didácticas aprendidas durante el periodo de aprendizaje sobre investigación. Cada actividad desarrollada se presentó no como una tarea dura de aplicar, sino que fue dada para crear, diseñar y orientar en procesos que a futuro van a servir no solamente a unos cuantos sino más bien a la sociedad.

Conclusiones

La práctica realizada sobre alimentación saludable a madres usuarias del hogar de bienestar divino niño dio pie para encontrar otras falencias que se presentan dentro de la familia, fue muy importante presentar la propuesta, aplicarla y ayudar a las madres en estos campos de alimentación puesto que día a día se debe conocer nuevas expectativas y estrategias que ayuden a favorecer el desarrollo integral de los niños.

La didáctica aplicada en este ámbito familiar favoreció el interés de las madres y permitió enriquecer los saberes de las madres en cuanto a cómo alimentar a los niños y de qué forma se puede mejorar el tema de que los niños o quieren comer.

Las estrategias empleadas para alcanzar los logros propuestos dieron un buen resultado, permitiendo llegar con creatividad. Motivación y alegría a cada una y esto favoreció el desarrollo de las actividades.

Al llevar el conocimiento sobre temas que se manejan dentro del hogar fue muy satisfactorio encontrar que todo lo que se practica con diversión y estrategias apoyadas por teorías facilitan el aprendizaje de todos.

Referencias

Álvarez, A. (2016). Del saber pedagógico a los saberes escolares.

<https://doi.org/10.17227/01212494.42pys21.29>

Batllore Álvarez, M., Fuentes Limón, M. d. 2004. Estudio de las variables del modelo de Sapp.

http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/batllore_a_m/capitulo2.pdf

Bermúdez Peña, C. (2018). Lógica práctica y lógica teórica en la sistematización de experiencias educativas.

<https://bibliotecavirtual.unad.edu.co/login?url=http://search.ebscohost.com/login.px?direct=true&db=edsbas&AN=edsbas.4E09CDF4&lang=es&site=eds-live&scope=site>

El enfoque cualitativo de investigación por Luis Diego Mata Solís se distribuye bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional.

<https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-cualitativo-de-investigacion/>

Garrido, S. (2014). Hacia una resignificación de la Didáctica – Ciencias de la Educación, Pedagogía y Didáctica –. Una revisión conceptual y una síntesis provisional.

<https://doi.org/10.17227/01212494.39pys117.139>

Políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México. ISBN-13: 978-84-15547-78-5.

https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html

Revista Digital - Buenos Aires - Año 14 - N.º 131 - Abril de 2009. La actividad lúdica como estrategia pedagógica en educación inicial.

<https://www.efdeportes.com/efd131/la-actividad-ludica-en-educacion-inicial.htm>

Anexos

Fotografías, videos y Consentimientos informados https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/ktblancop_unadvirtual_edu_co/Eu0LlgcFPwBBseVv5dvwBn8BpobvgmzlpDk_AZzPIy_f5w?e=BeRBle

Video unidad 5 <https://www.youtube.com/watch?v=hmNWQyQvmwo>