

Alimentación Saludable

¡Me alimento bien para estar bien!

Carmen Edith Barrera Volveras

Trabajo para optar al título de Licenciando en Pedagogía Infantil

Directora:

Magister Gayle Viviana Varón Aguirre

Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación - ECEDU

Licenciatura en Pedagogía Infantil

2023

Resumen

El presente documento académico tiene como fin presentar una propuesta pedagógica que da respuesta a la necesidad observada en el contexto y que se plantea mediante la siguiente pregunta problema ¿Cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5 del hogar infantil Mirringa Mirronga del municipio Melgar-Tolima?

En la propuesta pedagógica, el método empleado se basó en el diseño de una secuencia didáctica compuesta por dos actividades, la cual la primera actividad llamada “el árbol de los alimentos” se implementó en dos sesiones y la segunda actividad llamada “el plato del buen comer” se implementó en una sesión; cada una de las actividades diseñadas e implementadas en la secuencia didáctica respondieron a la necesidad anteriormente mencionada.

Finalmente, la secuencia didáctica diseñada e implementada posibilitó el desarrollo de un aprendizaje significativo mediante actividades secuenciadas, logrando que los niños y las niñas de esta institución comprendieran y se apropiaran de la rutina de alimentación, siendo esta necesaria para el desarrollando adecuado del infante.

Palabras claves: secuencia didáctica, rutinas, alimentación, exploración del medio.

Abstract

The purpose of this academic document is to present a pedagogical proposal that responds to the need observed in the context and that is posed by the following problem question: How to promote the understanding and appropriation of the feeding routine in children from 4 to 5 years of age in level 5 of the Mirringa Mirronga children's home in the municipality of Melgar-Tolima? In the pedagogical proposal, the method used was based on the design of a didactic sequence composed of two activities, which the first activity called "the food tree" was implemented in two sessions and the second activity called "the plate of good eating" was implemented in one session; each of the activities designed and implemented in the didactic sequence responded to the aforementioned need.

Finally, the didactic sequence designed and implemented made possible the development of meaningful learning through sequenced activities, making the children of this institution understand and appropriate the feeding routine, which is necessary for the proper development of the infant.

Keywords: didactic sequence, routines, food, exploration of the environment.

Tabla de contenido

Introducción	5
Diagnóstico de la propuesta pedagógica	7
Pregunta de investigación	9
Diálogo entre la teoría y la propuesta pedagógica	11
Marco de referencia planeación didáctica	14
Planeación didáctica	17
Enfoque didáctico	22
Implementación	27
Reflexión y análisis de la práctica pedagógica	34
Conclusiones	39
Referencias	41
Apéndice	45

Introducción

Para empezar, la pregunta de investigación ¿Cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5 del hogar infantil Mirringa Mirranga del municipio Melgar-Tolima? surge de la problemática o necesidad que se ha podido observar e identificar en el contexto escolar. Según Tonucci (1999) como se citó en Catalán (2020):

La investigación surge de la necesidad de un cambio frente a problemas existentes en el sistema educativo desde el aula, la solución se enfoca en utilizar los mismos conocimientos del currículo antes utilizados en los planes y programas, pero de forma nueva y creativa, tomándolo como método y estrategia para realizar la labor de educar (p.6)

En este sentido, la pregunta de investigación debe ayudar a resolver problemas que se viven en el día a día, así mismo, esta ha de ser factible y pertinente de acuerdo con lo que se desea investigar y que desde el accionar docente, se pueda contribuir al cambio o mejora de la situación problema. Por otro lado, las características de la investigación educativa son las siguientes:

Se analizan las acciones humanas de padres y alumnos situaciones sociales comunitarios experimentadas por los docentes en la escuela. Se relaciona con los problemas del día a día que en lo cotidianos se confrontan para la búsqueda de una solución al problema. (González, 2005, como se citó en Catalán, 2020, p.5)

Es decir, que estas características de la investigación educativa se relacionan con la pregunta de investigación porque desde el análisis y la reflexión que se haga sobre la situación problema se va a poder deconstruir y reconstruir la practica pedagógica para fomentar en los educandos un aprendizaje significativo.

Además, la finalidad de la investigación en el hacer docente “es partir desde y para el alumno con métodos, técnicas y estrategias, donde ellos participen, decidan y sean personajes, fomentando el ser y el hacer para un conocer y convivir” (Catalán, 2020, p. 8). En otras palabras, la investigación en el hacer docente es poder observar, cuestionar, analizar, reflexionar y hallar soluciones de acuerdo con la necesidades e intereses que puedan presentar los menores.

Ya para finalizar, el propósito de la investigación en el hacer docente se relaciona con la pregunta de investigación, ya que a partir de la observación que se realice en el entorno educativo se va a poder identificar potencialidades y dificultades de los infantes, con el propósito de transformar la educación y, por ende, la práctica pedagógica.

Diagnóstico de la propuesta pedagógica

La presente propuesta pedagógica se realizó con 26 niños y niñas del Nivel 5 entre las edades de 4 a 5 años del Hogar Infantil Mirringa Mirronga del Municipio Melgar departamento del Tolima, la población atendida en dicha institución proviene de un entorno familiar compuesto por familias monoparental, nuclear, reconstituida y extensa.

La mayoría de estos menores son de escasos recursos y solo algunos padres de familia son profesionales, técnicos, tecnólogos y otros bachilleres. En cuanto al desarrollo cognitivo, bilógico y físico, la institución busca garantizar en los infantes un adecuado desarrollo integral, que permita fomentar y potenciar a través de las actividades rectoras habilidades y capacidades, como son: la imaginación, resolución de problemas, autonomía, equilibrio, coordinación, compartir, entablar lazos de amistad, reconocimiento del esquema corporal, entre otros.

El Hogar Infantil al ser de Modalidad Institucional está regido por los parámetros del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, el cual brinda una atención de 8 horas diarias prestando servicio de lunes a viernes durante 210 días al año; los infantes que son atendidos en esta institución reciben una alimentación balanceada que cumple con el 70% de la demanda nutricional para su buen crecimiento y desempeño.

Respecto a los estilos de aprendizaje, son menores que aprenden a través de lo visual, kinestésico y auditivo, algunos de ellos lo hacen a un ritmo más rápido que otros; además, se evidencia la necesidad de fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los infantes del nivel 5, ya que se ha podido observar en el desarrollo de la Práctica Pedagógica 3 del programa de Licenciatura en Pedagogía Infantil, que algunos niños y niñas no consumen frutas y verduras que le son brindadas en la rutina de alimentación (refrigerio de la mañana, almuerzo y refrigerio de la tarde).

Ante esto, se ha evidenciado que algunos niños y niñas rechazan las frutas y verduras y se ponen a llorar al ver el plato con estos alimentos; como se mencionó más arriba, el Hogar Infantil brinda el 70% de la demanda nutricional a los infantes y por lo general los platos de alimentos que le son proporcionados a los menores en el día están compuestos por fruta, verdura, cereal, lácteo y proteína, siendo necesario y fundamental que los infantes consuman con agrado los alimentos, dado a reciben una atención de 8 horas diarias y muchos de ellos son de escasos recursos.

Pregunta de investigación

La primera infancia es el periodo que va desde los 0 a 6 años de edad y en la cual se establecen los cimientos para el desarrollo emocional, social, físico y cognitivo de toda persona; pues en ella, la alimentación y la salud son derechos impostergables que todo niño y niña tiene y que son esenciales para su desarrollo integral.

En el Hogar Infantil Mirringa Mirronga, ubicado en el municipio de Melgar departamento del Tolima, se ha evidenciado que algunos menores del Nivel 5 en edades de 4 a 5 años, no consumen frutas y verduras que le son brindadas en la rutina de alimentación (refrigerio de la mañana, almuerzo y refrigerio de la tarde), ya que las rechazan y se ponen a llorar al ver el plato con fruta o verdura.

Frente a esto, la docente de grupo ha implementado diversas estrategias para fomentar en los menores buenos hábitos alimenticios para que consuman con agrado las frutas y verduras que le son proporcionadas en la rutina de alimentación, es importante resaltar que el Hogar Infantil al ser de modalidad institucional cuenta con una minuta patrón de alimentación en la que se establece el aporte nutricional, grupo de alimentos, la frecuencia y cantidad a preparar y servir de acuerdo a la edad correspondiente de los infantes, cubriendo el 70% de la demanda nutricional.

Por lo tanto, es necesario y fundamental que los niños y niñas consuman los alimentos que son proporcionados en los tres momentos, dado a reciben una atención de 8 horas diarias y muchos de ellos son de escasos recursos. Es ahí donde surge la pregunta de investigación ¿Cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5 del hogar infantil Mirringa Mirronga del municipio Melgar-Tolima?

Se considera importante fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los infantes del nivel 5, como es el consumir frutas y verduras, ya que su aporte nutricional es rico en vitaminas y minerales que contribuyen a un adecuado desempeño y

desarrollo de los menores. Además, cualquiera que sea la rutina en primera infancia como es hábitos higiénicos, descanso, bienvenida, alimentación y despedida, es un organizador de la vida cotidiana, lo que posibilita la estructuración de estas; siendo las rutinas un momento oportuno que favorece el reconocimiento del mundo y hacen que el menor se sienta parte de un grupo.

Por último, la propuesta pedagógica se fundamenta en la situación problema anteriormente mencionada, para que a partir de ella se pueda diseñar una secuencia didáctica en la que se fomente la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los 26 menores participantes del Nivel 5 en etapa etaria de 4 a 5 años.

Diálogo entre la teoría y la propuesta pedagógica

La investigación sobre la propia práctica de acuerdo con Pérez (2003), “Corresponden a aquellas adelantadas por los docentes o directivos docentes que toman como objeto de estudio su propia realidad escolar o un aspecto de la misma. Generalmente, este tipo de investigaciones pretende transformar dicha realidad” (p.71-72).

En este sentido, el autor se refiere a la investigación sobre la propia práctica como la mejor opción para transformar la realidad escolar; ya que a partir del ejercicio reflexivo que se haga sobre esta, se va a poder reconstruir la práctica docente para mejorar la calidad educativa. Así mismo, la investigación sobre la propia práctica “Se caracteriza por retomar como objeto privilegiado la práctica pedagógica de quienes hacen la investigación e implica una decisión explícita de compromiso con la transformación de la realidad existente” (Pérez, 2003, p.72).

Además, la pregunta de investigación que se elaboró en el paso 1, constituye una investigación sobre la práctica pedagógica, porque a medida que “Enseño continuo buscando, indagando. Enseño porque busco, porque indagué, porque indago y me indago. Investigo para comprobar, comprobando intervengo, interviniendo educo y me educo. Investigo para conocer lo que aún no conozco y comunicar o anunciar la novedad...” (Pérez, 2003, p.74).

Es decir, que la búsqueda e indagación conlleva a la investigación para comprobar aciertos y desaciertos en la práctica pedagógica, con la finalidad de elaborar soluciones que contribuyan de manera significativa a la situación problema que se presenta en el contexto escolar. Según Pérez (2003), señala que el carácter político de la investigación “reconoce a los sujetos implicados, con la complejidad de sus determinaciones, como la base para la interpretación de la realidad, la construcción del sentido y la elaboración de soluciones” (p.72).

En otras palabras, el carácter político que se abordará en la propuesta pedagógica es la de un maestro como sujeto político, que tiene como compromiso proponer cambios y tomar decisiones para la transformación de la escuela con el propósito de cambiar la realidad existente de esta, partiendo desde el hacer pedagógico.

Por otro lado, la perspectiva crítica que se abordará en la propuesta pedagógica corresponde a un “análisis riguroso y profundo de las condiciones determinantes de la práctica propia, para de este modo contar con un contexto claro en el cual proponer una transformación” (Pérez, 2003, p.72). Por tanto, la perspectiva crítica ha de posibilitar la autocorrección de la propia práctica, para poder transformar la realidad escolar; en la que se busquen soluciones para dar paso al cambio.

También, desde la practica pedagógica, se puede contribuir a que los estudiantes sean más autónomos, responsables, libres y capaces de desenvolverse en la vida con criterio, porque a partir del autorreflexión sobre la propia práctica y del perfeccionamiento que se le haga a esta, se va a poder diseñar e implementar acciones que responda a las necesidades que son evidenciadas en el aula de clase. Ripoll (2021) afirma que:

La práctica pedagógica ha sufrido grandes transformaciones, es así como esta puede ser descrita como un proceso de autorreflexión, donde el docente en formación se apropia de los conocimientos necesarios para desarrollar las competencias que le permitan influir e impactar de forma positiva en los educandos y es por ello, que la práctica pedagógica ha recobrado un rol protagónico, ya que la misma debe reinventarse de forma constante teniendo en cuenta las nuevas tendencias educativas, para responder a los cambios que demanda el entorno social y económico. (p. 296)

Finalmente, se fomenta el desarrollo de las capacidades como maestro al llevar un diario de campo, en la medida en que al hacer un registro sistemático de las experiencias vividas “sirve

como fuente de crecimiento personal y como reflexión de los propios procesos, ya que se van plasmando los objetivos y logros obtenidos durante el ciclo de trabajo” (Luna et al., 2022, p. 250). Ante esto, en el diario de campo no solo se registra la información que es recolectada durante el proceso de observación, sino que en él se pueden plasmar pensamientos, estados de ánimo y percepciones personales que se viven durante el proceso. Según Luna et al. (2022):

El diario de campo permite la intervención, pues ayuda a la reflexión y crítica sobre las acciones que realizamos. Es decir, ver cómo desarrollamos la práctica de la disciplina permite el crecimiento de la persona, al generar autoconfianza y autoconciencia cuando escribe, creando un diálogo interno. (p.247)

En otras palabras, la capacidad más importante que desarrolla el docente al llevar un diario de campo es la capacidad reflexiva, ya que, a través de esta, el maestro va a poder meditar sobre su hacer pedagógico, de tal forma que lo puedo ir mejorando. Así, “El Diario de Campo es uno de los instrumentos que día a día nos permite sistematizar nuestras prácticas investigativas; además, nos permite mejorarlas, enriquecerlas y transformarlas” (Martínez, 2007, p.77).

Marco de referencia planeación didáctica

El ser humano es por naturaleza un ser social y su formación debe de caracterizarse por el hacer el bien y servir a los demás, una formación en la que el saber hacer, saber convivir, saber ser y saber conocer, sean las competencias para saber desempeñarse con idoneidad tanto en lo personal como en lo social, ya que formarse competentemente no debe de aludir al termino de competitividad o aquel que domina sobre el otro, sino que implica una formación humana integral. Medina y Tobón (2010), afirman que:

La formación basada en competencias constituye una propuesta que parte del aprendizaje significativo y se orienta a la formación humana integral, como condición esencial de todo proyecto pedagógico; integra la teoría con la práctica en las diversas actividades; promueve la continuidad entre todos los niveles educativos y entre éstos y los procesos laborales y de convivencia; fomenta la construcción del aprendizaje autónomo; orienta la formación y el afianzamiento del proyecto ético de vida; busca el desarrollo del espíritu emprendedor, como base del crecimiento personal y del desarrollo socioeconómico. (p.91)

Con base en lo anterior, se considera que, para mejorar la educación las competencias son una buena alternativa, ya que se asumen “como un modelo para mejorar la calidad de la educación y no como panacea a todos los problemas educativos” (Medina y Tobón, 2010, p.92). Respecto a esto, la educación no solo debe estar ligada a la adquisición de conocimientos, sino que esta ha de promover en los educandos capacidades que le permitan un desarrollo personal para saber enfrentar y resolver problemas de la cotidianidad. De acuerdo con García (2011):

Las competencias vislumbran una educación orientada hacia las necesidades, centrada en el alumno que aprende, en explotar sus talentos y capacidades y en desarrollar su personalidad, con la intención de mejorar sus condiciones de vida y participación en la transformación de la sociedad de la que forma parte. (p.12)

Por lo tanto, para mejorar la calidad de la educación es fundamental que el docente conozca cuales son los estilos de aprendizaje y las capacidades de sus estudiantes, con el propósito de diseñar e implementar actividades transformadoras, innovadoras y creativas que vayan más allá de lo cotidiano y posibilite mejorar la educación, pero, sobre todo, que responda a las necesidades e intereses de los niños y niñas (García, 2011). Puesto que el docente ha de integrar el saber, el saber hacer y el saber ser, como competencias que contribuyen a la optimización del hacer pedagógico.

De este modo, la propuesta pedagógica “Me alimento bien para estar bien” promueve un aprendizaje por competencias, dado a que integra el saber, saber hacer y el saber ser, porque en el saber, todos los conocimientos se ponen en funcionamiento y se aplican en el ejercicio de enseñar, puesto que desde el saber pedagógico surgen preguntas asociadas a la propia función.

Según Sánchez y González (2016), las pregunta que surgen desde el saber pedagógico son: ¿a quién se enseña?, se relaciona con la acción de enseñar a un niño o adulto; ¿cómo enseñar?, se refiere a la aplicación de herramientas para enseñar como son estrategias, dinámicas, usos de las TIC, entre otras; ¿qué enseñar?, hace referencia a la enseñanza de algo, bien sea temáticas, una asignatura, entre otros; ¿dónde y cuándo enseñar?, alude al tiempo y lugar donde se desempeña la labor docente y ¿para qué se enseña?, son aquellas intencionalidades y fines que se llevan a cabo en el acto de enseñar.

Así mismo, en el saber hacer se reflexiona acerca de los procesos que se llevan a cabo en la práctica pedagógica, con la finalidad de transformar el quehacer docente y, por ende, mejorar la educación, pero también se refiere a la aplicación de estrategias y procedimientos teniendo en cuenta las necesidades de los educandos y el saber ser, se fundamenta en potenciar actitudes en los infantes para que puedan desenvolverse y relacionarse de manera armónica.

Finalmente, las competencias docentes deben de posibilitar la reflexión sobre la propia práctica pedagógica, para poder promover en los educandos la construcción de conocimientos; puesto que las competencias docentes desempeñan un rol trascendental en la educación, porque “la intervención del profesor es una ayuda insustituible en el proceso de construcción de conocimientos por parte del alumno, es decir, sin la ayuda del maestro es muy probable que los alumnos no alcancen determinados objetivos educativos” (García et al., 2000, pág. 67, como se citó en García, 2011, p.17).

Planeación didáctica

La planeación didáctica es el ejercicio más fundamental del quehacer pedagógico, ya en ella el docente proyecta las acciones a implementar con los niños y niñas, con el propósito de promover y potenciar en los educandos, aprendizajes, conocimientos, saberes y habilidades; por lo cual, la planeación didáctica debe de ser coherente y concreta con lo que se desea lograr.

A continuación, se presenta una descripción de las actividades 1 y 2 diseñadas en la secuencia didáctica, cada una dividida en tres momentos: inicio, desarrollo y cierre. La actividad 1 lleva por nombre “el árbol de los alimentos” y está compuesta por 2 sesiones y la actividad 2, lleva por nombre “el plato del buen comer” y está compuesta por 1 sesión, para cada una de las actividades se contó con un tiempo suficiente de dos horas y media, implementando la actividad 1 el día 17 de abril y la actividad 2, el día 18 de abril.

Actividad 1: el Árbol de los Alimentos

Esta actividad al implementarse con primera infancia tiene por actividad rectora la exploración del medio y los aprendizajes esperados para esta actividad 1 es que los niños y niñas comprendan la importancia de consumir frutas y verduras y diferencien alimentos saludables y no saludables, con el propósito de fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación.

Momento de Inicio:

La actividad se realiza en el salón y se organizan las sillas en semicírculo para que los niños y niñas se sienten en ellas. Seguidamente se saludan a los menores, preguntando como están y se les presenta la portada del cuento “cirilo come de todo” de la autora Carla Dulfano, para que adivinen y comenten de que se trata y posteriormente, se hace lectura del cuento en voz alta.

Al terminar con la narración, se les pregunta a los menores ¿Por qué le dolía el estómago a Cirilo? ¿Por qué se enoja Cirilo? y ¿Qué alimentos come ahora Cirilo para no enfermarse? a partir de las respuestas dadas por los menores, se hace un conversatorio sobre la importancia de consumir alimentos sanos y se culmina el momento de inicio cantando en voz alta la canción “los alimentos que ricos son” de la autora Alicia Macuri, motivando a los infantes a que la canten y la aprendan.

Momento de Desarrollo:

Se les presenta a los menores un árbol elaborado en cartón y en la copa de este, estarán dibujadas 26 siluetas de alimentos entre frutas y verduras, esta cantidad corresponde al total de niños y niñas que hay en el aula. Luego, se les muestra las frutas y verduras, se dice su nombre y se les explica lo que es una fruta y verdura. Es importante mencionar que estos alimentos serán impresos, pegados en cartón cartulina, recortados y debidamente plastificados.

Después, se invita a cada uno de los menores para que escoja una fruta o verdura, diga su nombre, busque su silueta en la copa del árbol y la pegue; es importante mencionar que las siluetas, las frutas y verduras deben de tener pegado en su centro un punto de velcro para que se puedan unir entre sí. Cuando ya hayan pegado los alimentos, se hace un conversatorio con los infantes acerca de la importancia de consumir los alimentos que son proporcionados en el Hogar Infantil como también se les menciona lo importante que es hidratarnos bien.

Momento de Cierre:

Sobre una mesa, se coloca una caja de cartón con las frutas y verduras que se pegaron a la copa del árbol, otra caja de cartón con los alimentos no saludables como son salchichas, galletas, helados, dulces, entre otros, explicándoles a los menores que estos alimentos no son saludables, porque nos hacen enfermar. Los alimentos no saludables serán impresos, pegados en cartón cartulina, recortados y debidamente plastificados.

Así mismo, en otra caja de cartón se pega por la parte de enfrente la imagen de una cara de un oso, alusiva al personaje del cuento “Cirilo come de todo” y en la boca del oso, se hace una abertura para poner los alimentos como si el oso comiera de verdad, indicándoles a los menores que le van a dar de comer alimentos saludables al oso Cirilo.

Finalmente, se les pregunta a los infantes que alimentos consumen ellos en casa y si les agrado pegar las frutas y verduras en el árbol, a partir de las respuestas dadas, se les dice a los menores que es importante comer las frutas y verduras que en el hogar infantil y en su casa les sirven, para que puedan ser niños y niñas fuertes y grandes, que, así como le dieron de comer alimentos saludables al oso así han de comer ellos también.

Recursos Didácticos. Cuento “cirilo come de todo”, árbol de cartón, 26 frutas y verduras de cartón cartulina, alimentos no saludables de cartón cartulina, 3 cajas de cartón pequeñas y 1 imagen de la cara de un oso.

Actividad 2: El Plato del Buen Comer

Esta actividad al implementarse con primera infancia tiene por actividad rectora la exploración del medio y los aprendizajes esperados para esta actividad 2 es que los niños y niñas consuman con agrado las frutas y verduras que son brindadas en el hogar infantil y en su casa y comprendan la importancia de consumir frutas y verduras.

Momento de Inicio:

La actividad se realiza en el salón y se organizan las sillas en semicírculo para que los niños y niñas se sienten en ellas. Seguidamente se saludan a los menores, preguntando como están. Con anterioridad, en un rincón del aula se crea un supermercado, decorado con banderines de colores y letreros con el nombre de cada grupo de alimentos; se usan mesas y los alimentos saludables y no saludables, que se usaron en la actividad 1 y se agregan las proteínas, es

importante mencionar que para esta actividad estos alimentos se deben de duplicar, ya que las frutas, verduras, proteínas y alimentos no saludables se van a poner por separado en cada mesa.

Luego, se les pregunta a los niños y niñas que se ha creado en ese rincón y a lo que respondan, se invitan a que pasen a observar el supermercado, a medida que observan se seleccionan alimentos al azar y se les pregunta por el nombre de estos, como también se les explica lo que es una fruta, verdura y proteína, y como el azúcar y las grasas saturadas causan caries, sobrepeso y afecta el corazón.

Momento de Desarrollo:

Se les indica a los niños y niñas que se van a sentar en las sillas de nuevo y se les explica que van a jugar a hacer compras en el supermercado, para esto a cada menor se le dará un billete didáctico y una bolsa de papel, explicándoles que con ese dinero van a poder comprar en el supermercado los alimentos y los van a guardar en la bolsa de papel.

La docente en formación será la cajera encargada de facturar los alimentos y recibir el dinero, donde la caja registradora, será una caja de zapatos, invitando a los niños y niñas a que compren los alimentos y hagan una fila para pagarlos; cada menor podrá comprar 3 o 4 alimentos que ellos quieran. Cuando todos hayan pagado los alimentos, se le pregunta a cada infante cuales fueron los alimentos que compro.

Momento de Cierre:

A los menores se les indica que con los alimentos que compraron en el supermercado, se va a hacer el plato del buen comer, mencionándoles que en este plato solo va a ver espacio para los alimentos saludables, como son las verduras, frutas y proteínas, elaborando el plato en cartulina, el cual será dividido en tres secciones así: sección 1 correspondiente a las verduras y pintado de color verde, sección 2 correspondiente a las frutas y pintado de color amarillo y sección 3 correspondiente a las proteínas y pintado de color rojo.

Cada sección en la parte inferior estará marcada con el nombre de los alimentos según el color, posteriormente, se les presenta a los menores el plato, indicándoles que para poner los alimentos en este deben de clasificarlos y colocarlos de acuerdo con el color de cada sección. Finalmente, se les pregunta a los menores si les gusta armar el plato del buen comer y a partir de las respuestas dadas, se hace un conversatorio sobre la importancia de consumir proteínas, frutas y verduras para prevenir enfermedades y para el buen funcionamiento del cuerpo. Nuevamente, se canta en voz alta la canción “los alimentos que ricos son” de la autora Alicia Macuri.

Estrategia de Evaluación. En dos pliegos de papel Kraft o bond se realiza un mural de alimentos, donde en el primer pliego de papel se pega la imagen de un niño sano y en el otro pliego, la imagen de un niño enfermo. En el caso del pliego de papel que tiene la imagen del niño sano los menores pegaran los alimentos saludables y en el pliego de papel que tiene la imagen del niño enfermo los menores pegaran los alimentos no saludables.

Donde a cada niño y niña se le dará el recorte de un alimento saludable y no saludable para que los peguen en el lugar que corresponda diferenciando que alimentos ayudan al niño a estar sano y que alimentos le hacen daño. Es importante mencionar, que esta estrategia de evaluación es la misma para las dos actividades, por ende, se hace solo una evaluación por las dos actividades a implementar.

Recursos Didácticos. Frutas, verduras, proteínas y alimentos no saludables de cartón cartulina, mesas, cartulina, pintura roja, verde y amarilla, banderines de colores, bolsas de papel, billetes didácticos, caja de cartón pequeña, recortes de frutas, verduras y alimentos no saludables, imagen de niño sano y enfermo.

Enfoque didáctico

La propuesta pedagógica “Me alimento bien para estar bien” responde a las características de desarrollo y de aprendizaje de los menores del Nivel 5 en etapa etaria de 4 a 5 años del Hogar Infantil Mirringa Mirronga del municipio de Melgar (Tolima), ya que cada una de las actividades contenidas en la secuencia didáctica fueron diseñadas a partir de la necesidad o problemática identificada que es cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en dicha población de la institución.

Las actividades diseñadas en la secuencia didáctica tienen como finalidad que los menores consuman frutas y verduras que le son proporcionadas en el Hogar Infantil como alimentos necesarios para un adecuado desempeño. De acuerdo con Berger y Luckman (1984) como se citó en Ministerio de Educación Nacional (2014):

Las rutinas, como organizadores de la vida cotidiana en la educación inicial, permiten que niñas y niños se reconozcan como parte de un grupo social, al tiempo que desarrolla sentimientos de confianza y seguridad. Brindan la posibilidad de que las niñas y los niños incidan en los espacios en los que se encuentran como sujetos participativos. En la rutina se incluyen: la alimentación, los hábitos higiénicos, el sueño, la acogida o bienvenida y la despedida, todos ellos se convierten en momentos propicios para el conocimiento del mundo y el reconocimiento de su propia cultura. Las rutinas y rituales llenan de sentido la vida cotidiana de las niñas y los niños, en tanto las repeticiones en sus vidas hacen posible la estructuración de sí mismos, ya que contienen aprendizajes que surgen de los universos simbólicos con los que se relacionan en los primeros años de su vida. (p. 22)

Por otra parte, el diagnóstico del grupo que se realizó en la ficha 1 de caracterización se vincula con la planeación de la secuencia didáctica, porque se tuvieron en cuenta las características de la población y aspectos como la necesidad de aprendizaje de los menores para

poder diseñar las actividades, ya que “El diagnóstico debe posibilitar que la planeación didáctica sea pertinente al grupo de alumnos en los cuales se debe aplicar” (Tobón, 2018, p.23).

Por ello, la planeación de la secuencia didáctica parte de la situación problema del contexto que es cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los menores de 4 a 5 años del nivel 5 del Hogar Infantil Mirringa Mirronga, dado a que en la secuencia didáctica se detallan los componentes que la integran que son: título, población, asignatura, número de sesiones, las competencias que para este caso son las actividades rectoras, los aprendizajes esperados, los momentos de la actividad, la estrategia de evaluación y recursos didácticos.

Así mismo, en la planeación didáctica se tuvieron en cuenta los estilos y ritmos de aprendizaje de los infantes del nivel 5, dado a que en cada una de actividades diseñadas se abordó lo visual, auditivo y kinestésico; en lo visual porque los niños y niñas van a poder observar cada de los recursos didácticos elaborados para desarrollar las actividades, en lo auditivo porque los menores van a escuchar a la docente de grupo, docente en formación y compañeros y lo kinestésico, porque van a poder manipular y explorar los recursos didácticos elaborados.

El que los docentes logren diagnosticar el estilo predominante que presenta cada estudiante, les puede posibilitar el conocer las fortalezas y las debilidades de los educandos en su proceso de aprendizaje, contribuyendo de esta manera a aumentar el poder de dicho proceso, y a conseguir que los educandos logren el máximo provecho de las experiencias de aprendizaje. (Kolb, 1999, como se citó en García, 2013, p.5)

Respecto a esto, es fundamental que el docente identifique como el menor procesa y percibe la información, puesto que los estilos y ritmos de aprendizaje de los educandos, le va a permitir al maestro diseñar una planeación didáctica que contenga actividades de aprendizaje

significativas en las que se fomente y fortalezca habilidades, conocimientos y competencias en los niños y niñas.

Igualmente, se abordó en la planeación didáctica las necesidades e intereses de los menores del nivel 5, puesto que las actividades que se diseñaron están orientadas a fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en esta población, como situación problema en este contexto; siendo actividades pertinentes, innovadoras, coherentes, significativas y acordes con la edad de 4 a 5 años de los niños y niñas, pues la planeación didáctica tiene como fin generar un impacto positivo en los menores acerca de la alimentación.

Es importante resaltar que dicha problemática se planteó a partir de la observación atenta que se hizo en el escenario de práctica, evidenciando esta gran necesidad de que los menores consuman los alimentos como son las frutas y verduras que les son proporcionadas en cada uno de los momentos de la alimentación, llevando esta necesidad a la planeación didáctica; la cual cada actividad se abordó desde la exploración del medio como actividad rectora de la primera infancia. Ministerio de Educación Nacional (2018) afirma que:

Planear es uno de los procesos más importantes de la práctica pedagógica...es la forma de traducir en acciones todo lo que se ha pensado para potenciar el desarrollo, concretar la formación y aprendizaje de las niñas y los niños... por ello, pensar en qué hacer, para qué, cómo y cuándo hacerlo, son puntos de partida fundamentales. (p.5)

Dentro de este orden de ideas, la secuencia didáctica favorece el desarrollo de habilidades, conocimientos y capacidades en los menores, puesto que al abordar la secuencia didáctica desde la exploración del medio como actividad rectora de la primera infancia, “Los niños y las niñas se convierten en buscadores activos, lo que les permite descubrir y experimentar múltiples

situaciones, disposiciones indispensables para su desarrollo, aprendizaje y para la significación de todo cuanto se encuentra a su alrededor” (Secretaría de Educación del Distrito, 2019, p.90).

De hecho, en una secuencia didáctica, se considera importante abordar los saberes previos como son percepciones, conocimientos, actitudes, opiniones y habilidades de los educandos, porque estos saberes previos son el puente de conexión con los nuevos aprendizajes. El abordaje de los conocimientos previos se da en el momento inicial de la actividad que “consiste en un conjunto de acciones orientadas a que los alumnos identifiquen y compartan sus saberes previos frente al aprendizaje esperado, problema y/o producto, con el fin de generar motivación, sentido de reto y apertura por los nuevos conocimientos” (Tobón, 2018, p.61).

Partir de los saberes previos que tienen los menores, le permite al docente tener una visión de lo que los educandos ya saben, para poder fortalecer y promover conocimientos. Es fundamental que el docente en su quehacer pedagógico trabaje desde la secuencia didáctica porque en ella se puede organizar las actividades de aprendizaje detallando paso a paso las acciones a implementar con los niños y niñas, elaborando una planeación dinámica que tiene un orden entre sí con actividades secuenciadas, con la finalidad de promover un aprendizaje significativo que responda a las necesidades de los infantes. Citando a Díaz (2013):

La secuencia didáctica es el resultado de establecer una serie de actividades de aprendizaje que tengan un orden interno entre sí, con ello se parte de la intención docente de recuperar aquellas nociones previas que tienen los estudiantes sobre un hecho, vincularlo a situaciones problemáticas y de contextos reales con el fin de que la información que a la que va acceder el estudiante en el desarrollo de la secuencia sea significativa, esto es tenga sentido y pueda abrir un proceso de aprendizaje, la secuencia demanda que el estudiante realice cosas, no ejercicios rutinarios o monótonos, sino acciones que vinculen sus conocimientos y experiencias previas, con algún interrogante que provenga de lo real y con información sobre un objeto de conocimiento. (p.4)

Finalmente, el docente al diseñar una secuencia didáctica alcanza logros muy significativos, siendo uno de ellos la actitud de poder innovar, pues el maestro al reflexionar y analizar sobre lo que hizo, va a poder innovar dejando a un lado lo tradicional para abrir paso al aprendizaje significativo. De acuerdo con Barranza (2006):

La innovación es un proceso organizado y creativo que parte de una necesidad que el profesor visualiza en su práctica y que trata de trascenderla para llegar a un cambio que impacte y que se debe evaluar para ver si se logró. (p.5)

Es decir, que la innovación parte de la necesidad observada en el contexto escolar y esta se debe de abordar de manera creativa para que el aprendizaje sea comprensivo y significativo para el educando, ya que innovar en el aula, significa diseñar acciones pedagógicas creativas, interesantes y agradables para los niños y niñas.

Implementación

Actividad 1, Sesión 1, El Árbol de los Alimentos

Para empezar, en la sesión 1, se implementó el momento inicial y de desarrollo de la actividad 1, donde por medio de lo propuesto se alcanzó el aprendizaje esperado y se tuvo en cuenta la necesidad educativa que era fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los menores del nivel 5 en edades de 4 a 5 años; siendo las rutinas fundamentales en “los procesos de desarrollo y aprendizaje de las niñas y los niños, pues les permiten sentirse seguros en un ambiente confiable, ya que pueden prepararse para lo que viene, proyectarse y planear su hacer, así como crear hábitos...” (Ministerio de Educación Nacional, 2018, p.18).

Además, el tiempo establecido en la planeación responde a la necesidad educativa, porque se contó con el tiempo suficiente para fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los infantes, siendo esto por medio de una canción infantil, lectura de cuento, preguntas, conversatorios, explicaciones y búsqueda de siluetas de frutas y verduras en el árbol, dado a que la docente de grupo facilitó y cedió el tiempo de dos horas y media para realizar completa la actividad 1 llamada el árbol de los alimentos, pues esta actividad estaba proyectada para realizarse entre el 17 y 18 de abril pero se realizó en un solo día siendo el 17.

Por otro lado, los materiales didácticos que se elaboraron para implementar esta sesión promovieron un aprendizaje significativo en los infantes, ya que facilitó la comprensión de la rutina de alimentación, donde los menores reconocieron la importancia de una alimentación saludable, pues al manipular y al explorar el material elaborado, los niños y niñas participaron activamente dando a conocer sus opiniones e ideas. Así mismo, la organización y distribución del espacio y la organización de los educandos, facilitó la realización de los dos momentos de la actividad 1, dado a que los infantes interaccionan con el ambiente que los rodeaba.

Igualmente, los recursos didácticos fueron acordes con lo planeado, porque se captó la atención e interés de los infantes, puesto que los menores pudieron observarlos, manipularlos y explorarlos; en el momento de desarrollo de la actividad 1 en la que tenían que buscar la silueta de la fruta o verdura en el árbol y pegar el alimento, muchos de los niños y niñas se notaban entusiasmados y ansiosos por hacerlo y mientras llegaba el turno de ellos, estos menores ayudaban a sus compañeros indicándose donde estaba la silueta.

De esta manera, los recursos didácticos que se utilizaron aportaron al logro de los aprendizajes esperados, debido a que estos materiales creados estuvieron a la disposición de los infantes, fomentando un ambiente enriquecedor y de mucho aprendizaje, dado a que estos materiales fueron pensados y diseñados para el grupo de niños y niñas.

Resulta claro, que la estrategia de evaluación respondió a la necesidad educativa de los infantes, puesto que uno de los aprendizajes esperados era que los niños y niñas diferenciarán los alimentos saludables y no saludables, donde se evidencio que este aprendizaje fue alcanzado; ya que la estrategia de evaluación fue realizar en dos pliegos de papel un mural de alimentos.

Por consiguiente, en el primer pliego de papel se pegó la imagen de un niño enfermo y en otro pliego de papel la imagen de un niño sano, donde a cada uno de los menores se les entrego la imagen de un alimento saludable y no saludable para que las pegaran según donde correspondiera, como eran los alimentos saludables en la imagen del niño sano y los alimentos no saludables en la imagen del niño enfermo, observando que cada uno de los niños y niñas lo hizo de manera correcta.

Ante esto, se pudo constatar que los menores comprendieron la importancia de consumir alimentos saludables para poder crecer sanos y fuertes, siendo la estrategia de evaluación acorde

con lo planeado. De hecho, los niños y niñas al manipular y observar cada una de las imágenes para construir el mural de los alimentos como estrategia de evaluación, se evidenció que esta permitió identificar el logro de la actividad rectora exploración del medio.

Explorar el medio es una de las actividades más características de las niñas y los niños en la primera infancia. Al observarlos, se puede ver que permanentemente están tocando, probando, experimentando y explorando todo cuanto les rodea; ellas y ellos están en una constante búsqueda de comprender y conocer el mundo. (Ministerio de Educación Nacional, 2014, p.13)

Por último, la implementación y las acciones realizadas en la actividad 1, promover los aprendizajes esperados que se plantearon en la secuencia didáctica, porque los menores comprendieron la importancia de consumir frutas y verduras como también diferenciaron los alimentos saludables y no saludables; pues estas acciones, tuvieron como fin dar oportuna respuesta a las necesidades e intereses de los niños y niñas del nivel 5.

Actividad 1, Sesión 2, El Árbol de los Alimentos

Para esta sesión 2 de la actividad 1, se implementó el momento de cierre de la actividad, donde se tuvo en cuenta la necesidad educativa de los niños y niñas en lo propuesto para esta sesión, ya que se alcanzó el aprendizaje esperado que era fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación, pues “la alimentación y la nutrición son factores muy importantes para promover y mantener una buena salud a lo largo de toda la vida” (Comité Temático de Educación Alimentaria y Nutricional, 2017, p.11).

En cuanto a los materiales, organización del espacio y de los infantes, esto facilitó la implementación de la sesión 2, debido a que esto promovió un ambiente de exploración y de interacción; además, se dispuso de un tiempo de dos horas y media para implementar la sesión 1

y 2 de la actividad 1, lo cual permitió responder a la necesidad educativa de los menores que era fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación; ya que, al contar con el tiempo suficiente, se pudo llevar a cabo el paso a paso de lo planeado, logrando un aprendizaje significativo.

Con relación a la estrategia de evaluación, está respondió a la necesidad educativa y fue acorde con lo planeado en la secuencia didáctica, porque por medio de esta se pudo constatar cuáles fueron los aprendizajes que adquirieron los menores durante el desarrollo de la actividad 1 con respecto a una buena alimentación. En la estrategia de evaluación, se identificó el logro de la actividad rectora exploración del medio, puesto que los menores al entrar en contacto con el material que eran imágenes de frutas, verduras y alimentos no saludables para elaborar el mural de los alimentos, fueron descubriendo las características, tamaños y colores que tenían estas imágenes.

Cuando los niños y niñas exploran “se convierten en buscadores activos, lo que les permite descubrir y experimentar múltiples situaciones, disposiciones indispensables para su desarrollo, aprendizaje y para la significación de todo cuanto se encuentra a su alrededor” (secretaría de Educación del Distrito, 2019, p. 90).

Por otro lado, los recursos didácticos que se elaboraron y se usaron en la actividad 1, fueron acordes con lo planeado, dado a que los menores pudieron explorar cada uno de ellos, ya que al plastificar cada material hace que estos sean de larga duración y fácil manipulación. Así mismo, los recursos didácticos aportaron al logro de los aprendizajes esperados, porque “Cuanta más variedad exista en estos elementos, más oportunidades tendrán los participantes de aprender nuevas cosas, y las niñas y los niños podrán fortalecer y complejizar cada vez más sus aprendizajes” (Ministerio de Educación Nacional, 2018, p.15).

Finalmente, la implementación de la actividad 1 y las acciones realizadas en esta, respondieron a los aprendizajes esperados, porque posibilitó la comprensión de la rutina de alimentación en los menores de 4 a 5 años, resaltando la importancia de consumir frutas y verduras, dado a que “una apropiada alimentación y unas normas básicas, por ejemplo, los horarios regulares, tienen un efecto positivo sobre las condiciones de salud del niño, sobre su habilidad de aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar y adaptarse a nuevos ambientes y personas” (Comité Temático de Educación Alimentaria y Nutricional, 2017, p.39).

Actividad 2, Sesión 1, El Plato del Buen Comer

En la actividad 2 sesión 1 se llevó a cabo los momentos de inicio, desarrollo y cierre; para lo propuesto en esta actividad se tuvo en cuenta la necesidad de aprendizaje de los infantes del nivel 5, alcanzando el aprendizaje esperado que era fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación; ya que la actividad al ser un “proceso pedagógico intencionado, planeado y estructurado, propone oportunidades, situaciones y ambientes para promover el desarrollo de los niños y las niñas, de acuerdo con sus circunstancias, condiciones y posibilidades” (Ministerio de Educación Nacional, 2017, p.25).

Para el desarrollo de la actividad 2, llamada el plato del buen comer, se contó con un tiempo de dos horas y media, dicha actividad estaba programada para realizarse el día 19 de abril, pero se implementó el día 18 de abril, debido a que la actividad 1 se pudo realizar en un solo día; durante este tiempo se llevó a cabo la actividad 2 y la estrategia de evaluación, siendo tiempo suficiente para fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5 del hogar infantil Mirringa Mirronga.

Respecto a los materiales, la organización de los niños y niñas y del espacio, esto facilitó la implementación de la sesión 1 actividad 2, ya que se generó un ambiente de construcción de conocimientos, aprendizajes y saberes; como también, los recursos didácticos que se usaron en cada uno de los momentos contribuyeron al logro de los aprendizajes esperados, siendo estos acordes con lo planeado, puesto que estos recursos se configuran en ambientes pedagógicos, lo que “posibilita potenciar el buen crecer, desarrollo y el aprendizaje de las niñas y los niños” (Ministerio de Educación Nacional y la Organización de Estados Iberoamericanos, 2018, p.20).

Es importante mencionar, que la estrategia de evaluación fue la misma para la actividad 1 y 2, siendo pertinente con lo planeado en la secuencia didáctica; dado a que la estrategia respondió a la necesidad educativa de los infantes del nivel 5, ya que por medio de esta los menores comprendieron la importancia de consumir alimentos saludables, pues ellos al observar en el mural la imagen de un niño sano y uno enfermo, inmediatamente supieron donde tenían que pegar cada imagen de alimentos, evidenciando los saberes que los niños y niñas construyeron a lo largo de la implementación de la secuencia didáctica.

Así mismo, la estrategia de evaluación permitió identificar el logro de la actividad rectora exploración del medio, ya que al ser una actividad que los infantes realizan en su vida de forma constante y “desde que entran en contacto con su mundo, sus capacidades perceptivas y sensoriales los llevan a interesarse por todo lo que les rodea” (secretaría de Educación del Distrito, 2019, p.87).

A modo de cierre, la implementación de la actividad 2 respondió a los aprendizajes esperados y cada una de las acciones realizadas en esta, fomento en los niños y niñas la comprensión sobre la importancia de consumir frutas y verduras, diferenciarán alimentos saludables y no saludables y a consumir con agrado las frutas y verduras que son brindadas tanto

en el hogar infantil como en su casa; ya que al crear y disponer de un ambiente pedagógico para el desarrollo de esta actividad, los menores experimentaron, observaron, interaccionan, jugaron, exploraron y solucionaron problemas, pero sobre todo, construyeron nuevos saberes.

Reflexión y análisis de la práctica pedagógica

A modo de reflexión y análisis, resulta esencial mencionar lo relevante que es una secuencia didáctica para organizar el aprendizaje, promover conocimientos y, por ende, una buena formación de los educandos; dado a que una secuencia didáctica dinamiza el aprendizaje por medio de actividades secuenciadas, con el propósito de desarrollar en los niños y las niñas un aprendizaje significativo, por ello, la elaboración de una secuencia debe ser pertinente con lo que se pretende lograr. De acuerdo con Tobón et al. (2010):

Las secuencias didácticas son, sencillamente, conjuntos articulados de actividades de aprendizaje y evaluación que, con la mediación de un docente, buscan el logro de determinadas metas educativas, considerando una serie de recursos. En la práctica, esto implica mejoras sustanciales de los procesos de formación de los estudiantes, ya que la educación se vuelve menos fragmentada (p.20)

En este sentido, la implementación de la secuencia didáctica con los niños y niñas del nivel 5 en edades de 4 a 5 años del Hogar Infantil Mirringa Mirronga, permitió obtener resultados positivos respecto a la necesidad identificada y observada en este grupo de infantes; que era como fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación. Con las actividades diseñadas en la secuencia didáctica, se lograron resultados muy significativos como fueron:

Que la población conozca y sea consciente de lo que constituye una alimentación que le proporcione salud, asegurando que las experiencias de aprendizaje en alimentación y nutrición le permitan estar en capacidad de tomar decisiones autónomas, informadas y responsables con relación a la elección de alimentos para el consumo. (Comité Temático de Educación Alimentaria y Nutricional, 2017, p.14)

A partir de la intervención realizada, los aspectos a considerar como fortaleza fueron la capacidad de observación y escucha atenta, ya que “Al observar y escuchar, la maestra o el

maestro presta atención a las acciones de los niños y las niñas y a sus formas particulares de construir conocimientos” (Ministerio de Educación Nacional, 2017, p.142).

Es decir, que a partir de la observación y escucha que se haga, se va a poder reflexionar sobre el proceso que se llevó a cabo, dado a que esto permite conocer los intereses y particularidades de los infantes, transformar el quehacer docente y reorientar la acción educativa, pues “la observación y la escucha atenta se consideran como los mecanismos propios y más adecuados para realizar el seguimiento y brindar un mejor acompañamiento al desarrollo integral en la educación inicial” (Ministerio de Educación Nacional, 2014, p.24).

Así mismo, un aspecto a seguir mejorando es la capacidad de innovación, ya que innovar en la educación no significa llenar el aula con aparatos o recursos tecnológicos, sino que es saber presentar de manera llamativa, creativa y agradable, la información o contenidos al educando, para generar interés y motivación en ellos; lo que implica el saber transformar el estilo de enseñanza para dejar a un lado lo tradicional y abrir paso a la transposición didáctica, ya que la innovación “está encaminada a proponer acciones pedagógicas no tradicionales que permitan la enseñanza y aprendizaje de manera motivadora, creativa y efectiva” (Álvarez et al., 2015, p.103).

Otro aspecto importante por resaltar con relación a la pregunta de investigación diseñada que es ¿cómo fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5 del hogar infantil Miringa Mirronga del municipio Melgar-Tolima? es que esta es clara, pertinente y viable con lo que se pretende lograr, dado a que la pregunta de investigación da a conocer lo que se quiere realizar en la propuesta pedagógica.

En la intervención, también influyen aspectos como la actitud y la disposición del docente para con los educandos, ya que estos aspectos se consideran esenciales para propiciar

aprendizajes, puesto que de nada sirve diseñar una buena actividad si no hay actitud y disposición para enseñar. Por ello, los docentes “requieren ser afectuosos, tener buena escucha, ser observadores sensibles, sostén y acompañamiento de niñas y niños a través de la creación de escenarios, contextos, experiencias y prácticas cotidianas que permitan el goce y disfrute de las actividades rectoras...” (Ministerio de Educación Nacional, 2014, p.48).

En este mismo orden de ideas, una limitación hallada en la implementación de la secuencia didáctica fue el tiempo; porque al tratarse de como fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación, debieron haberse desarrollado más actividades enfocadas a esto; no obstante, esto no fue impedimento para que los niños y las niñas construyeran aprendizajes significativos durante los días de la implementación de la secuencia didáctica.

Por otro lado, las acciones que se pueden realizar para mejorar la implementación de una secuencia didáctica y el desarrollo de la práctica, teniendo en cuenta las características de los infantes y del contexto, como es en este caso el Hogar Infantil Miringa Mirronga de modalidad Institucional del ICBF, es trabajar de la mano con las actividades rectoras de la primera infancia, ya que toda acción que se realice para promover el desarrollo de los menores debe ser por medio del juego, el arte, la exploración del medio y la literatura como actividades rectoras. De acuerdo con Ministerio de Educación Nacional (2014):

El juego, la exploración del medio, las expresiones artísticas y la literatura se constituyen en las actividades rectoras que hacen parte de la vida cotidiana de las niñas y los niños y, en esta medida, puede decirse que forman parte de los contenidos de la educación inicial. Así, el entorno educativo es un espacio en el que se vive intensamente la primera infancia porque allí las niñas y los niños juegan, se acercan y disfrutan de la literatura, exploran el medio y descubren diversas expresiones artísticas. (p.79)

De hecho, toda acción pedagógica con primera infancia debe promover experiencias significativas en las que estén presentes las actividades rectoras, las cuales están deben de “provocar situaciones en las que las niñas y los niños jueguen, creen, inventen, imaginen, se relacionen, comuniquen, construyan conocimientos, planteen hipótesis, tomen decisiones, expresen sus emociones e ideas, es decir, se desarrollen de forma integral” (Ministerio de Educación Nacional, 2014, p.79).

Además, las acciones realizadas en la intervención favorecieron el logro de aprendizajes en los infantes del Nivel 5 de la institución, dado a que al implementar la secuencia didáctica se creó un ambiente pedagógico significativo, dinámico y propicio, donde los niños y niñas potenciaron sus capacidades, puesto que la acción de crear y disponer de un ambiente que responda a la necesidad e intereses de los menores posibilita la construcción de conocimientos como el desarrollo del infante.

Los ambientes pedagógicos se configuran en una estructura que pretende potenciar el desarrollo y los aprendizajes de los niños y las niñas, al tiempo que dan respuesta a las necesidades relacionadas con la seguridad, el descanso, el movimiento, la socialización, la privacidad, la higiene, la alimentación, etc. Por ello en su diseño es fundamental lograr el equilibrio entre las experiencias propuestas por las personas adultas y las iniciativas de los niños y las niñas, sus diferentes características de desarrollo y las rutinas que estructuran la jornada. (Ministerio de Educación Nacional, 2017, p.124)

En cuanto, a futuras implementaciones, una recomendación fundamental es saber identificar una necesidad o problemática que sea factible, que desde el accionar docente se pueda contribuir al cambio o mejora de esta, como también saber reconocer los intereses de los menores; ya que esto le permite al maestro diseñar e implementar una secuencia didáctica acorde

a lo observado, para así promover y propiciar conocimientos, habilidades y aprendizajes en los niños y las niñas.

Finalmente, la planeación didáctica es tan esencial e indispensable en el quehacer docente, porque en ella el maestro hace explícito lo que quiere hacer y el para qué, siendo “un ejercicio de construcción continua, permanente y flexible que les permite a los agentes educativos comunitarios, dinamizadores y profesionales en pedagogía organizar su práctica pedagógica, proyectar, diseñar y estructurar procesos, experiencias y materiales” (Ministerio de Educación Nacional, 2018, p.9).

Por tanto, al diseñar una planeación didáctica, esta debe de responder a los intereses, necesidades y características de los educandos; ya que al planear el accionar pedagógico teniendo en cuenta estos aspectos, se promueven aprendizajes y se potencia el desarrollo en cada uno de los infantes; así mismo, es fundamental que al diseñar una planeación didáctica se tengan en cuenta los recursos, el tiempo y el espacio, ya que estos contribuyen al logro de los aprendizajes esperados y de los propósitos planteados.

Es importante también resaltar algunos aspectos dentro de la planeación como son los tres momentos en los que se divide una actividad, que son el inicio, desarrollo y cierre, pues cada uno de estos momentos permite reconocer los saberes previos, fomentar conocimientos y su comprensión, como reflexionar y socializar sobre lo aprendido. Según Ministerio de Educación Nacional (2018) “La planeación permite no solo proyectar lo que se quiere hacer y a dónde se quiere llegar, sino que, además, posibilita la toma de decisiones en relación con lo que se debe continuar haciendo” (p.10).

Conclusiones

La secuencia didáctica favoreció el logro de la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5, ya que, al diseñar actividades secuenciadas, creativas, innovadoras, concretas y coherentes, posibilitó que los infantes del Hogar Infantil Mirringa Mirronga comprendieran la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar y desarrollo.

Se reconoce la importancia de la planeación didáctica como un medio que hace efectivo el proceso de aprendizaje, puesto que, al diseñar y proyectar actividades, se promovió la construcción de aprendizajes significativos en los niños y niñas del Hogar Infantil Mirringa Mirronga, como también se potenció el desarrollo de los infantes.

El hacer una planeación didáctica, implica pensar en lo que se quiere hacer y en el para qué; ya que, a partir de estas preguntas, el docente diseña actividades pedagógicas encaminadas a fortalecer conocimientos y a buscar soluciones ante las necesidades identificadas en el contexto educativo, como fue la necesidad de fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel 5, con el propósito de promover una alimentación saludable.

Es fundamental que, al diseñar una secuencia didáctica, se tenga en cuenta el contexto, los estilos de aprendizaje, los intereses y necesidades de los educandos, dado a que esto es la base para que el docente implemente actividades pertinentes y oportunas, que posibilite el desarrollo y potenciamiento de capacidades, conocimientos, habilidades y saberes; por lo cual, la secuencia didáctica, dio respuesta oportuna a la necesidad observada e identificada en los niños y niñas de 4 a 5 años del nivel del Hogar Infantil Mirringa Mirronga.

Al diseñar una secuencia didáctica para primera infancia como fue para los niños y niñas del Hogar Infantil Mirringa Mirronga, es esencial proyectar las acciones pedagógicas desde el juego, la exploración del medio, el arte y la literatura, como actividades rectoras de la primera infancia; ya que, por medio de estas se potencia de forma intencionada el desarrollo integral de los menores y se propician aprendizajes.

Como resultado, al diseñar cada una de las actividades de la secuencia didáctica teniendo en cuenta la exploración del medio como actividad rectora de la primera infancia, posibilito que los menores del nivel 5 del Hogar Infantil Mirringa Mirronga, entraran en contacto con sus capacidades sensoriales y perceptivas, dado a que la exploración del medio es una actividad que los niños y niñas realizan de forma constante en su vida cotidiana.

Es imperante, que al implementar actividades con los infantes, se construyan ambientes pedagógicos que estén a la disposición de los niños y niñas para que ellos puedan interactuar en este; ya que al crear y disponer de un ambiente pedagógico como fue en las actividades 1 y 2 de la secuencia didáctica, los menores pudieron manipular, explorar y observar el material didáctico que estaba en este; puesto que la creación de estos ambientes pedagógicos favoreció el intercambio de opiniones, la libertad de expresión, la participación, pero sobre todo se fomentó la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación como necesidad evidenciada.

Para concluir, la propuesta pedagógica integra el saber ser, el saber hacer y el saber, ya que cada una de estas competencias docentes orientaron el saber pedagógico para poder diseñar y construir acciones pedagógicas encaminadas a fomentar la comprensión y apropiación de la rutina de alimentación en los niños y niñas del Hogar Infantil Mirringa Mirronga.

Referencias

- Álvarez, J., Serna, A. & Mesa, A. (2015). Innovar en el aula: perspectiva de los docentes de la Católica del Norte. *Revista Reflexiones y Saberes*, 2 (2), 102-110 Recuperado de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaRyS/article/view/607/1142>
- Barraza, A. (2006a, b). Innovación Didáctica en Educación Superior: un estudio de caso. *Diálogos educativos*, (12), 2-15, e-ISSN: 0718-1310. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2473879>
- Catalán Cueto, J.P. (2020). La investigación acción como estrategia de revisión de la práctica pedagógica en la formación inicial de profesores de Educación Básica. *Revista Iberoamericana de Estudios Em Educaba*, 15(esp4). <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.21723/riaee.v15iesp4.14534>
- Comité Temático de Educación Alimentaria y Nutricional. (2017). Lineamiento Nacional de Educación Alimentaria y Nutricional. https://www.icbf.gov.co/system/files/lineamiento_nacional_de_educacion_alimentaria_y_nutricional_validacion_ctean.pdf
- Díaz, A. (2013). Guía para la elaboración de una secuencia didáctica. Universidad Nacional Autónoma de México, 5. http://envia3.xoc.uam.mx/envia-2-7/beta/uploads/recursos/xYYzPtXmGJ7hZ9Ze_Guia_secuencias_didacticas_Angel_Diaz.pdf
- García, R. (2011). Modelo Educativo Basado en Competencias: Importancia y Necesidad. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 11(3), 1-24. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44722178014>

- García, R. (2013). Reflexiones sobre los estilos de aprendizaje y el aprendizaje del cálculo para ingeniería. *Revista actualidades investigativas en Educación*.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-47032013000100014
- Luna-Gijón, G., Nava Cuahutle, A. A. ., & Martínez-Cantero, D. A. . (2022). El diario de campo como herramienta formativa durante el proceso de aprendizaje en el diseño de información. *Zincografía*, 6(11). <https://doi.org/10.32870/zcr.v6i11.131>
- Martínez, L. (2007). La Observación y el Diario de Campo en la Definición de un Tema de Investigación. <https://www.ugel01.gob.pe/wp-content/uploads/2019/01/1-La-Observaci%C3%B3n-y-el-Diario-de-campo-07-01-19.pdf>
- Medina, E. y Tobón, S. (2010). Formación integral y competencias. Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación, 3a ed., Centro de Investigación en Formación y Evaluación CIFE, Bogotá, Colombia, Ecoe Ediciones, 2010. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 32(2),90-95.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457545095007>
- Ministerio de Educación Nacional (2014). Documento Nro. 25. Serie de orientaciones pedagógicas para la educación inicial en el marco de la atención integral. Seguimiento al desarrollo integral de las niñas y los niños en la educación inicial. https://www.mineduacion.gov.co/1780/articles-341880_archivo_pdf_doc_25.pdf
- Ministerio de Educación Nacional y la Organización de Estados Iberoamericanos OEI. (2018). Ambientes pedagógicos. https://www.mineduacion.gov.co/1780/articles-379705_recurso_12.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (2014). Documento N. 24: La exploración del medio en la educación inicial.

<https://www.mineducacion.gov.co/portal/men/Publicaciones/Documentos/341842:Documento-N-24-La-exploracion-del-medio-en-la-educacion-inicial>

Ministerio de Educación Nacional. (2014). Documento Nro. 20. Serie de orientaciones pedagógicas para la educación inicial en el marco de la atención integral. Sentido de la Educación Inicial. https://www.mineducacion.gov.co/1780/articles-341880_archivo_pdf_doc_20.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (2017). Bases curriculares para la educación inicial y preescolar. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-341880_recurso_1.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (2018). Planeación Pedagógica.

<https://redes.colombiaaprende.edu.co/ntg/men/pdf/Planeacion.pdf>

Moreno, S. (2022). El Diario de Campo como instrumento de reflexión e investigación.

<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/50092>

Pérez Abril, M. (2003). La investigación sobre la propia práctica como escenario de cambio escolar. *Pedagogía y Saberes*, . 18, 70–74. [https://doi-](https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.17227/01212494.18pys70.74)

[org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.17227/01212494.18pys70.74](https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.17227/01212494.18pys70.74)

Ripoll-Rivaldo, María (2021). Prácticas pedagógicas en la formación docente: desde el eje didáctico. *Telos: revista de Estudios Interdisciplinarios en Ciencias Sociales*, 23 (2), Venezuela. (Pp.286-304). <https://doi.org/10.36390/telos232.06>

Sánchez, A. y González, M, (2016). Saber pedagógico: fundamento del ejercicio docente. *Educ. Educ.*, 19(2), 241-253. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v19n2/v19n2a04.pdf>

Secretaria de Educación del Distrito. (2019). Lineamiento Pedagógico y Curricular para la Educación Inicial en el Distrito. 73 -92, 93-

113. <https://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/bitstream/handle/001/3062/Lineamiento%20Pedag%F3gico.pdf?sequence=1>

Tobón, S. (2018b). El proyecto de enseñanza, aprendizaje y evaluación: Manual práctico para comprender, planear e implementar el proyecto de enseñanza. Centro Universitario CIFE.

<https://cife.edu.mx/recursos/wp-content/uploads/2018/08/El-Proyecto-de-Ense%C3%B1anza-5.0.pdf>

Tobón, S., Pimienta, J & García, J. (2010). Secuencias Didácticas: Aprendizaje y Evaluación de Competencias.

https://www.researchgate.net/publication/287206904_Secuencias_didacticas_aprendizaje_y_evaluacion_de_competencias

Apéndice

Enlace drive con las evidencias de la implementación: https://unadvirtualedu-my.sharepoint.com/:f:/g/personal/cebarreav_unadvirtual_edu_co/EhnKWJbGkpVFiL5UPCBFaucBeP8zb6in5cOZVDFGjLmmcA?e=cz5ImH

Enlace video de sustentación: https://youtu.be/YARWfmRM_-E