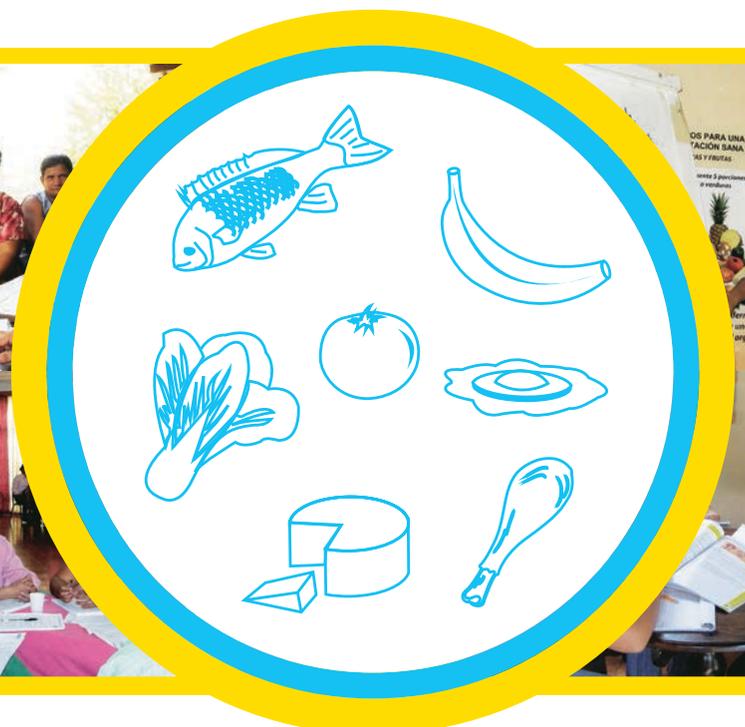




PLAN para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición dirigido a docentes de primero y segundo ciclo de CAPACITACIÓN



Versión Preliminar

Gobierno de Honduras
 Secretaría de Educación
 Programa Especial para la Seguridad Alimentaria GCP/HON/022/SPA
 Proyecto de Educación Alimentaria y Nutricional en las Escuelas Primarias TCP/HON/3204



Canadian International Development Agency

Agence canadienne de développement international

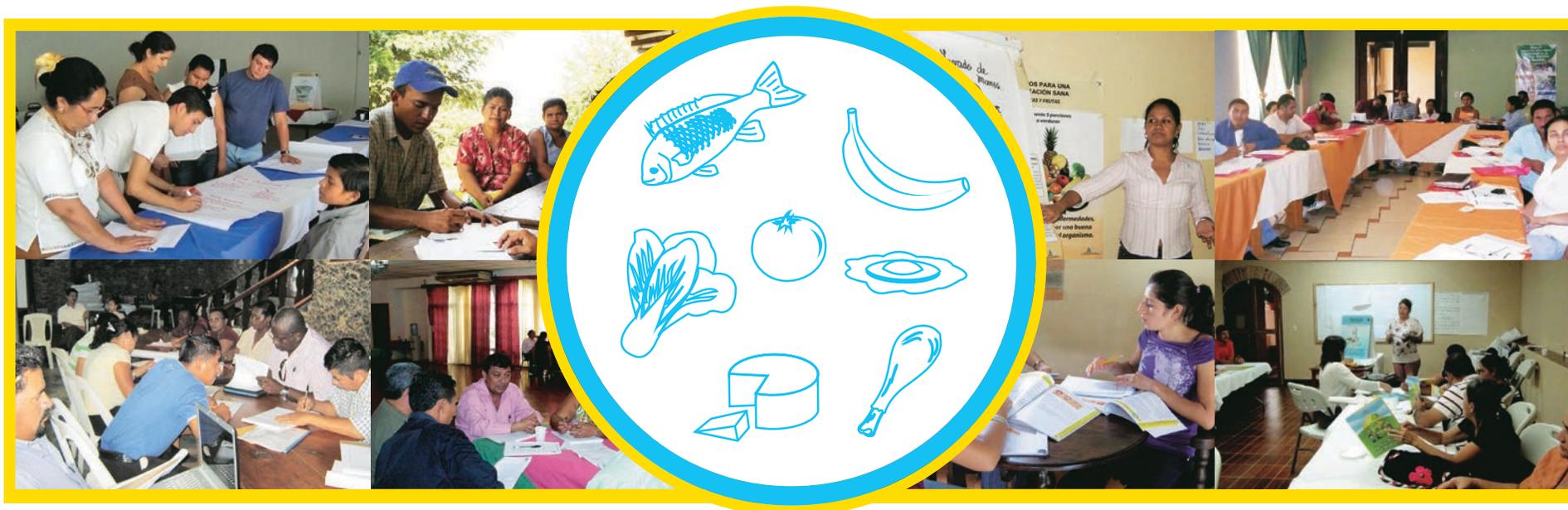


aeid



PLAN para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición Dirigido a docentes de primero y segundo ciclo

de CAPACITACIÓN



Tegucigalpa, Honduras. Abril 2012

Todos los derechos reservados.

Se autoriza la reproducción y difusión del material contenido en este manual de capacitación, para fines educativos u otros fines no comerciales sin previa autorización escrita de los titulares de los derechos de autor, siempre que se especifique claramente la fuente.

Se prohíbe la reproducción del material contenido en este producto informativo para reventa y otros fines comerciales sin previa autorización escrita de los titulares de derecho de autor. Las peticiones para obtener tal autorización deberán dirigirse a la Representación de la FAO en Honduras, Col. Palmira, Ave. Juan Lindo, Sendero Guyana, Casa N°. 2450, Tegucigalpa, Honduras, C. A. o por correo electrónico a: fao-hn@fao.org

Ian Cherrett

Representante a.i FAO Honduras

German Antonio Flores

Director Nacional del Programa Especial para la Seguridad Alimentaria
PESA / FAO Honduras

Carmen Dárdano

FAO Roma

Elsa Victoria López

Componente de Alimentación y Nutrición. PESA / FAO

Ana Luisa Ordóñez

Consultora independiente en Alimentación y Nutrición

Mayra Maritza Muñoz

Consultora TCP/HON/3101

Secretaría de Educación

Lurdis Dolores Suazo y Héctor Amílcar Bardales

Revisión de estilo: Isabel Ferrufino, Comunicaciones PESA Honduras

Diseño y diagramación: Nolvía Reyes

Impresión: Corporación y Publicidad Flores



ÍNDICE

Introducción	5
I. Antecedentes	7
II. Propósitos y objetivos del plan de capacitación	8
III. Competencias a desarrollar	9
IV. Ejes temáticos	9
A Contenidos	9
B Objetivos de aprendizaje	9
V. Metodología	11
VI. Módulos de capacitación	15
A. Resultados de aprendizaje	15
B. Módulos de capacitación	16
C. Contenidos por módulos de capacitación	17
D. Guiones metodológicos	18
VII. Módulo I.	19
Conocimientos básicos en alimentación, nutrición y en seguridad alimentaria	



VIII. Módulo 2	45
Métodos y técnicas de enseñanza en alimentación y nutrición	
IX. Módulo 3	61
Alimentación y nutrición en el ciclo de vida	
X. Módulo 4	79
Selección e higiene de los alimentos	
XI. Evaluación	93
A. Evaluación del proceso	93
B. Evaluación del impacto	97
XII. Bibliografía	98
XIII. Acrónimos	99
Lista de cuadros y gráficos	
Cuadro I.	10
Objetivos de aprendizaje según eje temático	
Esquema I.	11
Momentos de capacitación y aplicación	
Esquema 2.	17
Contenidos de los módulos	



I. INTRODUCCIÓN

La enseñanza de la nutrición como un saber, es un proceso complejo que requiere del conocimiento, dominio y aplicación del maestro o maestra, para que ésta sea incorporada a todos los ámbitos del quehacer docente y que la misma se vea reflejada en la participación activa de las y los alumnos, quienes necesitan estar motivados (as), en un ambiente adecuado, flexible, que facilite la comunicación horizontal, las relaciones interpersonales y el intercambio de opiniones y percibir la utilidad de dicho saber. Así, a través de sucesivas aproximaciones que parten de sus propias concepciones las y los maestros irán reestructurando dicho conocimiento y construyendo nuevos saberes más complejos. Todo lo anterior facilitará estos aprendizajes, los cuales deberán hacerse explícitos en los comportamientos alimentarios de los escolares.

La escuela debe ser la base para el aprendizaje de habilidades para la vida, incorporando la nutrición y las buenas prácticas de alimentación tanto en maestros y escolares como en padres/madres de familia y en las comunidades en general. Debe reconocerse la contribución de la escuela en el desarrollo físico y mental de los escolares, lo mismo en la promoción de una vida sana.

El mejoramiento de la nutrición de los escolares debe ser una estrategia de prevención, iniciada en el ámbito escolar basada en el cambio o reforzamiento de comportamientos alimentarios, partiendo del cambio mismo de los comportamientos de los maestros, promovido a través de un proceso de información oportuna y correcta con referencia a los temas de alimentación y nutrición que deberán construirse en las aulas con sus alumnos y que estén relacionados con la temática contemplada en los programas oficiales de la Secretaría de Educación.

Es importante hacer notar que la educación alimentaria nutricional en las escuelas, debe tomar en cuenta los siguientes factores:

- ❖ Una nutrición adecuada es crucial para el adecuado desarrollo físico y mental de los niños y niñas en crecimiento y adolescentes;
- ❖ Los escolares son consumidores actuales y a futuro; por eso necesitan una educación e información relevantes a fin de adquirir hábitos alimentarios saludables a lo largo de su vida;
- ❖ Los escolares como futuros padres jugarán un rol muy importante en el desarrollo de sus propios hijos;
- ❖ Como miembros de una familia, los escolares proveen un importante eslabón entre la escuela y los padres así como con la comunidad, como un todo.
- ❖ La información y formación adecuada en alimentación y nutrición, es una necesidad tanto de maestros, alumnos, padres de familia y comunidad.

El propósito de la educación alimentaria y nutricional en la escuela es lograr que los niños adquieran una capacidad crítica para elegir una alimentación saludable en un mundo que cambia rápidamente, con una continua diversificación de los alimentos procesados y una pérdida de las buenas costumbres en la alimentación familiar.

La educación alimentaria y nutricional no ha sido incorporada en forma sistemática en las escuelas de Honduras. Algunas limitaciones que han tenido los docentes han sido la falta de formación en nutrición; la falta de materiales educativos apropiados y un enfoque de la educación centrado en los aspectos cognitivos del aprendizaje, por lo que es necesario realizar esfuerzos innovadores a fin de que los escolares se formen desde tempranos años en el mejoramiento de su alimentación reforzando esta temática con aspectos metodológicos que refuercen sobre todo las buenas prácticas alimentarias cotidianas.



Las teorías y modelos educativos y de comunicación social en nutrición, han demostrado su efectividad en la educación escolar en algunos países desarrollados, así como un diseño curricular orientado a lograr cambios de actitudes y prácticas (no sólo a aumentar los conocimientos de alimentación y nutrición de los escolares) o reforzamiento. Los nuevos modelos educativos y curriculares sobre esta temática, deben reforzarse entre los docentes de Honduras, siendo necesaria la formación de un equipo capaz de liderar estas acciones a nivel nacional.



I. ANTECEDENTES

La Secretaría de Educación con la cooperación técnica de la FAO ha desarrollado recientemente una experiencia piloto encaminada a mejorar la situación nutricional de los escolares, a través del reforzamiento de los temas de alimentación y nutrición existentes en el Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica. Esta experiencia se desarrolló en 15 escuelas de los departamentos de Colón, Intibucá, Olancho, Choluteca y Copán.

El proyecto contemplaba la definición, el diseño y validación tanto de estrategias y actividades educativas como de materiales didácticos pertinentes, que apoyarán las prácticas pedagógicas de los docentes para desarrollar la temática de alimentación y nutrición. Este proyecto se inició en 1997 con una investigación en conocimientos, actitudes y prácticas en alimentación y nutrición de maestros, escolares y madres de familia y una evaluación del estado nutricional de los escolares. A la vez se identificaron las necesidades de capacitación de los docentes y madres de familia; lo mismo que el tipo y utilización de los alimentos en el interior de la escuela y en sus alrededores. Toda esta información fue relevante para diseñar las estrategias de abordaje de la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas primarias.

También se realizó la revisión y análisis del Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica (DCNEB), para sistematizar la incorporación de los contenidos de alimentación y nutrición en una guía metodológica y definir los materiales educativos que reforzarían los temas de la currícula. En base a las actividades anteriores se definió, diseñó y validó un conjunto de materiales didácticos para apoyar el proceso de enseñanza aprendizaje de los escolares y la capacitación a los/las maestros/as y se elaboró una Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición. Tanto la guía como los materiales educativos elaborados

se validaron en su momento y se han utilizado para la capacitación de docentes durante los años que duró el proyecto piloto.

De las necesidades de capacitación identificadas en la investigación inicial, como de necesidades detectadas en los momentos de capacitación de los docentes, ha surgido este plan de capacitación como una necesidad para unificar los contenidos que requerirán los docentes en la implementación de la enseñanza de la alimentación y nutrición a los escolares.

Este plan consta de 4 módulos los que se describen a continuación:

Módulo I:

Conocimientos básicos en alimentación, nutrición y Seguridad Alimentaria.

Módulo II:

Métodos y técnicas de enseñanza en alimentación y nutrición.

Módulo III:

Alimentación y nutrición en el ciclo de vida.

Módulo IV:

Selección e higiene de los alimentos.

Se espera que la implementación de este plan fortalezca las capacidades académicas de los docentes para desarrollar los contenidos del área de Ciencias Naturales y otras áreas del DCNEB con contenidos relacionados al tema.



II. PROPÓSITO Y OBJETIVOS DEL PLAN DE CAPACITACIÓN

● **PROPÓSITO** Contribuir a mejorar nutrición de los niños y niñas en edad escolar y sus familias mediante la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas primarias.

● **OBJETIVOS** Desarrollar un proceso formativo de los docentes de primero y segundo ciclo, en los temas de seguridad alimentaria, alimentación y nutrición, a fin de fortalecer sus dominios y competencias en la enseñanza de esta temática con la población escolar.

Generar estrategias y actividades educativas que apoyen las prácticas pedagógicas de los maestros y maestras, para mejorar el desarrollo de los conocimientos, actitudes y prácticas alimentarias de los escolares y padres/madres de familia.



III. COMPETENCIAS A DESARROLLAR

Con la formación obtenida el y la docente:

1. Conoce e interpreta los procesos de educación alimentaria y nutricional y su relación con los problemas nutricionales del país y las políticas, planes y programas de seguridad alimentaria y nutricional que están en vigencia.
2. Desarrolla la habilidad de definir el proceso de enseñanza-aprendizaje en alimentación y nutrición a partir de su aprendizaje; del diagnóstico de las condiciones alimentarias en que viven los escolares, lo mismo que de sus hábitos y prácticas alimentarias.
3. Incorpora, planifica y desarrolla procesos didácticos relacionados con la alimentación, nutrición y seguridad alimentaria en la escuela y comunidad.
4. Participa activamente en la formación de otros docentes para que se amplíe el desarrollo de procesos didácticos relacionados con la alimentación y nutrición y seguridad alimentaria en otros centros educativos del país.



IV. EJES TEMÁTICOS

A. CONTENIDOS

La definición de los contenidos de alimentación y nutrición, que se incluyen en la educación alimentaria nutricional de los niños y niñas escolares del primero y segundo ciclo de educación básica y en el plan de la capacitación para maestros y maestras, se basa en el diagnóstico inicial y en el análisis del diseño curricular nacional de la educación básica. El análisis de la currícula de áreas como Ciencias Naturales, Educación Física, Comunicación y Artística, y Ciencias Sociales, permitió una estructuración técnica y conceptual que se resume en tres ejes:

1. Alimentación Sana
2. Nutrición y Salud
3. Producción de Alimentos en la Escuela y el Hogar.

Dentro de estos ejes se incluyen los contenidos relacionados con seguridad alimentaria, alimentación y la nutrición que se encontraron en las áreas descritas anteriormente. Las áreas están estructuradas por bloques y en el caso del Área de Ciencias Naturales que fue seleccionada para incorporar los contenidos desarrollados en la Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición, los bloques donde se trabajaron las lecciones son:

1. Los Seres Vivos en su Ambiente
2. El Ser Humano y la Salud
3. La Tierra y El Universo
4. Materia, Energía y Tecnología.

B. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

El énfasis en el cambio o reforzamiento de comportamientos alimentarios da lugar a los objetivos de aprendizaje de los docentes, tanto conceptuales, procedimentales, como actitudinales. Estos objetivos se plantean en el siguiente cuadro:



Cuadro No. 1 / Objetivos de aprendizaje según eje temático

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE SEGÚN EJE TEMÁTICO

EJES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS	CONCEPTUALES	ACTITUDINALES	PROCEDIMENTALES
<p><u>Alimentación Sana</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los alimentos. 2. Los nutrientes y sus funciones en el organismo. 3. Selección, conservación y preparación de alimentos. 4. Higiene de Alimentos 	<p>Describen las características de los alimentos, las funciones que realizan en el organismo y como contribuyen a mantener la salud. Manejan de manera adecuada la selección, conservación y preparación higiénica de los alimentos.</p>	<p>Valoran los recursos alimentarios de la comunidad y rescatan los alimentos tradicionales para incluirlos en su dieta diaria.</p>	<p>Planifican menús nutritivos, balanceados, de bajo costo, utilizando los recursos alimentarios de la comunidad y los producidos en el huerto escolar.</p>
<p><u>Nutrición y Salud</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Relación de los alimentos con la salud y el crecimiento del ser humano. 6. Composición de una dieta balanceada. 7. Alimentación en las diferentes etapas de la vida. 	<p>Describen los elementos de una dieta balanceada y la influencia de la misma en la salud del individuo, de acuerdo a su edad y características biológicas.</p>	<p>Contribuyen a mantener una buena salud personal y a promover medidas saludables a través del fomento de una adecuada alimentación.</p>	<p>Aplican los conocimientos de alimentación y salud en el ciclo de vida elaborando planes de clase que incluyan además de los aspectos conceptuales, las preparaciones de alimentos según las necesidades de una dieta sana.</p>
<p><u>Producción de Alimentos en la Escuela y el Hogar</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 8. El huerto familiar y escolar integrado (plantas y animales). 9. Seguridad alimentaria en el hogar y comunidad. 	<p>Relacionan la importancia de la producción de alimentos a nivel de la escuela, el hogar y la comunidad para el logro de la seguridad alimentaria y nutricional de los escolares y sus familias.</p>	<p>Aprecian los recursos naturales de su entorno y hacen uso adecuado de ellos a través del fomento de la producción de alimentos en la escuela y el hogar. Valoran la importancia del huerto dentro de la enseñanza de las ciencias.</p>	<p>Elaboran proyectos productivos en su escuela y en la comunidad. Utilizan los huertos escolares y familiares como espacio pedagógico y mejorar la alimentación de la comunidad.</p>

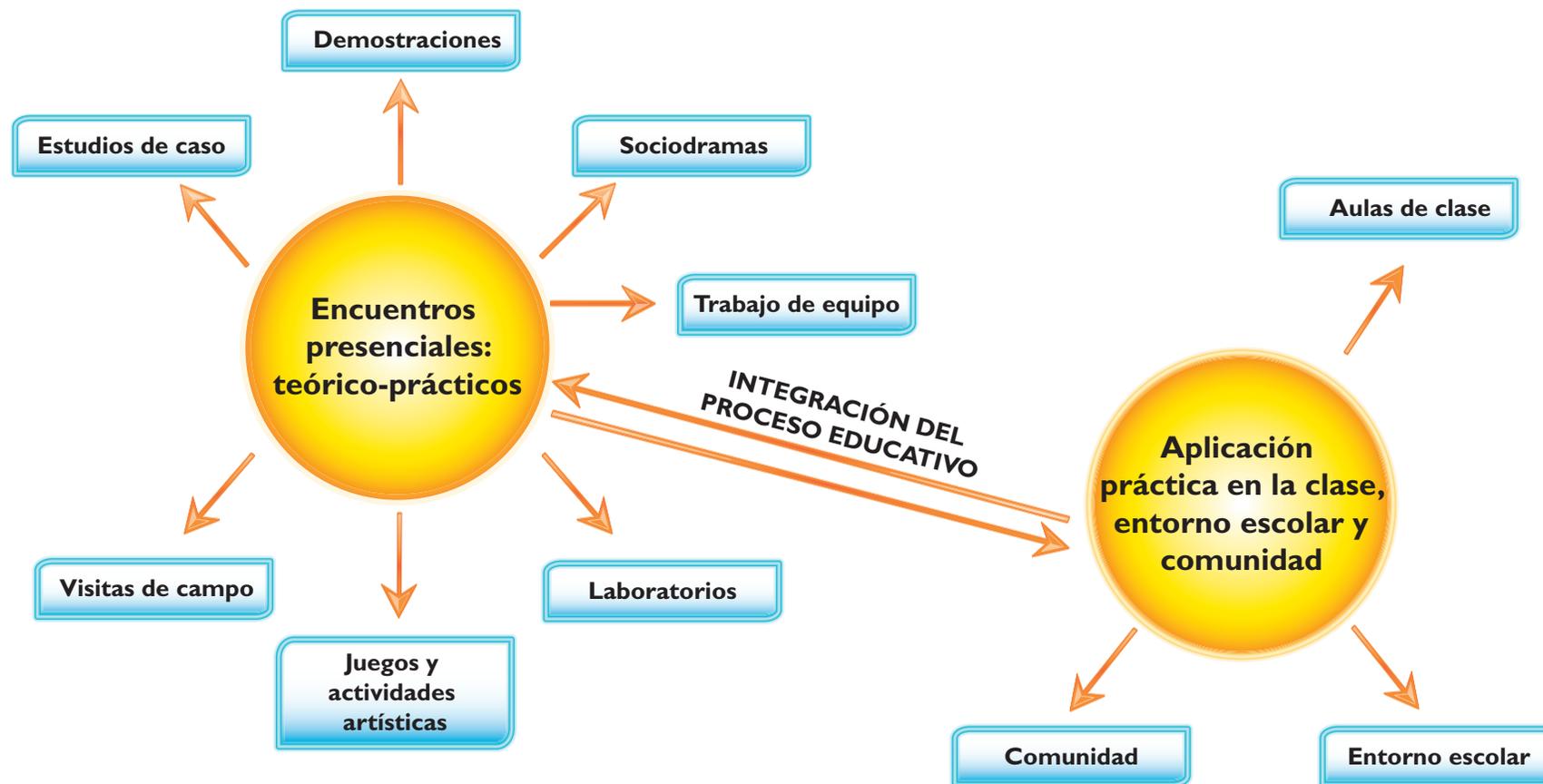


V. METODOLOGÍA

A. PARA EL DESARROLLO DE LA CAPACITACIÓN:

El plan de capacitación a docentes será conducido utilizando procesos metodológicos que combinen adecuadamente la parte conceptual, con la práctica a través de encuentros presenciales así como con ejercicios de aplicación en su labor docente.

Esquema No. 1 / Momentos de capacitación y aplicación



I. Encuentros presenciales.

Para desarrollar este plan de capacitación los módulos se desarrollarán en forma presencial utilizando la metodología de seminario taller; cada módulo está programado para ser desarrollado en un período de 24 a 40 horas. Las fechas de realización de cada seminario taller estarán sujetas a los espacios establecidos por la Secretaría de Educación y negociados con cada centro educativo.

La metodología de capacitación se basa en la teoría del constructivismo, que privilegia la construcción de un nuevo conocimiento a partir del conocimiento previo y el trabajo en el entorno social de quien aprende; cuando se enfrenta a un problema que implica para su resolución, la realización de una acción de su parte.

La estrategia se sustenta en la concepción de la educación de adultos que plantea que las personas aprenden mejor cuando el nuevo conocimiento es parte de su experiencia, aplicable directamente a la vida cotidiana y al espacio laboral.

En el lugar de trabajo las personas participan, preguntan, resuelven, comparten, explican y evalúan los problemas y las posibles soluciones. En esta perspectiva se concibe al individuo como agente activo de su propio conocimiento, construye significados y representa la realidad de acuerdo con sus experiencias, vivencias, y está en permanente interacción con los otros.

En los momentos de capacitación se combinará y articulará la teoría con la práctica, para que cada tema tenga una aplicación concreta utilizando técnicas participativas (talleres vivenciales, sociodramas, estudios de caso, visitas de campo, juegos, etc.) que faciliten los procesos de aprendizaje. Se presentan en este plan los módulos y guiones metodológicos que contienen los objetivos de aprendizaje, temas, técnicas, actividades, pasos a seguir, ejercicios

prácticos y ejercicios de evaluación, equipo, materiales y guías de trabajo. Estos guiones se incluyen al final de cada módulo, para facilitar al capacitador el desarrollo de los mismos con el personal docente.

Para contar con los recursos didácticos de la capacitación se diseñaron y validaron los materiales educativos que servirán como ayudas didácticas en estos momentos presenciales y de apoyo a los docentes en su labor educativa con los escolares. En la capacitación también se utilizarán otros materiales educativos de alimentación y nutrición ya existentes en el país, tanto elaborados por FAO como por otras instituciones gubernamentales.

2. Aplicación práctica.

Para cada uno de los ejes temáticos se han definido aplicaciones prácticas plasmadas en la guía metodológica, que evidencien la adquisición de las competencias definidas. Estas actividades serán monitoreadas por los responsables de la Secretaría de Educación, con el acompañamiento técnico de la FAO.

La estrategia de implementación del plan de capacitación a docentes del primer y segundo ciclo estará basada, entonces, en una metodología de reflexión-acción que cubra los aspectos centrales priorizados para fortalecer las capacidades y competencias de los y las docentes para contribuir efectivamente a mejorar las condiciones de nutrición de la población escolar y sus familias.

3. Materiales didácticos para capacitaciones y desarrollo de currículum.

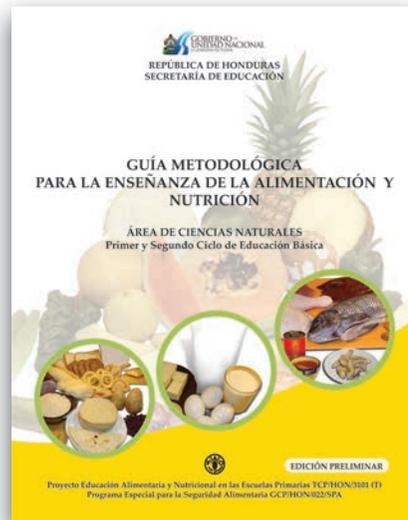
Para apoyar los procesos de capacitación a docentes y de actividades educativas con los/las escolares, previamente se diseñaron y validaron los siguientes materiales didácticos:



- ❖ Una Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición
- ❖ Un rotafolio denominado “Consejos para una Alimentación Sana”
- ❖ Una historieta denominada “Nuestros Amigos los Alimentos”
- ❖ Una lámina educativa denominada “Este Local Protege tu Salud”
- ❖ Una rueda sobre el valor nutritivo de los alimentos

Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición.

Esta guía ha sido elaborada siguiendo los lineamientos de la Secretaría de Educación, conteniendo de manera secuencial los conceptos, actividades y procesos, que deben manejar los docentes a fin de desarrollar eficientemente la educación alimentaria y nutricional con los escolares. Tiene como finalidad fortalecer los contenidos de alimentación y nutrición que se encuentran en las diferentes áreas del Diseño Curricular de la Educación Básica.



Para sistematizar estos contenidos, se trabajaron los temas del Área de Ciencias Naturales; no obstante se presentan las sugerencias metodológicas para interactuar con las demás áreas del DCNEB, ejemplo Ciencias Sociales, Educación Física, Matemáticas y Comunicación. Contiene además un apartado denominado “Contenidos de Alimentación y Nutrición Complementarios a la Guía Metodológica”, donde se desarrollan ampliamente contenidos básicos

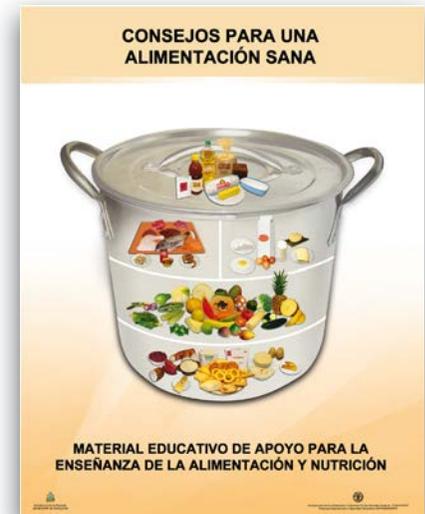
de la temática que deben manejar los docentes en el desarrollo de sus clases.

De manera general la Guía comprende:

- ❖ El Perfil del Egresado o Egresada en Relación a la Alimentación y Nutrición.
- ❖ Las Sugerencias Metodológicas
- ❖ El desarrollo de lecciones en el Primer Ciclo: Primero a Tercer Grado
- ❖ El desarrollo de lecciones del Segundo Ciclo: Cuarto a Sexto Grado
- ❖ Los Contenidos de Alimentación y Nutrición Complementarios a la Guía Metodológica.
- ❖ Un Glosario de los Contenidos Complementarios
- ❖ La Bibliografía
- ❖ Los Anexos

Rotafolio Consejos para una Alimentación Sana

El rotafolio, está formado por láminas educativas del tamaño de los periódicos grandes, y se usa sobre un caballete. Las láminas de este rotafolio cuentan con textos y fotografías a colores relacionadas con los alimentos. Se diseñó de tal manera que contiene alimentos que se producen en diferentes regiones del país. Es una ayuda didáctica que le permite al docente contar con un recurso valioso al desarrollar su clase y debe ser tomado en cuenta desde la planificación de la misma, en la jornalización de unidades o módulos de acuerdo a la asignatura y a lo planteado en el DCNEB.



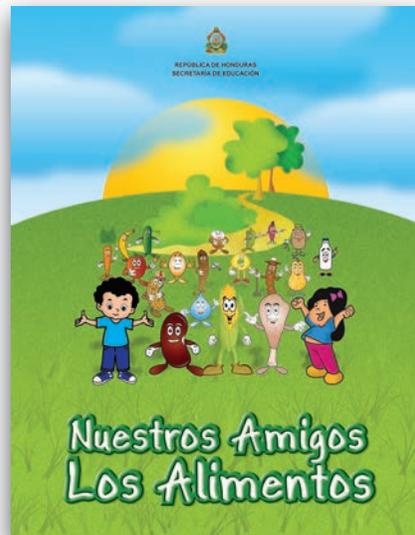
El rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana” es un juego de ocho láminas de grupos de alimentos, con mensajes educativos claves que resaltan:

- ❖ El contenido nutritivo de los alimentos.
- ❖ Beneficio que esas sustancias nutritivas proporcionan al organismo.
- ❖ Cantidad y frecuencia mínima de consumo de esos alimentos.
- ❖ Variedad de alimentos según zona geográfica de Honduras.

Las reglas generales y contenido del rotafolio se encuentran en los anexos de la Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición.

Historieta “Nuestros Amigos los Alimentos”

Constituye un recurso educativo para uso de los escolares de tercero a sexto grado. Es una narración (o historia) que se expresa mediante cuadros dibujados a partir de un guión previamente escrito, con personaje(s) central(es) alrededor del cual gira el argumento. El argumento se explica con diálogos que son expresados en cada cuadro a través de la acción, el movimiento y la expresión de los sujetos dibujados. El diálogo escrito es expresado en globos o viñetas. La historieta consta de 16 páginas donde los alimentos le cuentan o narran a los/las niños(as):



- ❖ Su nombre
- ❖ Su origen
- ❖ Valor nutritivo
- ❖ El beneficio para su organismo cuando come una variedad de ellos.
- ❖ Consumir de 6 a 8 vasos de agua diariamente
- ❖ Mantenerse activo a través de la realización de actividad física extra.

Las reglas generales para el uso de la historieta se encuentran también en el anexo de la Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición.

Lámina educativa “Este Local Protege tu Salud”

Esta lámina tiene como objetivo fortalecer los conocimientos, las actitudes y las prácticas en higiene entre los propietarios de las tiendas o casetas escolares, que tiene la responsabilidad de vender alimentos nutritivos e higiénicos a los escolares y también reforzar los temas de higiene de los alimentos contenidos en el Área de Ciencias Naturales. Su función es lanzar un mensaje al espectador para que capte, recuerde y actúe de acuerdo a lo sugerido y fomentar actitudes positivas sobre higiene, alimentación y salud sean los usuarios principales: los niños y las niñas, los que demanden alimentos nutritivos e higiénicamente



preparados. El uso de esta lámina se describe en la Guía Metodológica. La lámina o cartel educativo tiene cinco mensajes generales que resumen el resultado de realizar acciones básicas de higiene que se sintetizan en cinco mensajes educativos reforzados con ilustraciones:

1. Preparamos y vendemos alimentos que te ayudan a mantenerte sano.
2. Nos lavamos las manos con agua y jabón.
3. Utilizamos agua clorada.
4. Nos cubrimos el pelo y usamos delantal limpio.
5. Mantenemos nuestro local limpio, libre de insectos y roedores y la basura está en su lugar.

VI. MÓDULOS DE CAPACITACIÓN

El diseño de cada módulo constituye una propuesta de aplicación o guía para el facilitador que desarrollará cada uno de los seminarios-talleres sugeridos en este plan. Cada módulo comprende:

- ❖ La primera columna de “**Objetivos de Aprendizaje**” está enfocada al logro de aprendizaje de los participantes, con el desarrollo de cada tema.
- ❖ En la segunda columna se plantea el “**Tema y Contenidos**” a desarrollar.
- ❖ En la tercera columna se plasman las “**Técnicas de Aprendizaje**” a utilizar y se describen las “**Actividades**” que se realizarán para desarrollar cada tema.

Por cada módulo se presenta un guión metodológico, que describe paso a paso las actividades a realizar, el tiempo, los materiales y equipo que se necesitan para desarrollar cada tema; así como las guías de trabajo a utilizar en el desarrollo de cada tema (Ver Anexos). El esquema 2 describe un resumen de cada módulo.

A. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Los Resultados de Aprendizaje son los que se pretenden alcanzar, como resultado del proceso completo de capacitación dirigido al cambio de comportamientos de los y las docentes, de los y las alumnos (as) y de madres/padres de familia a través de la promoción de actividades realizadas por los docentes y adoptadas por ellos.

Al completar los módulos de capacitación se espera que los y las docentes:

- 1 Comprendan y dominen los temas de alimentación y nutrición desarrollados en el taller: conceptos básicos de alimentación y nutrición y de seguridad alimentaria, de alimentación y nutrición en el ciclo de vida, selección e higiene de los alimentos, métodos y las técnicas de enseñanza de la alimentación y nutrición.
- 2 Apliquen el contenido de los temas desarrollados en los talleres a su quehacer diario en el centro educativo y en la comunidad.
- 3 Consulten y utilicen correctamente la Guía Metodológica fortaleciendo los contenidos relacionados con alimentación y nutrición del libro de texto de Ciencias Naturales.
- 4 Apliquen correctamente el material educativo diseñado para la educación alimentaria y nutricional de los escolares.
- 5 Elaboren diagnósticos rápidos de los conocimientos, actitudes y prácticas en alimentación y nutrición de la población de su escuela y de la comunidad.
- 6 Promuevan la normatización de casetas y/o tiendas escolares para la venta de alimentos nutritivos e higiénicos a los escolares.



- Incentiven a los escolares y a los padres de familia, en la adquisición de hábitos alimentarios adecuados, haciendo uso de las principales metodologías y técnicas para la enseñanza de la alimentación y nutrición.

B. MÓDULOS DE CAPACITACIÓN

Módulo I.

Conocimientos Básicos en Alimentación, Nutrición y Seguridad Alimentaria

Constituye el taller inicial de la capacitación. Comprende los aspectos elementales a conocer sobre seguridad alimentaria, alimentación y nutrición y permite a través de ese primer encuentro, mejorar la información y formación que tienen los maestros y maestras sobre la temática y utilizarla para fines de planificación, de los siguientes talleres.

Módulo II.

Métodos y Técnicas de Enseñanza en Alimentación y Nutrición

Este módulo constituye el eje temático transversal que se utilizará para desarrollar y aplicar los contenidos técnicos de los diferentes módulos y comprenderá los diferentes métodos y técnicas apropiadas al enfoque constructivista con el cual ha sido elaborado el DCNEB y el uso del material educativo elaborado como ayuda didáctica para los docentes. Se le proporcionará al maestro todas las facilidades teóricas y prácticas para que utilice la guía metodológica, simule su espacio pedagógico escolar, y aplique los diferentes contenidos, métodos y técnicas didácticas sugeridas para fortalecimiento de los contenidos de Ciencias Naturales y otras áreas.

Módulo III.

Alimentación y Nutrición en el Ciclo de Vida

En este módulo se analiza la importancia y características de la alimentación en las diferentes etapas del ciclo de vida, la formación de hábitos que conllevan a un estilo de vida saludable. Así mismo se espera que al finalizar el taller, los docentes apliquen estos contenidos incluidos en la guía metodológica y utilicen los materiales educativos de educación alimentaria nutricional para la formación de la población escolar y padres/madres de familia.

Módulo IV.

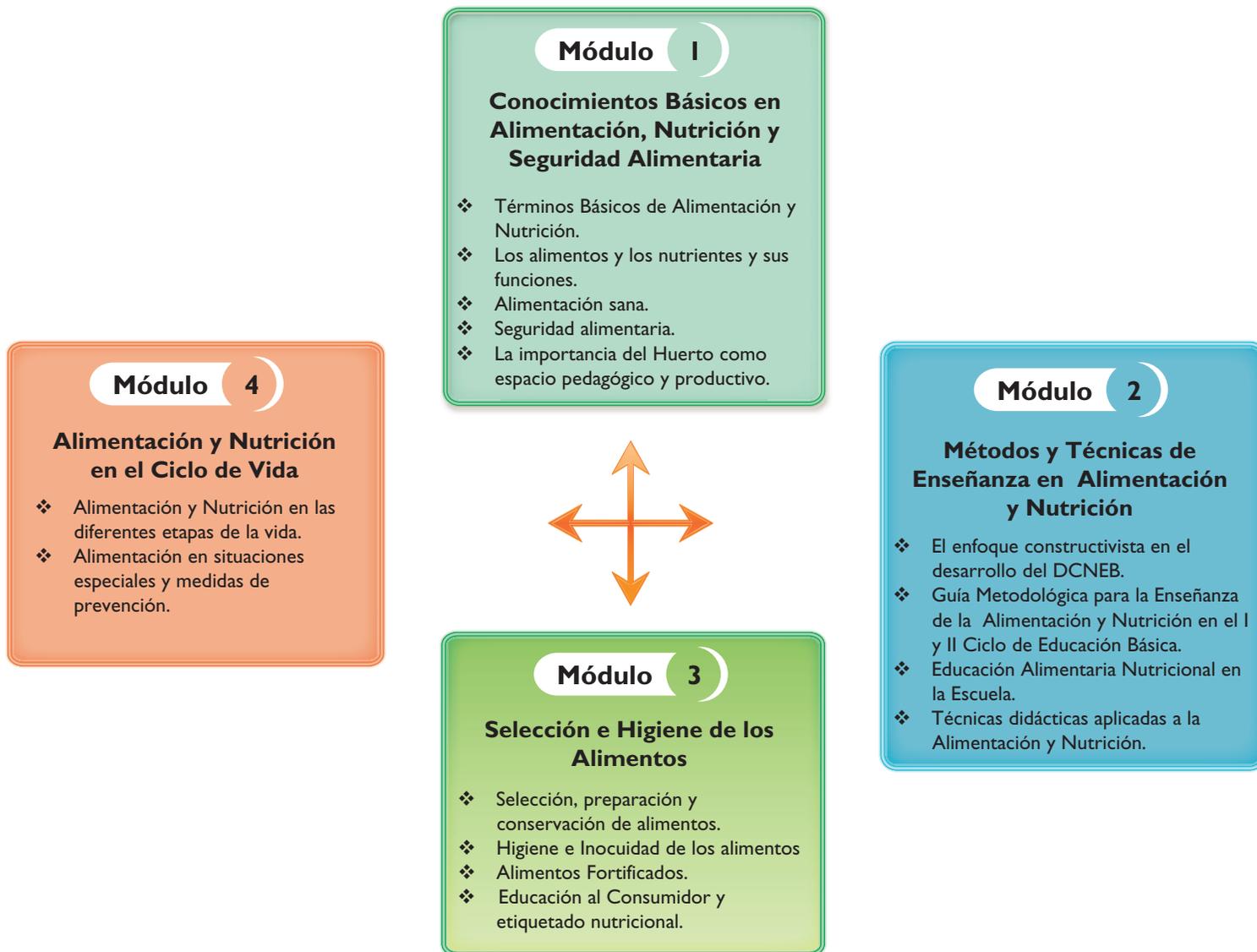
Selección e Higiene de los Alimentos

En éste módulo se hará especial énfasis en la importancia del etiquetado de alimentos como parte importante de la educación al consumidor para la selección adecuada de alimentos y en la higiene durante la preparación y manipulación de alimentos, con el fin de que los maestros realicen un efecto multiplicador con padres de familia, niños y niñas y con expendedores de casetas o pulperías escolares.



C. CONTENIDOS POR MÓDULO DE CAPACITACIÓN

Esquema No. 2 / Contenidos de los módulos



D. GUIONES METODOLÓGICOS

Los Guiones Metodológicos, están diseñados según los módulos de capacitación y constituyen un instrumento de apoyo para él o la facilitadora de los seminarios talleres con los maestros.

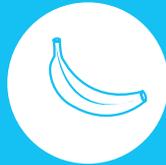
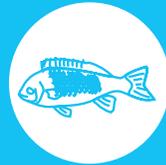
Cada guión metodológico desglosa actividad por actividad y el nombre y la duración de la misma, los objetivos de aprendizaje, los pasos a desarrollar y el material y equipo necesario.

El o la facilitadora podrá modificar o incorporar otros trabajos prácticos y ejercicios por tema, según las circunstancias de lugar, tiempo o características del grupo.

Los guiones metodológicos se presentan así a continuación:

- A. Guión Metodológico para el Desarrollo del Módulo No. 1 de Capacitación: Conocimientos Básicos en Alimentación y Nutrición y en Seguridad Alimentaria Nutricional.
- B. Guión Metodológico para el Desarrollo del Módulo No. 2 de Capacitación: Métodos y Técnicas de Enseñanza de la Alimentación y Nutrición.
- C. Guión Metodológico para el Desarrollo del Módulo No. 3 de Capacitación: Alimentación y Nutrición en el Ciclo de Vida.
- D. Guión Metodológico para el Desarrollo del Módulo No. 4 de Capacitación: Selección e Higiene de los Alimentos.





MÓDULO

I

Conocimientos Básicos en Alimentación, Nutrición y en Seguridad Alimentaria



MÓDULO I



CONOCIMIENTOS BÁSICOS EN ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Conocen, interpretan y aplican conceptos básicos que les permitan comprender los procesos de alimentación y nutrición.</p>	<p>Términos Básicos de Alimentación y Nutrición:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimentación • Nutrición • Alimento • Nutriente • Digestión • Malnutrición 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Exploración de saberes previos</u> ▪ <u>Trabajos grupales</u> ▪ <u>Plenaria</u> ▪ <u>Exposición dialogada</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo y construyen los conceptos sobre los temas básicos de alimentación y nutrición. 2. Cada grupo presenta el trabajo realizado, en plenaria. 3. El facilitador/a retroalimenta el trabajo realizado en los grupos y de una forma dialogada va explicando cada uno de los términos. 4. Los docentes nuevamente se forman en grupos para definir la forma en que brindarían estos conceptos en su labor docente con los alumnos. 5. Presentan el trabajo realizado por cada grupo en plenaria, a través de diferentes dinámicas.
<p>Agrupan correctamente los alimentos en base a su valor nutritivo.</p> <p>Enumeran y explican al menos tres funciones de los nutrientes.</p> <p>Identifican las necesidades nutricionales y porciones de alimentos recomendadas según edad.</p>	<p>Los Alimentos, Los Nutrientes y sus Funciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grupos de alimentos • Funciones de los nutrientes en el organismo • Valor nutritivo de los alimentos • Necesidades nutricionales según edad 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Recordatorio de 24 horas</u> ▪ <u>Trabajo de grupo</u> ▪ <u>Plenaria</u> ▪ <u>Exposición dialogada</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los docentes en forma individual realizan un registro de alimentos consumidos según instrucciones de la Guía No. 2. 2. Clasifican los alimentos consumidos de acuerdo a lo solicitado en la Guía No. 3. 3. Los participantes se organizan en grupos y analizan el registro y la agrupación de los alimentos que cada



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
		<p>participante hizo en las tareas anteriores. Elaboran un listado de alimentos en tarjetas haciendo comentarios del contenido nutricional, y en base a ello llenan el cuadro que aparece en la Guía No. 4.</p> <p>4. En plenaria, cada grupo presentará los resultados del trabajo y el facilitador/a retroalimentará el tema a través de una exposición dialogada.</p>
<p>Analizan sus hábitos de alimentación actual para mejorar o mantener patrones adecuados de alimentación.</p> <p>Identifican los principios y características de una alimentación sana.</p>	<p>Alimentación Sana:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Principios y características de una alimentación sana. • Consejos para una alimentación sana. • Hábitos Alimenticios y factores que influyen en la formación de los mismos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Trabajo individual</u> ▪ <u>Trabajo grupal</u> ▪ <u>Plenaria</u> ▪ <u>Presentación dialogada</u> <p>1. Los participantes desarrollan en forma individual la Guía No. 5.</p> <p>2. Se organizan en grupos para analizar la frecuencia del consumo individual de alimentos y elaborar un condensado del grupo, haciendo un análisis comparativo con los mensajes de las láminas del rotafolio “Alimentación sana”. El rotafolio se les entrega cuando ya tienen el condensado elaborado.</p> <p>3. En forma grupal elaboran el menú de un día utilizando la información de las láminas educativas y bajo características de disponibilidad de alimentos de su región, valor nutritivo, patrón cultural y de bajo costo.</p> <p>4. Los participantes desarrollan en forma individual la Guía No. 6, registran los alimentos que les gusta comer, los que no y la razón por lo que lo hacen y enlistan todos aquellos alimentos que son parte de su alimentación tradicional; luego elaboran un condensado grupal.</p> <p>5. En plenaria los grupos presentan los trabajos realizados; a la vez el facilitador/a va retroalimentando y desarrollando las presentaciones sobre “Consejos para una alimentación Sana” y sobre “hábitos alimentarios”.</p>
<p>Describen las actividades de seguridad alimentaria que pueden desarrollarse en el hogar y la comunidad.</p>	<p>Seguridad Alimentaria en el Hogar y la Comunidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de seguridad alimentaria 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Exploración sobre el tema</u> ▪ <u>Exposición dialogada</u> ▪ <u>Trabajo grupal</u> ▪ <u>Plenarias</u>



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
	<ul style="list-style-type: none"> • Componentes de la seguridad alimentaria • Factores que determinan la seguridad alimentaria • Situación Alimentaria Nutricional del país. • Proyectos de seguridad alimentaria en la escuela y la comunidad • Plan para implementar los proyectos de seguridad alimentaria y de nutrición. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a a través de preguntas explora los conocimientos que sobre el tema tienen los participantes, escriben sus respuestas en tarjetas, van colocándolas en la pared y así forman un mural con el desarrollo del tema. Guía No. 7. 2. Con la información obtenida, el facilitador/a desarrolla el tema Seguridad Alimentaria en forma dialogada. 3. Los participantes se organizan en grupos de trabajo por escuela o zona geográfica y realizan un FODA para futuras actividades en su escuela y/o comunidad.
<p>Realizan un análisis sobre el enfoque que tiene la escuela sobre los huertos escolares.</p> <p>Analizan limitantes encontrados, factores facilitadores y las lecciones aprendidas en la realización de los huertos escolares.</p> <p>Plantean estrategias de trabajo para la realización de los huertos con fines pedagógicos y nutricionales y con la participación de la comunidad.</p> <p>Unifican criterios sobre el tipo de cultivos a realizar en cada zona de procedencia de las escuelas.</p>	<p>Los Huertos Escolares y su Importancia en la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición en las Escuelas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Trabajo grupal</u> ▪ <u>Plenaria</u> ▪ <u>Presentación dialogada.</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. Se formarán tres grupos de participantes según las zonas de procedencia. 2. Los participantes resolverán la Guía No. 8, que les presenta un caso en una comunidad en el cual ellos tendrán que identificar el rol que desempeñan, lo positivo y lo negativo de los supuestos del estudio. Elaborando sus propias conclusiones que utilizarán posteriormente para la presentación en plenaria 3. En los mismos grupos los participantes desarrollan la Guía No 9, sobre factores facilitadores y limitantes de los huertos. 4. En plenaria presentan los trabajos realizados en el grupo, a través de un juego de roles acerca del desarrollo de un huerto. 5. Los y las participantes realizan lecturas dirigidas y discuten los temas de la bibliografía entregada y definen estrategias para utilizar el huerto con fines pedagógicos y lograr la participación de la comunidad. 6. El o la facilitadora del taller realiza una presentación sobre el uso de los huertos con fines pedagógicos. 7. En plenaria se presentan las estrategias identificadas por cada grupo.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Incluyen las actividades de alimentación y nutrición, dentro de sus planes operativos y proyectos educativos del centro educativo.</p>	<p>Incorporación de Proyectos de Alimentación y Nutrición en los Proyectos Educativos de Centro (PEC) y en el Plan Operativo Anual (POA).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Trabajo grupal</u> ▪ <u>Exposición en Plenaria</u> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo por centro educativo. 2. El grupo de participantes revisan su Proyecto Educativo de Centro (PEC) y su Plan Operativo Anual (POA) y analizan la inclusión de proyectos de huertos escolares y la incorporación de temas de alimentación y nutrición en las journalizaciones de las asignaturas. 3. Preparan sus productos del trabajo grupal para darlos a conocer en plenaria. 4. El facilitador/a y los participantes hacen observaciones en vías de fortalecer el desarrollo de la actividad.



GUIÓN METODOLÓGICO PARA EL DESARROLLO DEL MÓDULO No. 1 DE CAPACITACIÓN

CONOCIMIENTOS BÁSICOS EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN Y SEGURIDAD ALIMENTARIA

JORNADA 1 INTRODUCCIÓN AL TALLER

Actividad 1: Inauguración del taller, bienvenida y presentación de los participantes. Realización del ejercicio “rompe hielo”, para que los participantes se conozcan más. (45 minutos).

Objetivos:

- Crear un ambiente de confianza y calidez en los participantes
- Establecer vínculos de confianza y compañerismo entre los participantes y facilitadores/as.

Pasos:

- Las autoridades de la Secretaría de Educación presentes en el taller dan la bienvenida e inauguran el taller.
- Cada participante identifica a una pareja y le hace las cuatro preguntas, que estarán escritas en una cartulina a vista de todos. El participante debe buscar una pareja que no conozca o conozca menos.
- Cada participante presenta a su pareja y las respuestas a las preguntas, al resto del grupo.

Materiales necesarios:

- Una cartulina con las siguientes preguntas:
- ¿Cómo se llama usted?
- ¿Cuál es su posición dentro de la escuela?
- Mencione un acontecimiento feliz de su vida.

- Comparta algo de su vida que le gustaría que conozcan los demás.

***Los facilitadores/as y participantes pueden variar esta dinámica.

Actividad 2: Exploración de las expectativas del taller. (30 minutos)

Objetivos:

- Apreciar los intereses y motivaciones del personal al participar en este taller.
- Establecer las reglas del juego durante el taller.

Pasos:

1. Cada participante escribe en una tarjeta de cartulina una expectativa que él o ella tiene sobre el taller.
2. Cada participante coloca su tarjeta en el pizarrón.
3. Cuando todos colocan su tarjeta, se invita a tres participantes a que ordenen las expectativas y las lean al resto del grupo.
4. Las expectativas estarán expuestas en el salón durante el taller.
5. Formación de un equipo de disciplina que apoyarán en el orden y disciplina del grupo, estableciendo un código de conducta de los participantes durante el taller.
6. Formación de un equipo de participantes que apoyarán la elaboración de la ayuda memoria del taller.



Actividad 3: Explicación de objetivos y metodología del taller y presentación del programa. (30 minutos)

Objetivos:

- Socializar los objetivos del taller.
- Socializar la temática a tratar.

Pasos:

1. El director del departamento de Educación Básica explica la necesidad de este taller, dentro del contexto del proyecto de educación alimentaria nutricional.
2. Los facilitadores/as del taller presentan el programa, los objetivos, la metodología y reglas de trabajo durante el mismo.
3. Los participantes revisan el programa.
4. Los participantes dan sus observaciones y establecen un diálogo con los facilitadores, manifestando sus comentarios y/o dudas y recibiendo las oportunas explicaciones.

Materiales y equipo necesarios:

- Hojas sobre el programa
- Cartulinas con el programa descrito y pegadas a la pared o en rotafolio.
- Carpetas para los materiales de cada participante.
- Libretas tamaño carta.
- Lápices



JORNADA 2 **EVALUACION DE LOS SABERES PREVIOS DE LOS Y LAS DOCENTES DE LOS TEMAS A DESARROLLAR EN EL TALLER.**

Actividad 2: Realización de una prueba escrita “Evaluación de saberes previos”. (45 minutos)

Objetivos:

- Identificar los saberes previos de los docentes en cuanto a la temática a desarrollar en el taller.
- Validar las necesidades de formación que tienen los docentes en cuanto a contenidos de alimentación y nutrición y a la didáctica para su enseñanza.
- Adaptar los contenidos y profundidad de los temas a desarrollar durante el taller.

Pasos:

1. El o la facilitadora brinda una explicación de los objetivos del ejercicio.
2. Cada participante contesta de manera individual una guía de preguntas acerca de la alimentación y nutrición (**Guía # 1**).
3. Los y las facilitadoras presentan los resultados sobre saberes previos encontrados en la línea base.
4. Las especialistas de nutrición revisan respuestas y evalúan el nivel de conocimientos de los educadores.

Materiales y equipo necesarios:

- Formulario de evaluación inicial de conocimientos (**Guía # 1**)
- Data show
- Computadora
- Lápices



JORNADA 3 **DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: CONCEPTOS BÁSICOS DE ALIMENTACION Y NUTRICION Y DE SEGURIDAD ALIMENTARIA.**

Actividad 5: Desarrollo de la temática: Términos Básicos de Alimentación y Nutrición (5 horas)

Objetivos:

- Conocen, interpretan y aplican conceptos básicos que les permitan comprender los procesos de alimentación y nutrición.

Temas a Desarrollar:

- Términos Básicos de Alimentación y Nutrición:
 - Alimentación
 - Nutrición
 - Alimento
 - Nutriente
 - Digestión
 - Malnutrición
 - Desnutrición

Pasos:

1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo y construyen los conceptos sobre los temas básicos de alimentación y nutrición a través de un ejercicio de complementación de conceptos, entregando a cada grupo, dos tarjetas por concepto una con el nombre del concepto (una palabra) y otra con el concepto mismo, el ejercicio consiste en complementar el concepto buscando la pareja que tiene el significado correcto de cada palabra.
2. Cada grupo presentan el trabajo realizado, en plenaria.
3. El facilitador retroalimenta el trabajo realizado en grupos y de una forma dialogada va explicando cada uno de los términos.

4. Los docentes nuevamente se forman en grupo para definir la forma en que brindarían estos conceptos en su labor docente con los alumnos.

5. Presentan el trabajo realizado por cada grupo en plenaria, a través de diferentes dinámicas (Se les recomendará que hagan dramatizaciones, juegos como sopas de letras, canciones, poesías, adivinanzas, etc.)

Actividad 6: Desarrollo de la temática: Los Alimentos y sus Funciones (8 horas).

Objetivos:

- Describen los grupos de alimentos, su función, valor nutritivo y recomendaciones de consumo:
 - Agrupan correctamente los alimentos en base a su valor nutritivo.
 - Enumeran y explican al menos tres funciones de los nutrientes.
 - Identifican las necesidades nutricionales y porciones de alimentos recomendadas según edad.

Temas a Desarrollar:

- Los alimentos y sus funciones:
 - Grupos de alimentos
 - Funciones de los nutrientes en el organismo
 - Valor nutritivo de los alimentos
 - Necesidades nutricionales según edad



Pasos:

1. En forma individual realizan un registro de lo que comieron el día anterior por tiempo de comida, el tipo de alimento y forma de preparación **Guía de trabajo No. 2.**
2. Clasifican los alimentos consumidos en los grupos de alimentos que se les presentan en la **Guía No. 3.**
3. Los participantes se organizan en grupos y analizan el registro y la agrupación de los alimentos que cada participante hizo en las tareas anteriores. Elaboran un listado de alimentos en tarjetas haciendo comentarios del contenido nutricional, y en base a ello llenan el cuadro que aparece en la **Guía No. 4.**
4. En plenaria, cada grupo presentará los resultados del trabajo.
5. El facilitador retroalimentará y completará el tema a través de una exposición dialogada.

Actividad 7: Desarrollo de la temática: Alimentación Sana
(8 Horas)

Objetivos:

- Analizan sus hábitos de alimentación actuales para mejorar o mantener patrones correctos de alimentación.
- Identifican los principios y características de una alimentación sana.

Temas a Desarrollar:

Tema Alimentación Sana:

- Principios y características de una alimentación sana.
- Consejos para una alimentación sana.
- Hábitos Alimentarios y factores que influyen en la formación de los mismos.

Pasos:

1. Los y las participantes desarrollan en forma individual la **Guía No. 5.**

2. Los y las participantes se organizan en grupos para analizar la frecuencia del consumo individual de alimentos y elaborar un condensado del grupo, haciendo un análisis comparativo con los mensajes de las láminas del rotafolio “Alimentación Sana”. El rotafolio se les entrega cuando ya tienen el condesado elaborado.
3. En forma grupal elaboran el menú de un día utilizando la información de las láminas educativas y bajo características de disponibilidad de alimentos de su región, valor nutritivo, patrón cultural y de bajo costo.
4. Los participantes desarrollan en forma individual la **Guía No. 6,** registran los alimentos que le gustan comer, los que no y la razón por lo que lo hacen y enlistan todos aquellos alimentos que son parte de su alimentación tradicional y elaboran un condensado grupal.
5. En plenaria los grupos presentan los trabajos realizados a la vez el o la facilitadora, va retroalimentando y desarrollando las presentaciones sobre “consejos para una alimentación Sana” y sobre “hábitos alimentarios”.

Actividad 8: Desarrollo de la temática: Seguridad Alimentaria en el Hogar y la Comunidad (6 Horas)

Objetivos:

- Describen las actividades de seguridad alimentaria que pueden desarrollarse en el hogar y la comunidad.

Temas a desarrollar:

- Seguridad Alimentaria en el Hogar y la Comunidad:
 - Concepto de seguridad alimentaria
 - Componentes de la seguridad alimentaria
 - Factores que determinan la seguridad alimentaria
 - Situación Alimentaria Nutricional del país.
 - Proyectos de seguridad alimentaria en la escuela y la comunidad



- Plan para implementar los proyectos de seguridad alimentaria y de nutrición.
- Pegamento.
- Masking tape.
- Alimentos en cartulina
- Data show
- Computadora

Pasos:

1. El o la facilitador/a a través de preguntas explora los conocimientos que sobre el tema tienen los participantes, escriben sus respuestas en tarjetas, van colocándolas en la pared y así forman un mural con el desarrollo del tema (**Guía No.7**).
2. Con la información obtenida, el o la facilitador/a desarrolla el tema en forma dialogada y da a conocer de dónde surge la estrategia de Seguridad Alimentaria; los esfuerzos que se han desarrollado a través de las cumbres realizadas; los alcances que se han tenido en aspectos de educación a través de ésta estrategia y su aplicabilidad en el ámbito escolar y comunitario y la situación Alimentaria Nutricional del país.
3. Los participantes se organizan en grupos de trabajo por escuela o zona geográfica y realizan un FODA para futuras actividades en su escuela y/o comunidad.

Materiales y equipo necesarios para el desarrollo de las actividades No. 5, 6, 7 y 8:

- Guía metodológica, historieta de alimentos, rotafolio “consejos de una alimentación sana”, rueda de alimentos y textos de Ciencias Naturales de primero a sexto grado.
- Otros materiales bibliográficos de referencia para los trabajos de grupos (guía de alimentación infantil (SS), manual de alimentación de la familia (FAO), las guías alimentarias, trifolios varios).
- Guías de trabajo No. 2, 3, 4, 5, 6 y 7
- Alimentos.
- Papel rotafolio.
- Cartulinas de diferentes colores
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas
- Tijeras.
- Imanes



JORNADA 4 DESARROLLO DE PROYECTOS DE ALIMENTACION Y NUTRICION EN LA ESCUELA Y COMUNIDAD.

Actividad 9: Los huertos escolares y su importancia en la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas. (4.5 horas)

Objetivos:

- Realizar un análisis sobre el enfoque en el desarrollo de los huertos escolares.
- Analizar limitantes encontrados, factores facilitadores y las lecciones aprendidas en la realización de los huertos.
- Plantear estrategias de trabajo para la realización de los huertos con fines pedagógicos y nutricionales y con la participación de la comunidad.
- Unificar criterios sobre el tipo de cultivos a realizar en cada zona de procedencia de las escuelas

Pasos:

1. Se formarán grupos de participantes según las zonas de procedencia.
2. Los participantes resolverán la **Guía No. 8**, que les presenta un caso en una comunidad en el cual ellos tendrán que identificar el rol que desempeñan, lo positivo y lo negativo de los supuestos del estudio. Elaborando sus propias conclusiones que utilizarán posteriormente para la presentación en plenaria
3. En los mismos grupos los participantes desarrollan la **Guía No. 9** sobre factores facilitadores y limitantes de los huertos.
4. En plenaria presentan los trabajos realizados en el grupo, a través de un juego de roles acerca del desarrollo de un huerto.
5. Los participantes realizan lecturas dirigidas de la bibliografía entregada, discuten los temas de los libros “Nueva Política de Huertos Escolares” y “Crear y manejar un huerto escolar” y definen estrategias para utilizar el huerto con fines pedagógicos y lograr la participación de la comunidad.

6. En plenaria se presentan las estrategias identificadas por cada grupo.

Materiales y equipo necesarios:

- Guías: **Guía No. 8** Estudio de caso y **Guía No.9** sobre factores facilitadores y limitantes de los huertos.
- Cartilla de juego de roles: maestra, técnico agrícola, promotor de caja rural, presidente de padres de familia.
- Libros: Crear y Manejar un Huerto Escolar y Nueva Política de Huertos Escolares, ambas publicaciones de la FAO, Ficha Técnica: Uso del huerto escolar con fines didácticos.
- Papel rotafolio - Marcadores gruesos de diferentes colores - Masking tape.

Actividad 10: Incorporación de proyectos de alimentación y nutrición en los PEC y POA (3 horas)

Objetivos:

- Discusión de la importancia de incluir contenidos de alimentación y nutrición en los PEC y POA de cada escuela.
- Incorporar proyectos relacionados con la promoción de la alimentación y nutrición en los PEC y POA.

Pasos:

1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo por centro educativo.
2. Los grupos realizarán un juego de roles acerca del papel del maestro/maestra y la manera como los escolares y la comunidad responde ante las actividades propuestas en el PEC.



3. Los participantes discuten acerca del juego de roles presentado ¿porqué reaccionan de tal o cuál manera?
4. Los grupos de participantes revisan su Proyecto Educativo de Centro (PEC) y su Plan Operativo Anual (POA) y analizan la inclusión de proyectos de huertos escolares y la incorporación de temas de alimentación y nutrición en las journalizaciones de las asignaturas.
5. Se realiza y se discuten los PEC y POA.
6. Se llega a consenso sobre las estrategias de trabajo que pueden mejorar la ejecución de los PEC.
7. Preparan sus productos del trabajo grupal para darlos a conocer en plenaria.
8. El facilitador/a y los participantes hacen observaciones en vías de fortalecer el desarrollo de la actividad.

Materiales y equipo necesarios:

- PEC y POA de cada escuela
- Materiales de trabajo de los temas desarrollados en el taller.
- Papel rotafolio.
- Marcadores gruesos de diferentes colores.
- Masking tape
- Cartilla sobre juego de roles entre maestros, padres de familia y alumnos.



JORNADA 5 EVALUACION DEL APRENDIZAJE Y DEL TALLER

Actividad 11: Evaluación del aprendizaje de los participantes. (2 horas)

Objetivos:

- Identificar temas de alimentación y nutrición en los que se ha fortalecido los conocimientos y habilidades de los maestros.
- Determinar los temas que necesitan reforzarse.
- Evaluar la metodología utilizada para el desarrollo de los temas de alimentación y nutrición.
- Validar las inquietudes de los participantes en base a expectativas del taller.

Pasos:

1. Cada participante de manera individual resuelve los aspectos contemplados en los formularios de evaluación sumativa (**Guía No. 1**).
2. Los participantes trabajan en grupos y presentan en plenaria una apreciación general del aprendizaje logrado como grupo.
3. Se discute el nivel de aprendizaje alcanzado.
4. Se revisa en plenaria el logro de las expectativas presentadas al inicio del taller.

Materiales y equipo necesarios:

- Formularios de evaluación
- Papel rotafolio
- Marcadores
- Masking tape

Actividad 12: Evaluación cualitativa del taller. (0.5 Horas)

Objetivos:

- Obtener recomendaciones y apreciaciones para mejorar futuras jornadas de capacitación.

Pasos:

1. Cada participante resuelve de manera individual, el cuestionario de evaluación del taller. (**Guía No.10**).

Materiales y equipo necesarios:

- Cuestionario de evaluación

Actividad 13: Clausura del taller. (10 minutos)



GUÍA DE TRABAJO No. 1

GUÍA DE EXPLORACION EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN. MÓDULO No. 1

Se le ha proporcionado este cuestionario con la finalidad de conocer en conjunto, las necesidades de formación en alimentación y nutrición de los participantes. Por favor conteste en base a su experiencia y saberes previos los siguientes aspectos que se le plantean:

1. ¿Para usted qué es la seguridad alimentaria?

.....
.....
.....

2. Explique con sus propias palabras los conceptos de alimentación y nutrición

ALIMENTACIÓN:

.....
.....

NUTRICIÓN:

.....
.....

3. ¿Qué consejos brindaría a una familia sobre los principios de una alimentación sana?

-
-
-

4. Dar un concepto de nutriente o sustancia nutritiva.

.....
.....
.....

5. Estos son 4 alimentos que nos proporcionan mucha energía:

.....
.....

6. Estos son 4 alimentos indispensables para el crecimiento y reparación de tejidos:

.....
.....



7. Son acciones que puede realizar el o la docente para la formación de buenos hábitos alimentarios en los escolares:

-
-
-

8. Cuáles son las principales funciones de estas sustancias nutritivas:

Proteínas:

-
-
-

Grasas

-
-
-

Carbohidratos

-
-

•

Vitaminas y Minerales

-
-



GUÍA DE TRABAJO No. 2

RECORDATORIO DEL CONSUMO DE ALIMENTOS EN 24 HORAS

¿QUÉ COMÍ EL DÍA DE AYER?

Anote los alimentos ingeridos durante un día de acuerdo con el cuadro según tiempo de comida y forma de preparación.

TIEMPO DE COMIDA	ALIMENTO	FORMA DE PREPARACIÓN
● Desayuno		
● Merienda		
● Almuerzo		
● Merienda		
● Cena		



GUÍA DE TRABAJO No. 3

CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS CONSUMIDOS SEGÚN GRUPOS DE ALIMENTOS

¿CÓMO AGRUPO LOS ALIMENTOS QUE COMÍ AYER?

Ubique los alimentos registrados en la guía anterior de acuerdo al grupo de alimentos del siguiente cuadro: (escriba los nombres por ejemplo si dijo tortillas en el desayuno, ubique la tortilla en el grupo y en el cuadro DESAYUNO)

GRUPOS DE ALIMENTOS	¿QUÉ ALIMENTOS CONSUMO?			
	DESAYUNO	ALMUERZO	CENA	MERIENDAS
Raíces y tubérculos. Granos (y sus derivados)	<i>Tortilla</i>			
Verduras u hortalizas				
Frutas				
Lácteos y huevos				
Carnes, pescado y mariscos				
Grasas y azúcares				



GUÍA DE TRABAJO No. 4

VALOR NUTRITIVO DE LOS ALIMENTOS

¿QUÉ NUTRIENTES TIENEN LOS ALIMENTOS QUE COMÍ AYER?

Ubicar los alimentos mencionados como consumidos en el siguiente cuadro, de acuerdo a los nutrientes que consideran que contiene cada uno de esos alimentos, ejemplo carne en la columna de proteínas.

Nutrientes y sus Fuentes Alimentarias

Carbohidratos	Grasas	Proteínas	Minerales	Vitaminas	Agua
		<i>Ejemplo: Carnes</i>			



GUÍA DE TRABAJO No. 5

FRECUENCIA DE ALIMENTOS SEGÚN GRUPOS

1. Llene el siguiente formulario de acuerdo a los aspectos que se le solicitan.
2. Ubique los alimentos registrados de acuerdo a su frecuencia de consumo.

¿CÓMO ME ALIMENTO?

Coloree la columna que mejor represente con qué frecuencia come cada grupo de alimentos

GRUPOS DE ALIMENTOS	Todos los días	3/6 veces por semana	1 ó 2 veces por semana	Muy rara vez	Nunca
Raíces, tubérculos, granos y derivados					
Verduras					
Frutas					
Lácteos y huevos					
Carne, pescado y mariscos					
Grasas y azúcares					

3. Una vez ubicados los alimentos del listado en los grupos correspondientes haga un análisis individual de su alimentación en base a las siguientes preguntas:

¿De qué grupo de alimentos consume mas? _____

¿Por qué razón lo hace? _____

¿De qué grupo de alimentos consume menos? _____

¿Por qué razón lo hace? _____

Considera que su alimentación es sana _____

¿Cómo modificaría su alimentación y que aspectos tomaría en cuenta?



GUÍA DE TRABAJO No. 6

HÁBITOS ALIMENTARIOS

Instrucciones: A continuación se le presentan una serie de interrogantes las cuales deberá contestar en forma individual a partir de lo que usted hace en su diario vivir. Una vez que haya respondido, se unirá al grupo de sus compañeros del número asignado. Resuman las respuestas coincidentes y agreguen las que no se repiten. Nombrar un relator para el desarrollo de la plenaria.

1. ¿Usted porqué come?

ALIMENTOS DE CONSUMO FRECUENTE	RAZONES

2. ¿Qué alimentos come usted frecuentemente y porqué?
 3. ¿Qué costumbres particulares tiene usted acerca de los alimentos? Mencione 3 costumbres

4. ¿Qué alimentos le gustan más y porqué razón?

ALIMENTOS QUE LE GUSTAN MÁS	RAZONES



5. ¿Qué alimentos no le gustan y por qué razón los rechaza?

ALIMENTOS QUE NO LE GUSTAN	RAZONES

6. ¿Cómo reacciona ante la publicidad de los alimentos a través de los medios de comunicación?

7. Además de que los alimentos le sirven para alimentarse ¿para qué otras cosas cree usted que sirven los alimentos a las personas, a la sociedad y/o comunidad?



GUÍA DE TRABAJO No. 7

HÁBITOS ALIMENTARIOS

Los participantes, en forma individual, escriben sus respuestas en tarjetas, cuando el facilitador/a lo indique van colocándolas en la pared y así forman un mural con el desarrollo del tema.

SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL (SAN)	
¿Qué entendemos por Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN)?	
¿Qué factores o aspectos condicionan la SAN?	
¿Cómo clasificaría esos aspectos?	
¿Qué efectos tiene la inseguridad alimentaria nutricional?	
¿Cómo medimos la SAN?	



GUÍA DE TRABAJO No. 8

ESTUDIO DE CASO

OBJETIVO: Analizar el siguiente caso y elaborar recomendaciones que le daría el maestro/a a la madre.

Doña Juana es una humilde señora de la aldea La Trinidad. Es madre soltera y tiene 5 hijos de 12, 9, 7, 5 y uno de 9 meses. Tiene cultivado un huerto con varios frutales y verduras de tipo tradicional. Lava ajeno y se agencia algún dinerito para comprar lo que sus hijos necesitan. A su hijo de un año ya le quitó el pecho porque le dijeron que la leche ya no lo alimentaba y que ella se estaba adelgazando mucho.

A sus niños de 5, 7 y 9 años, siempre les compra algún churrito para llevar a la escuela. También cuando vienen de la escuela, les da con su almuerzo su respectivo fresco de culay o de tang. Por las mañanas procura que se vayan bien alimentados con su taza de café, pan dulce, tortillas y frijoles.

A ella no le gustan las verduras y lo que produce en el huerto, lo regala o lo vende. Como a ella no le gustan, cree que a sus hijos tampoco les gustarán. De las frutas, solamente comen mangos y guineos. Las otras frutas se caen y desperdician.

Los niños se ven muy delgados y pálidos y siempre están con un gran apetito.

A raíz de los datos anteriores, realice un sociodrama y plantee alternativas educativas para esta familia.

GUÍA DE TRABAJO No. 9

GUÍA DE TRABAJO DE HUERTOS ESCOLARES

OBJETIVO: Analizar las lecciones aprendidas sobre la realización de huertos escolares: metodología, resultados obtenidos, utilización del huerto para la enseñanza de las ciencias y de la nutrición.

1. ¿Cuáles han sido las metodologías de trabajo que han demostrado mejores resultados en la implementación de los huertos escolares?
2. ¿Qué limitantes han encontrado en la promoción y realización de los huertos escolares?
3. ¿Cómo ha sido la participación de los maestros, escolares y padres de familia en el desarrollo de los huertos?
4. ¿Cuál es el uso didáctico que se ha dado a los huertos escolares?
5. Elabore un plan para su escuela de cómo desarrollaría un huerto escolar, establezca claramente los recursos que necesita para desarrollarlo, identifique los recursos institucionales y comunitarios, con que cuenta en la comunidad, e identifique los problemas que pudieran presentarse y como los solucionaría



GUÍA DE TRABAJO No. 10

EVALUACIÓN DEL TALLER

1. ¿Qué le gustó del taller?

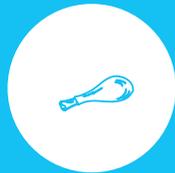
2. ¿Qué no le gustó del taller?

3. ¿Qué aprendió en el taller?

4. De lo que aprendió ¿qué puede aplicar en su trabajo?







MÓDULO 2

Métodos y Técnicas de Enseñanza en Alimentación y Nutrición



MÓDULO 2



MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ENSEÑANZA EN LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Reconocen la importancia del uso de la Guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición en el desarrollo del Área de Ciencias Naturales, Educación Física, Ciencias Sociales y otras asignaturas.</p> <p>Determinan los principales elementos de la educación alimentaria y nutricional para el cambio de comportamientos alimentarios de los escolares y sus familias.</p>	<p>El Enfoque Constructivista en el Desarrollo del DCNEB.</p>	<p>Exposición dialogada</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a desarrolla su tema utilizando los momentos didácticos que se han utilizado en las asignaturas del DCNEB: <ul style="list-style-type: none"> • Saberes previos • Construcción de nuevos saberes • Consolidación de saberes, y • Valoremos lo aprendido 2. El facilitador/a una vez que ha desarrollado su tema, retroalimenta a través de los momentos didácticos que los participantes identifican. 3. El facilitador/a y los participantes concluyen resumiendo los momentos identificados.
<p>Conocen la guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición en el primero y segundo ciclo de educación básica, el proceso de construcción y su aplicación práctica a la labor docente.</p>	<p>Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición en el Primero y Segundo Ciclo de Educación Básica.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Finalidad • Estructura de la guía • Perfil del egresado (alumno) • Sugerencias metodológicas • Ciclos/Bloques • Contenidos complementarios 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exposición dialogada ▪ Trabajo grupal ▪ Lectura dirigida y revisión de la guía metodológica y de los textos de CCNN ▪ Exposición en plenaria <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a hace una exposición, sobre la guía metodológica y todos los materiales elaborados en el proyecto de EAN en las escuelas primarias.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
		<ol style="list-style-type: none"> 2. Los participantes se organizan en grupos de trabajo. 3. Cada grupo realiza lectura dirigida y analiza el contenido de la Guía Metodológica y desarrollan la Guía No. 11. 4. Cada grupo define la metodología como realizará el trabajo, se pueden dividir en subgrupos, asignando a cada uno un número determinado de páginas y luego se reúnen para los acuerdos como grupo. 5. El grupo elabora sus propias conclusiones y anota todas las observaciones, en la guía de trabajo elaborada para tal fin. 6. Cada grupo presentará su trabajo en plenaria y el facilitador/a realiza la retroalimentación pertinente.
<p>Determinan los principales elementos de la EAN para el cambio de comportamiento en alimentación y nutrición de los escolares y sus familias.</p> <p>Identifican el enfoque metodológico que deben utilizar para desarrollar los contenidos de alimentación y nutrición con los escolares y con padres de familia.</p> <p>Aplican correctamente los conocimientos adquiridos en su tarea docente con los alumnos y en la educación a padres.</p>	<p>Educación Alimentaria Nutricional en la Escuela</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conceptualización de la Educación Alimentaria Nutricional (EAN) en la escuela. • LA EAN como derecho humano. • Elementos de la EAN (definición del problema, de diagnóstico CAP, de objetivos, elaboración de mensajes, elaboración y uso de material educativo, monitoreo y evaluación) • Estrategias metodológicas para la enseñanza de la alimentación y nutrición a los escolares. • Estrategias metodológicas para la educación alimentaria y nutricional a padres de familia. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Trabajo grupal ▪ Lectura, revisión y análisis. ▪ Juegos educativos ▪ Sociodramas ▪ Exposición en plenarias <ol style="list-style-type: none"> 1. Los docentes se organizan en grupos de trabajo 2. Dan lectura a la “Nota Técnica Didáctica Estrategias Metodológicas para la Enseñanza de la Nutrición”. Guía No. 12 3. Seleccionan un tema de alimentación y nutrición de los desarrollados en los talleres anteriores. 4. Los participantes planifican una actividad educativa con escolares, definen los mensajes educativos a divulgar, preparan el material educativo para desarrollar el tema escogido y definen las actividades a realizar. Guía No 13. 5. Presentación en plenaria de la actividad a través de un sociodrama. 6. Se realiza la retroalimentación al trabajo presentado, tanto los compañeros como el facilitador/a. 7. Los participantes se organizan nuevamente en grupos de trabajo por escuela o zona geográfica de donde proceden.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
		<ol style="list-style-type: none"> 8. Planifican un proyecto de EAN para los padres de familia, definen los mensajes educativos a divulgar, preparan el material educativo que utilizarán, definen y programan las actividades a realizar. Guía No. 14. Presentación del trabajo en plenaria, a través de un sociodrama. 9. Se realiza la retroalimentación tanto los compañeros como el facilitador/a. 10. El facilitador/a hace una exposición dialogada, recapitulando todos los aspectos conceptuales de la EAN (educación alimentaria y nutricional).
<p>Aplica los contenidos de alimentación y nutrición, mediante el uso de las técnicas desarrolladas en el taller.</p> <p>Aplican correctamente el material didáctico de alimentación y nutrición diseñado.</p>	<p>Técnicas Didácticas Aplicadas a la Educación en Alimentación y Nutrición.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Técnicas Didácticas aplicadas a la enseñanza de Alimentación y Nutrición. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Charla ▪ Lluvia de ideas ▪ Trabajo de grupo ▪ Demostración <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a menciona cada una de las técnicas didácticas más apropiadas al desarrollo de temas de alimentación y nutrición. 2. Resalta las ventajas de su aplicación y realiza ejemplos de ellas. 3. Los participantes se organizan en grupos, seleccionan temas de nutrición y la técnica con que desarrollarán ese tema, seleccionan y elaboran materiales educativos 4. Los grupos presentan el trabajo realizado, haciendo demostraciones del uso de las técnicas seleccionadas, así como de material elaborado.



GUIÓN METODOLÓGICO PARA EL DESARROLLO DEL MÓDULO No.2

MÉTODOS Y TÉCNICAS DE ENSEÑANZA EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

JORNADA I INTRODUCCIÓN AL TALLER

Actividad 1: Inauguración del taller, bienvenida y presentación de los participantes. Realización del ejercicio “rompe hielo”, para que los participantes se conozcan más. (45 minutos)

Objetivos:

1. Crear un ambiente de confianza y calidez en los participantes
2. Establecer vínculos de confianza y compañerismo entre los participantes y facilitadores/as.

Pasos:

1. Las autoridades de la Secretaría de Educación presentes en el taller dan la bienvenida e inauguran el taller.
2. El o la facilitadora del taller inicia una dinámica para la presentación de los participantes.
3. Los participantes se presentan de acuerdo a la dinámica utilizada

Materiales necesarios:

- Los planificados por el o la facilitadora, de acuerdo a la dinámica seleccionada

Actividad 2: Exploración de las expectativas del taller. (30 minutos)

- Apreciar los intereses y motivaciones del personal al participar en este taller.
- Establecer las reglas del juego durante el taller.

Pasos:

1. Cada participante escribe en una tarjeta de cartulina una expectativa que él o ella tiene del taller.
2. Cada participante coloca su tarjeta en el pizarrón.
3. Cuando todos colocan su tarjeta, se invita a tres participantes a que ordenen las expectativas y las lean al resto del grupo.
4. Las expectativas estarán expuestas en el salón durante el taller.
5. Formación de un equipo de disciplina que apoyarán en el orden y disciplina del grupo, estableciendo un código de conducta de los participantes durante el taller.
6. Formación de un equipo de participantes que apoyarán la elaboración de la ayuda memoria del taller.

Materiales necesarios:

- Tarjetas de cartulina de diferentes colores.

Actividad 3 Explicación de objetivos y metodología del taller y presentación del programa. (30 minutos)

Objetivos:

- Socializar los objetivos del taller.
- Socializar la temática a tratar.



Pasos:

1. El director del departamento de Educación Básica explica la necesidad de este taller, dentro del contexto del proyecto de educación alimentaria nutricional.
2. Los facilitadores/as del taller presentan el programa, los objetivos, la metodología y reglas de trabajo durante el mismo.
3. Los participantes revisan el programa.
4. Los participantes dan sus observaciones y establecen un diálogo con los facilitadores/as, manifestando sus comentarios y/o dudas y recibiendo las oportunas explicaciones

Materiales necesarios:

- Hojitas sobre el programa
- Cartulinas con el programa descrito y pegadas a la pared o en rotafolio.
- Carpetas para los materiales de cada participante.
- Libretas tamaño carta.
- Lápices

JORNADA 2

EVALUACIÓN DE LOS SABERES PREVIOS DE LOS Y LAS DOCENTES DE LOS TEMAS A DESARROLLAR EN EL TALLER.

Actividad 4: Realización de una prueba escrita “Evaluación de saberes previos”. (45 minutos)

Objetivos:

- Identificar los saberes previos de los docentes en cuanto a la temática a desarrollar en el taller.
- Validar las necesidades de formación que tienen los docentes en cuanto a contenidos de alimentación y nutrición y a la didáctica para su enseñanza.
- Adaptar los contenidos y profundidad de los temas a desarrollar durante el taller.

Pasos:

- Explicación de los objetivos del ejercicio.
- Cada participante contesta de manera individual una guía de preguntas y de ejercicios acerca de la alimentación y nutrición (**Guía No. I I**).

- Las facilitadoras/es presentan los resultados sobre saberes previos encontrados en la línea base.
- Las especialistas de nutrición revisan respuestas y evalúan el nivel de conocimientos de los educadores.

Materiales necesarios:

- Formulario de evaluación inicial de conocimientos.
- Data show
- Computadora
- Lápices



JORNADA 3 DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: EL ENFOQUE CONSTRUCTIVISTA EN EL DESARROLLO DEL DISEÑO CURRICULAR NACIONAL BÁSICO

Actividad 5: Desarrollo del tema: El Enfoque Constructivista en el Desarrollo del Diseño Curricular Nacional Básico. (4 Horas).

Materiales y equipo necesarios:

- Fichas técnicas sobre el enfoque constructivista
- Computadora
- Data show
- Resúmenes del DCNEB

Objetivos:

- Reconocen el enfoque del Currículo Nacional Básico (CNB) y los principios en que se fundamenta.
- Determinan los momentos didácticos que se han utilizado en las asignaturas, en la enseñanza de alimentación y nutrición que comprende el Diseño Curricular Nacional para la Educación Básica (DCNEB).

Pasos:

1. El facilitador/a coordinador/a del proyecto de la Secretaría de Educación, presenta un resumen sobre el DCNEB y desarrolla su tema utilizando los momentos didácticos que se han utilizado en las asignaturas del DCNEB:
2. Saberes previos
3. Construcción de saberes
4. Consolidación de saberes.



JORNADA 4 APLICACIÓN Y USO GUÍA METODOLÓGICA.

Actividad 6: Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición en el Primero y Segundo Ciclo de Educación Básica. (8 horas)

Objetivos:

- Conocen la guía metodológica para la enseñanza de la alimentación y nutrición en el primero y segundo ciclo de educación básica, el proceso de construcción y su aplicación práctica a la labor docente.
- Reconoce la importancia del uso de la Guía metodológica en alimentación y nutrición para fortalecer el área de Ciencias naturales y otras asignaturas

Temas a desarrollar:

- Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición en el Primero y Segundo Ciclo de Educación Básica:
 - Finalidad
 - Estructura de la Guía
 - Perfil del egresado (alumno)
 - Sugerencias Metodológicas
 - Ciclos/Bloques
 - Contenidos complementarios

Pasos:

1. El facilitador/a hace una exposición, sobre la guía metodológica y todos los materiales elaborados en el proyecto de EAN en las escuelas primarias.
2. Los participantes se organizan en grupos de trabajo.

3. Cada grupo realiza lectura dirigida y analiza el contenido de la Guía Metodológica y desarrollan la **Guía No. 13**.
4. Cada grupo define la metodología como realizará el trabajo, se pueden dividir en subgrupos, asignando a cada uno un número determinado de páginas y luego se reúnen para los acuerdos como grupo.
5. El grupo elabora sus propias conclusiones y anota todas las observaciones, en la guía de trabajo elaborada para tal fin.
6. Cada grupo presentará su trabajo en plenaria y el facilitador/a realiza la retroalimentación pertinente.

Materiales y equipo necesarios:

- Guía Metodológica
- Guía No. 13



JORNADA 5 **DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: EDUCACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL EN LA ESCUELA**

Actividad 7: Educación Alimentaria Nutricional en la Escuela (10 horas)

Objetivos:

- Determinan los principales elementos de la EAN para el cambio de comportamiento en alimentación y nutrición de los escolares y sus familias.
- Identifican el enfoque metodológico que deben utilizar para desarrollar los contenidos de alimentación y nutrición con los escolares y con padres de familia.
- Aplican correctamente los conocimientos adquiridos en su tarea docente con los alumnos y en la educación a padres.

Temas a desarrollar:

Educación Alimentaria Nutricional en la Escuela

- Conceptualización de la EAN
- LA EAN como derecho humano
- Elementos de la EAN (definición del problema, de diagnóstico CAP, de objetivos, elaboración de mensajes, elaboración y uso de material educativo, monitoreo y evaluación)
- Estrategias metodológicas para la enseñanza de la alimentación y nutrición a los escolares.
- Estrategias metodológicas para la educación alimentaria y nutricional a padres de familia.

Pasos:

1. Los docentes se organizan en grupos de trabajo
2. Dan lectura a la “Nota Técnica Didáctica Estrategias Metodológicas para la Enseñanza de la Nutrición”. **Guía No. 12**
3. Seleccionan un tema de alimentación y nutrición de los desarrollados en los talleres anteriores.

4. Los participantes planifican una actividad educativa con escolares, definen los mensajes educativos a divulgar, preparan el material educativo para desarrollar el tema escogido y definen las actividades a realizar.
5. Presentación en plenaria de la actividad a través de un sociodrama.
6. Se realiza la retroalimentación al trabajo presentado, tanto los compañeros como el facilitador/a.
7. Los participantes se organizan nuevamente en grupos de trabajo por escuela o zona geográfica de donde proceden.
8. Planifican un proyecto de EAN para los padres de familia, definen los mensajes educativos a divulgar, preparan el material educativo que utilizarán, definen y programan las actividades a realizar. **Guía No.14**
9. Presentación del trabajo en plenaria, a través de un sociodrama.
10. Se realiza la retroalimentación tanto los compañeros como el facilitador/a.
11. El facilitador/a hace una exposición dialogada, recapitulando todos los aspectos conceptuales de la EAN.

Materiales y equipo necesarios:

- Guía metodológica y otros materiales educativos
- Guías de trabajo No. 12, 13 y 14
- Alimentos
- Papel rotafolio
- Cartulinas de diferentes colores
- Marcadores de diferentes colores
- Revistas
- Tijeras
- Imanes
- Pegamento
- Masking tape



JORNADA 6

DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: TÉCNICAS DIDÁCTICAS APLICADAS A LA EDUCACIÓN

Actividad 8: Técnicas Didácticas aplicadas a la enseñanza de Alimentación y Nutrición. (10 HORAS)

- Masking tape.
- Alimentos en cartulina
- Data show
- Computadora

Objetivos:

- Aplica los contenidos de alimentación y nutrición, mediante el uso de las técnicas desarrolladas en el taller.
- Aplica correctamente el material didáctico de alimentación y nutrición diseñado.

Pasos:

1. El facilitador/a menciona cada una de las técnicas didácticas más apropiadas al desarrollo de temas de alimentación y nutrición.
2. Resalta las ventajas de su aplicación y realiza ejemplos de ellas.
3. Los participantes se organizan en grupos, seleccionan temas de nutrición y la técnica con que desarrollarán ese tema, seleccionan y elaboran materiales educativos.
4. Los grupos presentan el trabajo realizado, haciendo una demostración del uso de las técnicas seleccionadas.

Materiales y equipo necesarios:

- Guía metodológica y otros materiales educativos
- Alimentos.
- Papel rotafolio.
- Cartulinas de diferentes colores
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas
- Tijeras.
- Imanes
- Pegamento.



JORNADA 7 EVALUACION DEL APRENDIZAJE Y DEL TALLER

Actividad 9: Evaluación del aprendizaje de los participantes.
(2 horas)

Objetivos:

- Identificar temas de alimentación y nutrición en los que se ha fortalecido los conocimientos y habilidades de los maestros.
- Determinar los temas que necesitan reforzarse.
- Evaluar la metodología utilizada para el desarrollo de los temas de alimentación y nutrición.
- Validar las inquietudes de los participantes en base a expectativas del taller.

Pasos:

1. Cada participante de manera individual resuelve los aspectos contemplados en los formularios de evaluación sumativa. **(Guía No. 10)**
2. Los participantes trabajan en grupos y presentan en plenaria una apreciación general del aprendizaje logrado como grupo.
3. Se discute el nivel de aprendizaje alcanzado.
4. Se revisa en plenaria el logro de las expectativas presentadas al inicio del taller.

Materiales:

- Formularios de evaluación
- Papel rotafolio
- Marcadores
- Masking tape

Actividad 10: Evaluación cualitativa del taller. (0.5 Horas)

Objetivos:

- Obtener recomendaciones y apreciaciones para mejorar futuras jornadas de capacitación.

Pasos:

1. Cada participante resuelve de manera individual, el cuestionario de evaluación del taller. **(Guía No. 10)**

Materiales:

- Cuestionario de evaluación

Actividad 11: Clausura del taller. (10 Minutos)



GUÍA DE TRABAJO No. II

GUIA DE EXPLORACIÓN EN METODOLOGÍAS DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

MÓDULO No. 2

Se le ha proporcionado este cuestionario con la finalidad de conocer en conjunto, las necesidades de formación en alimentación y nutrición de los participantes. Por favor conteste en base a su experiencia y saberes previos los siguientes aspectos que se le plantean:

1. La educación en alimentación y nutrición debe basarse en:
 - a. Un diagnóstico educativo
 - b. Lo que los técnicos consideren necesario incluir
 - c. Lo que los expertos definan
 - d. Ninguna es correcta
2. La enseñanza y la reflexión con la comunidad (hondureña) sobre la alimentación sana o balanceada debe basarse principalmente
 - a. En los **grupos de alimentos** de acuerdo a su valor nutritivo, frecuencia de consumo y disponibilidad de alimentos
 - b. En los **nutrientes** (ejemplo: consuma proteínas, carbohidratos, etc.)
 - c. En la **pirámide alimentaria de USA**
 - d. Ninguna es correcta
3. La siguiente aseveración es una realidad, no es un mito:
 - a. Una vez que las personas han adoptado un “mejor” comportamiento, seguirán haciéndolo
 - b. Es necesario reforzar y mantener los comportamientos en el tiempo, hasta que se conviertan en normas sociales
 - c. Se necesita un profesional o experto en el tema para enseñar un cambio de comportamiento.
 - d. Todas son correctas
4. Una estrategia de educación en alimentación y nutrición:
 - a. Sigue un proceso metodológico, para su ejecución
 - b. Es un proceso de elaboración, presentación y divulgación de mensajes
 - c. Modifica o fortalece los conocimientos, actitudes y comportamientos necesarios para adoptar decisiones que mejoren la alimentación y nutrición.



GUÍA DE TRABAJO No. 12

LECTURA DE: “NOTA TÉCNICA DIDÁCTICA ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DE LA NUTRICIÓN”

Alicia Navarro- Consultora Internacional de la FAO

El comportamiento alimentario tiene raíces no sólo en la historia familiar sino también conexiones profundas con la experiencia y el modo en que se viven dichas experiencias. Los adultos al igual que los niños y niñas vivimos constantes contradicciones en relación con los alimentos. El punto de encuentro entre nosotros y ellos puede ser entonces el convencimiento que a la racionalidad se contraponen emociones, vivencias, recuerdos y experiencias que intervienen en las elecciones alimentarias. Por esto los y las docentes deberían estar dispuestos a poner en discusión sus propias prácticas alimentarias.

La Educación en Nutrición no debiera ser concebida entonces como una asignatura o “saber” descontextualizado sino integrado al currículo escolar en diversas áreas. También puede constituir un eje estructurante dentro de los llamados “temas transversales” con una orientación que lleve a los escolares a descubrirse a sí mismos como personas, a los otros y a la realidad en la cual viven para construirse como sujetos protagonistas del proceso de enseñanza aprendizaje capaces de desarrollar comportamientos alimentarios saludables.

Plantear la Alimentación y Nutrición como **tema transversal** en el desarrollo curricular constituye algo útil y valioso para resolver problemas reales de los y las escolares puesto que ayuda a aproximar los aspectos científicos a lo cotidiano, vincula la teoría con la práctica partiendo de las propias concepciones, experiencia y realidad de los y las escolares.

La propuesta didáctica debe ser desarrollada desde una concepción metodológica que involucre a los y las escolares como sujetos activos y comprometidos en el marco de un proyecto institucional planificado **participativamente** considerando los diferentes actores sociales y la comunidad educativa en su conjunto.

El punto de partida de la propuesta didáctica debe ser la **reflexión** sobre las propias prácticas alimentarias para promover la construcción de conocimientos nutricionales significativos que se traduzcan en comportamientos alimentarios más saludables y llevar a la lectura e interpretación crítica de la información. Los y las escolares ya tienen nociones y experiencias previas, formales e informales de educación alimentaria: agregar **solo** información a la ya existente resulta contraproducente desde el punto de vista didáctico.

Se debiera orientar la actividad escolar a que las y los alumnos constaten en qué modo la información puede transformarse en comportamiento. Para ello es necesario hacer emerger las representaciones mentales que los y las escolares poseen sobre su propio cuerpo, sobre el ambiente, sobre el imaginario social referido a nutrición, alimentación y salud. Resulta indispensable que de acuerdo a la edad y capacidad de los y las escolares y adecuando el trabajo en clase puedan recorrer y reflexionar sobre la historia y etapas en las cuales se crearon los hábitos alimentarios personales y familiares y su relación con el proceso de salud-enfermedad.



La experiencia individual es la base concreta, real, de la cual partir para enseñar a traducir el conocimiento en comportamiento. Poder descubrir aquello que ocurre verdaderamente, encontrar las diferencias entre aquello que se “sabe” y lo que “se hace”, reflexionar sobre los fundamentos o razones de ciertas elecciones, decisiones, es en síntesis, el camino que se recomienda como propuesta didáctica.

El aprendizaje debe orientarse no tanto sobre argumentos teóricos como información sobre la alimentación equilibrada, la prevención de la desnutrición y obesidad, el consumo energético, como producir hortalizas en la huerta, etc. sino más bien hacia la identificación de aquellos comportamientos alimentarios realmente significativos para los y las estudiantes, relacionados con sus propias experiencias y vida cotidiana.

Cuando se trabaja sobre el tema del comportamiento alimentario y la nutrición a pesar de ser temáticas muy concretas no debe soslayarse el riesgo de las abstracciones. Por esta razón es sumamente importante mantener una constante referencia con la realidad de las y los educandos: indagar sobre sus esquemas cognitivos, investigar las diferencias, integrar experiencia e información, constituirán puntos clave de la propuesta didáctica.

El área de ciencias ofrece excelentes oportunidades para integrar la nutrición y seguridad alimentaria al currículo escolar puesto que la nutrición debiera ser considerada como ciencia y la huerta escolar podría convertirse en una laboratorio para el aprendizaje de la misma y no solo una actividad complementaria o de utilidad directa para aumentar la disponibilidad de alimentos.

Está demostrado que la enseñanza no debiera consistir en la “transmisión” pasiva del conocimiento de una persona a otras. Tampoco se producen aprendizajes significativos y duraderos si basamos la enseñanza en la imitación de “modelos o referentes potentes” o en

incentivar a los escolares con premios para que “hagan” aquello que les mostramos como correcto.

La enseñanza de la nutrición como un saber, es un proceso complejo que requiere de la actividad de las y los alumnos. Ellos necesitan estar motivados, en un ambiente adecuado, flexible, que facilite la comunicación horizontal, las relaciones interpersonales y el intercambio de opiniones y percibir la utilidad de dicho saber. Así, a través de sucesivas aproximaciones que parten de sus propias concepciones las y los alumnos irán re-estructurando dicho conocimiento y construyendo nuevos saberes más complejos superadores del anterior. A su vez estos aprendizajes se harán explícitos en los comportamientos alimentarios de los escolares.

Este proceso personal de construcción implica a su vez un continuo intercambio con el mundo natural y social. La adopción de un comportamiento depende de la conciencia sobre el problema y sus causas, de la percepción acerca de si se puede o no hacer algo, del conocimiento, de la percepción de los riesgos, consecuencias y normas sociales, y de la auto eficacia, o el nivel de confianza que el sujeto tenga en su capacidad para cambiar el comportamiento. Pero también depende de factores externos como acceso y disponibilidad entre otros. Por lo tanto, para apoyar el cambio de comportamiento, se deben conocer y abordar los factores condicionantes internos y externos.

Una estrategia de prevención basada en el cambio de comportamientos ayuda a explorar inicialmente, los factores que determinan las conductas actuales; y luego, permite poner en práctica comportamientos factibles, que mejoren la salud y nutrición. Una estrategia de este tipo involucra actores de todo tipo en el proceso de planeación –madres y padres de escolares, líderes comunitarios, educadores, equipos técnicos de los proyectos- de manera que los programas no solo sean adecuados,



sino que cuenten con la participación y el compromiso de la gente para su implementación.

En síntesis, la orientación del proceso didáctico en Nutrición no consiste en proporcionar información o dar respuestas a las preguntas sino investigar las respuestas y promover una comprensión crítica que posibilite poner en práctica comportamientos alimentarios saludables, social, cultural y económicamente compatibles desarrollando capacidad de cambio como propósitos de la educación alimentaria.



GUÍA DE TRABAJO No. 13

OBJETIVO: Aplicación práctica de la temática de la guía metodológica y planificación de una actividad educativa con escolares

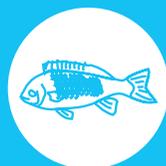
1. Cada grupo de trabajo seleccionará un tema de la guía metodológica.
2. Los participantes planifican una actividad educativa con escolares, definen los objetivos de la actividad, elaboran el contenido y los mensajes educativos a divulgar, preparan el material educativo para desarrollar el tema escogido y definen las actividades a realizar
3. Con lo anterior organizarán un espacio **breve** de aplicación pedagógica en donde se evidencien los momentos pedagógicos establecidos en la guía metodológica (**saberes previos, construcción de nuevos saberes, consolidación de saberes y valoración de lo aprendido**).
4. Después de la presentación el grupo deberá explicar a qué grado va dirigida la actividad, los objetivos, la metodología usada, técnicas didácticas utilizadas, actividades desarrolladas, el material y medios utilizados.

GUÍA DE TRABAJO No. 14

OBJETIVO: Aplicación práctica de la temática de la guía metodológica y planificación de un proyecto de EAN dirigido a los padres de familia

1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo, según su Centro Educativo Básico o Escuela
2. Planifican un proyecto de EAN para los padres de familia, establecen los objetivos del plan, definen la temática a desarrollar, elaboran los contenidos y los mensajes educativos a divulgar, definen los recursos que necesitan y el material educativo a utilizar, definen las actividades a realizar y elaboran un cronograma de actividades.
3. Con lo anterior los participantes, planifican y desarrollan una sesión educativa con los padres, haciendo una demostración con todos los participantes del taller.
4. Una vez realizada la actividad que puede ser a través de un sociodrama, el grupo deberá explicar a quien va dirigida la actividad, los objetivos, la metodología usada, técnicas didácticas utilizadas, actividades desarrolladas, el material y medios utilizados, así los compromisos establecidos de los padres en relación a la temática.





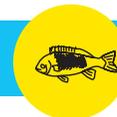
MÓDULO

3

Alimentación y Nutrición en el Ciclo de Vida



MÓDULO 3



ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN EL CICLO DE VIDA

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Determina las razones por las que es importante una alimentación sana en estos períodos.</p> <p>Define recomendaciones como mejorar la alimentación de la embarazada y de la lactante.</p>	<p>Alimentación de la Mujer Embarazada y Madre Lactante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comportamientos y creencias sobre la alimentación de la embarazada y la lactante. • Necesidades Nutricionales de la embarazada y la lactante • Nutrientes críticos en el embarazo y en la lactancia. • Recomendaciones alimentarias para la reducción de molestias propias del embarazo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sociodrama ▪ Discusión en grupo ▪ Exposición dialogada <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador o facilitadora aplica la Guía No. 15 de exploración inicial sobre esta temática. 2. Los participantes se organizan en grupos de trabajo y dan lectura a la Guía No. 16 en la cual se les da indicaciones de cómo realizar el sociodrama sobre mitos de alimentación de la mujer en los períodos de embarazo y de lactante. 3. Después de presentar el sociodrama se realiza una discusión con el facilitador/a y los participantes. 4. El facilitador/a retroalimentará al grupo través de una exposición dialogada de la temática. 5. En grupos elaboran ejemplos prácticos de menús para aumentar la ingesta energética de acuerdo a necesidades aumentadas en el embarazo y en la lactancia.
<p>Promueve y fomenta acciones para el fortalecimiento de la lactancia materna.</p> <p>Reconoce la importancia de la lactancia materna y de la correcta introducción de alimentos en el primer año de vida como base para formar hábitos alimentarios sanos.</p>	<p>Alimentación y Nutrición en los Dos Primeros Años de Vida:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lactancia materna • Introducción de alimentos en el primer año de vida. • Alimentación del niño de 1 a 2 años de edad. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Trabajo de grupo/grupos focales ▪ Plenaria ▪ Charla <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo. 2. Se les da la guía de trabajo, Guía No. 17, en la cual se les sugiere elaborar un plan de actividades educativas para tratar el tema de la alimentación en el primer año de vida.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Conoce las características de la alimentación del preescolar y la relación con su desarrollo.</p> <p>Aplica todas las recomendaciones alimentarias en esta edad para promover y consolidar hábitos alimentarios sanos.</p>	<p>Alimentación y Nutrición del Preescolar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Características de alimentación del preescolar. • Características de la alimentación del preescolar. • Necesidades Nutricionales del preescolar. • Menús nutritivos para el preescolar. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exposición dialogada ▪ Lluvia de ideas ▪ Trabajo de grupo ▪ Plenaria <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a inicia su presentación realizando un sondeo de los conocimientos que los participantes tienen sobre las prácticas que la población tiene en relación a esta temática. Guía No. 18. 2. A través de lluvia de ideas registra en el papelógrafo todas las características del comportamiento del niño preescolar con relación a la alimentación que mencionan los participantes. 3. Combinando las dos técnicas (lluvia de ideas y la exposición dialogada), el facilitador/a desarrolla el tema. 4. Los participantes hacen un trabajo práctico sobre este tema.
<p>Determina las características de la alimentación del escolar y del adolescente.</p> <p>Promueve hábitos alimentarios adecuados y la actividad física como parte de estilos de vida saludables.</p> <p>Elabora menús para escolares y adolescentes tomando en cuenta características de disponibilidad de alimentos de su región, valor nutritivo, patrón cultural y de bajo costo.</p>	<p>Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Características de la alimentación del preescolar. • Características de la alimentación del escolar y del adolescente • Necesidades Nutricionales del escolar y del adolescente • Menús nutritivos para el escolar y el adolescente. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grupo focal ▪ Estudio de caso ▪ Plenaria ▪ Discusión en el pleno <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes se organizan en grupos para determinar y analizar los hábitos alimentarios de los escolares y adolescentes, a través de la realización de un grupo focal. Guía No. 19. 2. Los participantes en los mismos grupos trabajan para la resolución de un estudio de caso relacionado con el tema. Guía No. 20. 3. A través de la lectura, análisis y discusión los participantes extraen todos aquellos aspectos que consideren adecuados. 4. Registran y escriben como mejorarían cada una de las situaciones y cuáles eliminarían.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
		<ol style="list-style-type: none"> 5. Una vez discutida la resolución del estudio de caso a nivel de los grupos de trabajo, los participantes presentan la resolución al estudio de caso y sus comentarios y conclusiones. 6. El facilitador/a refuerza el tema a medida que se va dando la discusión hasta lograr la comprensión del mismo.
<p>Promueve acciones educativas preventivas en vías a disminuir riesgos de trastornos alimentarios en los escolares y adolescentes.</p>	<p>Problemas Nutricionales y Trastornos Alimentarios en Escolares y Adolescentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desnutrición y deficiencias de micronutrientes. • Obesidad • Bulimia • Anorexia. • Programas educativos para promover actividad física y salud mental en escolares y Adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lectura dirigida ▪ Discusión grupal ▪ Charla <ol style="list-style-type: none"> 1. Los participantes se organizan en grupos para desarrollar el tema a través de la técnica lectura dirigida de los aspectos importantes de cada uno de los trastornos alimentarios, comunes en ésta edad. 2. Los participantes realizan la plenaria y aportan vivencias con referencia al tema. 3. El facilitador/a retroalimenta la presentación 4. El facilitador/a hace el cierre del tema realizando una presentación sobre los trastornos alimentarios y enfermedades más comunes y su abordaje desde el punto de vista preventivo.



GUIÓN METODOLÓGICO PARA EL DESARROLLO DEL MÓDULO No. 3 DE CAPACITACIÓN

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN EL CICLO DE VIDA

JORNADA **I** INTRODUCCIÓN AL TALLER

Actividad 1: Inauguración del taller, bienvenida y presentación de los participantes. Realización del ejercicio “rompe hielo”, para que los participantes se conozcan más. (15 minutos).

Objetivos:

- Crear un ambiente de confianza y calidez en los participantes
- Establecer vínculos de confianza y compañerismo entre los participantes y facilitadores/as.

Pasos:

1. Las autoridades de la Secretaría de Educación presentes en el taller dan la bienvenida e inauguran el taller.
2. El o la facilitadora selecciona una técnica amena para la presentación de los participantes del taller.
3. Los participantes se presentan según la técnica sugerida.

Materiales necesarios:

- Los materiales o equipo que seleccione el o la facilitadora o los mismos participantes.

Actividad 2: Exploración de las expectativas del taller. (20 minutos)

Objetivos:

- Apreciar los intereses y motivaciones del personal al participar en este taller.
- Establecer las reglas del juego durante el taller

Pasos:

1. Cada participante escribe en una tarjeta de cartulina una expectativa que él o ella tiene sobre el taller.
2. Cada participante coloca su tarjeta en el pizarrón.
3. Cuando todos colocan su tarjeta, se invita a tres participantes a que ordenen las expectativas y las lean al resto del grupo.
4. Las expectativas estarán expuestas en el salón durante el taller.
5. Formación de un equipo de disciplina que apoyarán en el orden y disciplina del grupo, estableciendo un código de conducta de los participantes durante el taller.
6. Formación de un equipo de participantes que apoyarán la elaboración de la ayuda memoria del taller.

Materiales y equipo necesarios:

- Tarjetas de cartulina de diferentes colores.



Actividad 3: Explicación de objetivos, metodología y programa del taller. (15 minutos)

Objetivos:

- Socializar los objetivos del taller.
- Socializar la temática a tratar.

Pasos:

1. El director/a del departamento de Educación Básica explica la necesidad de este taller, dentro del contexto del proyecto de educación alimentaria nutricional.
2. Los facilitadores/as del taller presentan el programa, los objetivos, la metodología y reglas de trabajo durante el mismo.
3. Los participantes revisan el programa.
4. Observaciones de los participantes.

Materiales y equipo necesarios:

- Programas
- Carpetas para los materiales de cada participante.
- Libretas tamaño carta.
- Lápices



JORNADA 2 **EVALUACIÓN DE LOS SABERES PREVIOS DE LOS Y LAS DOCENTES DE LOS TEMAS A DESARROLLAR EN EL TALLER.**

Actividad 4: Realización de una prueba escrita “Evaluación de saberes previos”. (15 minutos)

Objetivos:

- Identificar los saberes previos de los docentes en cuanto a la temática a desarrollar en el taller.
- Validar las necesidades de formación que tienen los docentes en cuanto a contenidos de alimentación y nutrición y a la didáctica para su enseñanza.
- Adaptar los contenidos y profundidad de los temas a desarrollar durante el taller.

Pasos:

1. Explicación de los objetivos del ejercicio.
2. Cada participante contesta de manera individual una guía de preguntas y de ejercicios acerca de la alimentación y nutrición **Guía No. 15.**
3. Las facilitadoras/es presentan los resultados sobre saberes previos encontrados en la línea base.
4. Las especialistas de nutrición revisan respuestas y evalúan el nivel de conocimientos de los educadores.

Materiales necesarios:

- Formulario de evaluación inicial de conocimientos.
- Data show
- Computadora



JORNADA 3 DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN EL CICLO DE VIDA

Actividad 5: Desarrollo de la temática: Alimentación de la Mujer Embarazada y Madre Lactante. (5 horas)

Objetivos:

- Determina las razones por las que es importante una alimentación sana en estos períodos.
- Define recomendaciones como mejorar la alimentación de la embarazada y de la lactante.

Temas a desarrollar:

- Alimentación de la Mujer Embarazada y Madre Lactante.
 - Comportamientos y creencias sobre la alimentación de la embarazada y la lactante.
 - Necesidades Nutricionales de la embarazada y la lactante
 - Nutrientes críticos en el embarazo y en la lactancia.
 - Recomendaciones alimentarias para la reducción de molestias propias del embarazo.

Pasos:

1. Los participantes se organizan en grupos de trabajo y dan lectura a la **Guía No. 16** en la cual se les da indicaciones de cómo realizar el sociodrama sobre prácticas y mitos de alimentación de la mujer en los períodos de embarazo y de lactancia.
2. Después de presentar el sociodrama se realiza una discusión con el facilitador/a y los participantes.
3. El facilitador/a retroalimentará al grupo a través de una exposición dialogada de la temática.
4. Los y las docentes se forman en grupos y haciendo uso de los diferentes materiales como la rueda de alimentos, hacen varios ejemplos prácticos de menús para aumentar la ingesta energética

de acuerdo a necesidades aumentadas en el embarazo y en la lactancia.

5. Se presenta el trabajo realizado en plenaria, haciendo uso de alimentos o figuras de alimentos, retroalimentado oportunamente a los grupos que va presentando.

Actividad 6: Desarrollo de la temática: Alimentación y Nutrición en los Dos Primeros Años de Vida. (8 horas)

Objetivos:

- Promueve y fomenta acciones para el fortalecimiento de la lactancia materna.
- Reconoce la importancia de la lactancia materna y de la correcta introducción de alimentos en el primer año de vida como base para formar hábitos alimentarios sanos.

Temas a desarrollar:

Alimentación y Nutrición en los dos Primeros Años de Vida:

- Lactancia materna
- Introducción de alimentos en el primer año de vida.
- Alimentación del niño de 1 a 2 años de edad

Pasos:

1. Se les da la guía de trabajo, **Guía No. 17**, en la cual se les brinda sugerencias para elaborar un plan de actividades educativas de alimentación en el primer año de vida, iniciando por la realización de un grupo focal para conocer las prácticas de la población, en este tema.



2. Los participantes elaboran el plan de actividades en base a los hallazgos, para desarrollarlo en los diferentes grados y con los padres de familia y utilizan la información del texto de ciencias naturales, los contenidos complementarios de la guía metodológica y otras referencias bibliográficas.
3. Elaboran una síntesis del tema en mensajes educativos que ellos consideren lo más importante de la información y que es aplicable a los diferentes grados y a grupos de adultos.
4. Cada grupo presenta el trabajo realizado, utilizando el material educativo del proyecto, y el material que ellos elaboren. Al finalizar las presentaciones de los grupos, el facilitador/a retroalimentará al grupo haciendo una presentación magistral sobre el tema.

Actividad 7: Desarrollo de la temática: Alimentación y Nutrición del Preescolar. (8 horas)

Objetivos:

- Conoce las características de la alimentación del preescolar y la relación con su desarrollo.
- Aplica todas las recomendaciones alimentarias en esta edad para promover y consolidar hábitos alimentarios sanos

Temas a desarrollar:

Alimentación del Preescolar

- Características de la alimentación del preescolar.
- Necesidades Nutricionales del preescolar.
- Menús nutritivos para el preescolar.

Pasos:

1. El facilitador/a inicia su presentación realizando un sondeo de los conocimientos que los participantes tienen sobre las prácticas que la población tiene en relación a esta temática. **Guía No. 18.**

2. A través de lluvia de ideas registra en el papelógrafo todas las características del comportamiento del niño preescolar con relación a la alimentación que mencionan los participantes.
3. Combinando las dos técnicas (lluvia de ideas y la exposición dialogada), el facilitador/a desarrolla el tema.
4. Los participantes hacen un trabajo práctico sobre este tema.

Actividad 8: Desarrollo de la temática: Alimentación y Nutrición del Escolar y Adolescente. (8 horas)

Objetivos:

- Determina las características de la alimentación del escolar y del adolescente.
- Promueve hábitos alimentarios adecuados y la actividad física como parte de estilos de vida saludables.
- Elabora menús para escolares y adolescentes tomando en cuenta características de disponibilidad de alimentos de su región, valor nutritivo, patrón cultural y de bajo costo.

Temas a desarrollar:

- Alimentación del Escolar y del Adolescente
 - Características de la alimentación del escolar y del adolescente
 - Necesidades Nutricionales del escolar y del adolescente
 - Menús nutritivos para el escolar y el adolescente.

Pasos:

1. Los participantes se organizan en grupos para determinar y analizar los hábitos alimentarios de los escolares y adolescentes, a través de la realización de un grupo focal en una comunidad cercana. **Guía No. 19.**
2. Los participantes en los mismos grupos trabajan para la resolución de un estudio de caso relacionado con el tema. **Guía No. 20.**



3. A través de la lectura, análisis y discusión, los participantes extraen todos aquellos aspectos que consideren adecuados, tanto del estudio de caso como lo encontrado en los grupos focales.
4. Registran y escriben como mejorarían cada una de las situaciones y cuáles eliminarían.
5. Una vez discutida la resolución del estudio de caso a nivel de los grupos de trabajo, los participantes presentan la resolución al estudio de caso y sus comentarios y conclusiones.
6. El facilitador/a refuerza el tema a medida que se va dando la discusión hasta lograr la comprensión del mismo.

Actividad 9: Desarrollo de la temática: Problemas Nutricionales y trastornos Alimentarios en Escolares y Adolescentes (5 horas)

Objetivos:

- Promueve acciones educativas preventivas en vías a disminuir riesgos de trastornos alimentarios en los escolares y adolescentes.

Temas a desarrollar:

- Problemas Nutricionales y Trastornos Alimentarios en Escolares y Adolescentes.
 - Desnutrición y deficiencias de micronutrientes.
 - Obesidad
 - Bulimia
 - Anorexia.
 - Programas Educativos Para Promover Actividad Física y Salud Mental en Escolares y Adolescentes.

Pasos:

1. Los participantes se organizan en grupos para desarrollar el tema a través de la técnica lectura dirigida de los aspectos importantes de cada uno de los trastornos alimentarios, comunes en ésta edad.
2. Los participantes realizan la plenaria y aportan vivencias con

referencia al tema.

3. El facilitador/a retroalimenta la presentación
4. El facilitador/a hace el cierre del tema realizando una presentación sobre los trastornos alimentarios y enfermedades más comunes y su abordaje desde el punto de vista preventivo.

Materiales y equipo necesarios para el desarrollo de las actividades No. 5, 6, 7, 8 y 9:

1. Guía metodológica, historieta de alimentos, rotafolio “consejos de una alimentación sana”, rueda de alimentos y textos de Ciencias Naturales de primero a sexto grado.
2. Otros materiales bibliográficos de referencia para los trabajos de grupos (guía de alimentación infantil (SS), manual de alimentación de la familia (FAO), las guías alimentarias, trifolios varios).
3. Guías de trabajo No. 15, 16, 17, 18, 19 y 20.
4. Alimentos.
5. Equipo mínimo de preparación de alimentos (platos, tazas, cucharas, cuchillos, pailas, tabla de picar).
6. Papel rotafolio.
7. Cartulinas de diferentes colores
8. Marcadores de diferentes colores.
9. Revistas
10. Tijeras.
11. Imanes
12. Pegamento.
 - Masking tape.
 - Alimentos en cartulina
 - Data show
 - Computadora



JORNADA 4 EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE Y DEL TALLER

Actividad 10: Evaluación del aprendizaje de los participantes. (2 horas)

Objetivos:

- Identificar temas de alimentación y nutrición en los que se ha fortalecido los conocimientos y habilidades de los maestros.
- Determinar los temas que necesitan reforzarse.
- Evaluar la metodología utilizada para el desarrollo de los temas de alimentación y nutrición.
- Validar las inquietudes de los participantes en base a expectativas del taller.

Pasos:

1. Cada participante de manera individual resuelve los aspectos contemplados en los formularios de evaluación sumativa **Guía No. 10.**
2. Los participantes trabajan en grupos y presentan en plenaria una apreciación general del aprendizaje logrado como grupo.
3. Se discute el nivel de aprendizaje alcanzado.
4. Se revisa en plenaria el logro de las expectativas presentadas al inicio del taller.

Materiales necesarios:

- Formularios de evaluación
- Papel rotafolio
- Marcadores
- Masking tape

Actividad 11: Evaluación cualitativa del taller. (30 minutos)

Objetivos:

- Obtener recomendaciones y apreciaciones para mejorar futuras jornadas de capacitación.

Pasos:

1. Cada participante resuelve de manera individual, el cuestionario de evaluación del taller. (**Guía No.10**)

Materiales necesarios:

- Cuestionario de evaluación

Actividad 12: Clausura del taller. (10 minutos)



GUÍA DE TRABAJO No. 15

GUÍA DE EXPLORACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN MÓDULO No. 3

Se le ha proporcionado este cuestionario con la finalidad de conocer en conjunto, las necesidades de formación en alimentación y nutrición de los participantes. Por favor conteste en base a su experiencia y saberes previos los siguientes aspectos que se le plantean:

1. ¿Cómo define lactancia materna exclusiva?
 - a. Proporcionar leche materna al niño(a) desde que nace hasta los dos años de vida.
 - b. Alimentación del niño(a) desde que nace hasta los 6 meses de vida solamente con leche materna.
 - c. Proporcionar al niño(a) leche materna y otros alimentos a partir de los seis meses de vida.
 - d. Se refiere al calostro que el niño(a) recibe en las primeras horas después del parto.
2. La consistencia de alimentos en la alimentación del niño menor de dos años es importante porque:
 - a. Determina la densidad calórica de los alimentos
 - b. De ello depende si se logra o no cubrir las calorías que el niño necesita
 - c. Ayuda a curar el estreñimiento
 - d. a y b son correctas
3. Una premisa correcta sobre la alimentación de los niños(as) de 2 a 5 años es:
 - a. A partir de los dos años, debe comenzarse a introducir otros alimentos y enseñar al niño a comer.
 - b. Es importante que los niños(as) después de los dos años continúen alimentándose con leche materna.
 - c. Los niños y niñas de 2 a 5 años aún no deben consumir carne ni pescado porque puede provocarles alergias.
 - d. La alimentación de los niños(as) de 2 a 5 años debe ser variada en cantidad y calidad, incluyendo porciones de todos los grupos de alimentos.
4. Mencione dos Objetivos de la Alimentación Complementaria
 - _____
 - _____
5. Dentro de los errores más comunes en la alimentación del niño en edad escolar están:
 - a. _____
 - b. _____
6. Para evitar incrementos exagerados de peso en el adolescente debemos:
 1. _____
 2. _____
 3. _____



7. ¿Qué recomendaciones de alimentación daría a las madres cuando sus niños/niñas se enferman de gripe, tos o diarrea?

Gripe o tos:

a. _____

b. _____

Diarrea:

a. _____

b. _____



GUÍA DE TRABAJO No. 16

ALIMENTACIÓN DE LA MUJER EMBARAZADA Y LA MADRE LACTANTE

OBJETIVO: Conocer y discutir las prácticas, creencias y los mitos sobre alimentación de la mujer embarazada y la madre lactante y plantear recomendaciones alimentarias y nutricionales para estos períodos.

1. Los participantes se organizan en 5 grupos de trabajo
2. Se asigna un tema por grupo y se escriben las siguientes preguntas en cartulina y se le asigna un:

GRUPO 1

- ¿Qué comen las mujeres embarazadas y las mujeres que dan pecho?
- Creencias, costumbres, que comen, qué no comen, ¿porqué?,
- ¿Qué hacen y que creen las personas en las comunidades sobre este tema?

GRUPO 2

- ¿Qué sucede cuando una mujer embarazada y una mujer lactante no se alimenta adecuadamente?
- ¿Qué consideran sea una adecuada alimentación de la mujer en estos períodos? ¿Por qué?
- Consecuencias de una inadecuada alimentación en ambos períodos

GRUPO 3

- ¿Qué molestias sienten generalmente las mujeres embarazadas y que hacen para remediar esas molestias?
- Hacer cuadro molestia por molestia, ¿qué hacen las personas en la comunidad y que considera el grupo deberían hacer para solucionar ese problema?

GRUPO 4

- ¿Qué recomendaciones (de alimentación y de salud en general) le daría para una mujer embarazada y una mujer que da pecho?

GRUPO 5

- ¿Cómo debe apoyar la familia y la comunidad a la mujer que da de lactar?
 - ¿Qué recomendaciones le daría usted a la familia y la comunidad para apoyar a la mujer que da de lactar?
 - ¿Cómo prevenir la anemia en una mujer embarazada?
 - ¿Qué otras deficiencias nutricionales puede sufrir una mujer embarazada, como prevenirlas?
1. Luego de dialogar y discutir al interior del grupo, dan respuestas y elaboran las conclusiones del tema que se les asignó a través preguntas. Deben hacerlo por separado para la mujer embarazada y la madre lactante en los casos que la pregunta aplica a los estados.
 2. Los grupos presentan en plenaria sus conclusiones, a través de sociodramas, u otras técnicas.
 3. El facilitador/a retroalimenta las ideas presentadas y en base a ello, hace una breve presentación de las recomendaciones técnicas para estos periodos.



GUÍA DE TRABAJO No. 17

ALIMENTACIÓN DEL NIÑO Y NIÑA DURANTE LOS DOS PRIMEROS AÑOS DE VIDA

- OBJETIVO:** Identificar los conocimientos, creencias y las prácticas de la población sobre alimentación del niño/niña en los dos primeros años de vida, planificar y desarrollar actividades sobre esta temática con los y las escolares y madres/padres de familia
1. El facilitador/a divide a las y los participantes en 3 grupos, cada grupo trabajará un sub-tema, para desarrollarlo con cada grado (1ero., 2do., 3ero., 4to., 5to. y 6 to.) y con padres de familia.
 2. El facilitador/a proporcionará a los participantes una guía técnica didáctica sobre cómo realizar grupos focales en la comunidad.
 3. Cada grupo planifica y realiza su trabajo comunitario de grupos focales según la temática que le corresponde, para conocer las prácticas de la población, en este tema.
 4. Los participantes elaboran el plan de actividades en base a los hallazgos en los grupos focales, para desarrollarlo en los diferentes grados y con los padres de familia.
 5. Elaboran una síntesis del tema en mensajes educativos que ellos consideren los más importantes para los diferentes grados y grupos de adultos, para ello utilizan también la información del tema que se encuentran en las referencias bibliográficas entregadas por el facilitador/a.
 6. Los grupos elaboran y utilizan su propio material y medios didácticos para desarrollar el tema.
 7. Cada grupo presenta su trabajo de planificación del tema con todos los grados y con los padres de familia y selecciona en coordinación con el facilitador/a su presentación en plenaria a un grupo específico, esta presentación puede hacerse a través de un sociodrama u otra técnica que el grupo decida, haciendo una aplicación pedagógica en donde se evidencien los momentos pedagógicos (**saberes previos, construcción de nuevos saberes, consolidación de saberes y valoración de lo aprendido**).
 8. Después de la presentación el grupo deberá explicar a qué grado (o si es a padres de familia), va dirigida la actividad, los objetivos, la metodología usada, técnicas didácticas utilizadas, actividades desarrolladas, el material y medios utilizados.



GUÍA DE TRABAJO No. 18

ALIMENTACIÓN DEL NIÑO/NIÑA DE 2 A 5 AÑOS

OBJETIVO: Identificar los conocimientos, creencias y las prácticas de la población sobre alimentación del niño/niña de 2 a 5 años de vida.

1. ¿Cuáles alimentos creen Ustedes que son los mejores para los niños de 2 a 5 años? ¿Por qué?
2. ¿Qué alimentos creen Ustedes, **no** deben comer los niños de 2 a 5 años? ¿Por qué?
3. ¿Quién acostumbra a prepararle y a darle de comer a los niños de 2 a 5 años?
4. ¿Qué come (y bebe) regularmente en cada tiempo el niño de 2 a 5 años?
¿Cuántos y cuáles son los tiempos de comida acostumbrados, ¿Por qué?
¿Con que horario se le dan esos tiempos ¿Por qué?
¿Come entre comidas? (meriendas) ¿Por qué? ¿Con qué frecuencia?
¿Qué alimentos?
¿Le dan líquidos para que el niño tome? ¿Cuáles? (agua ¿la mencionan?) ¿Con que frecuencia? ¿Usa taza o biberón?
5. ¿Comen los niños de 2 a 5 años de edad, los mismos alimentos que el resto de la familia? ¿Por qué?
6. ¿Cómo le sirven la comida a los niños de 2 a 5 años de edad (en plato, en taza, en la mano del plato de un adulto, “lo bocadean” o lo sientan a comer en su plato)? ¿Por qué?
7. ¿Compran comida preparada para darle al niño? ¿Por qué?
8. ¿Comen los niños de 2 a 5 años de edad, acompañados? ¿Quién los acompaña? ¿Por qué?
9. ¿Hay ocasiones que el niño no quiere comer o no come nada? ¿Por qué? ¿Qué hace usted para que coma?
10. ¿Qué alimentos son los preferidos por él niño? ¿Qué alimentos preferidos están disponibles?
¿Qué alimentos preferidos no están disponibles? ¿Cuáles diría usted que son los tres alimentos favoritos del niño?
11. ¿Qué alimentos no tienen aceptación (no le gustan al niño)?
12. ¿Hay alimentos que el niño quiere comer con mucha frecuencia o mucha cantidad? ¿Por qué? ¿Qué hace usted? ¿Por qué?
13. ¿Cuáles diría Usted que son los tres alimentos que menos le gustan al niño? ¿Por qué?
14. ¿Qué alimentos **nunca** ha comido el niño? ¿Por qué?



GUÍA DE TRABAJO No. 19

ALIMENTACIÓN DEL ESCOLAR Y ADOLESCENTE

GUÍA PARA GRUPO FOCAL CON ESCOLARES Y ADOLESCENTES

OBJETIVO: Identificar los conocimientos, creencias y prácticas sobre alimentación y nutrición de los escolares y adolescentes.

1. ¿Qué alimentos (incluyendo líquidos y el agua) acostumbran consumir por cada uno de los tiempos de comida? Horarios, Lugar ¿Con quién o quienes come en cada uno de los tiempos mencionados? ¿Cada alimento qué mencionan preguntar la forma de preparación, ingredientes? ¿Aparte de los tiempos mencionados come o “pica” algún alimento y/o bebida (incluyendo el agua) fuera de los tiempos?
 2. ¿Qué alimentos (incluyendo líquidos y el agua) no ha comido nunca? ¿Por qué?
 3. ¿Qué alimentos (incluyendo líquidos y el agua) son los que más le gustan a usted, qué preparaciones? ¿Por qué?
 4. ¿Qué alimentos (incluyendo líquidos y el agua) no le gustan a usted? ¿Por qué?
 5. ¿Qué alimentos (incluyendo líquidos y el agua) considera necesario incluir o le hacen falta a su alimentación para que esta sea completa y nutricionalmente sana?
 6. ¿Hay días que usted come demasiada cantidad de un alimento? ¿Cuál? ¿Con qué frecuencia? Lo saben sus padres? ¿Qué le dicen?
 7. ¿Cómo consideran ustedes que es la higiene (la limpieza) en esta comunidad? ¿Por qué?, ¿Qué problemas tienen? ¿Cómo es la higiene en su hogar? ¿Por qué? ¿Qué problemas enfrentan?
 8. ¿Se lava los dientes? ¿Por qué realiza esta práctica? ¿Cada cuanto tiempo? ¿Si es diario cuantas veces al día? ¿Con qué se los lavan? ¿Por qué?
 9. ¿Se lava las manos? ¿Cuándo se lava las manos (en qué momentos)?
 10. ¿Se le da algún tratamiento al agua que se consume en casa, antes de tomarla? ¿Cuál? ¿Por qué?
 11. ¿En este momento usted cómo se siente bien o mal alimentado?, ¿porqué?, ¿bien o mal nutrido porqué?
 12. ¿Durante su tiempo libre (cuando no está en la escuela) a qué actividad le dedica más tiempo durante un día completo?:
 - Actividades de responsabilidad como ir a traer agua, leña, actividades en el campo, ayudar en las tareas del hogar (cuidar a los hermanos, mandados, limpieza) o ir a vender, a trabajar fuera de la casa
 - Actividades al aire libre: Jugar pelota, gimnasia u otro tipo de ejercicio, mables/canicas, trompo, saltar lazo, a las escondidas, caminatas, correr.
 - Actividades pasivas que realizan sentados: jugar naipes u otros juegos de mesa, ver TV acostado sin hacer otra cosa.
- Cuando contesta que **SI** ¿Le gusta? ¿Por qué? ¿Cree que es importante? ¿Por qué?
- Cuando contesta **NO** ¿Le gustaría realizar alguna de estas actividades o deporte? ¿Por qué?



GUÍA DE TRABAJO No. 20

ALIMENTACIÓN DEL ESCOLAR Y ADOLESCENTE

ESTUDIO DE CASO DE LA ALIMENTACIÓN DEL ESCOLAR Y ADOLESCENTE

OBJETIVO: Identificar los factores que inciden en la problemática de salud y nutrición de los escolares y adolescentes de esta comunidad y establecer acciones para su solución.

La comunidad de San Juan, Santa Bárbara es un lugar pintoresco ubicado en la cima de la montaña; la mayoría de la población ha llegado de caseríos cercanos y su población es numerosa. Hay bastante población joven que igual que sus padres se dedican al cultivo de café y pimienta en horario contrario al escolar.

San Juan cuenta con un centro de educación básica, al cual asisten alrededor de 250 alumnos, distribuidos en los nueve grados, siendo más numerosas las secciones de los seis primeros grados.

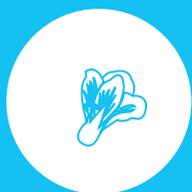
Aunque la comunidad es laboriosa y colaboradora e interesada en todo lo que concierne a sus hijos, los niños han sido evaluados por el personal del centro de salud, a solicitud de los maestros y han detectado algunos problemas de salud leves en los niños como: bajo peso para su estatura, bajo rendimiento escolar, poca actividad física, falta de concentración sobre todo en las mañanas.

En el interrogatorio a los niños ellos expresaron que se iban a la escuela sin desayunar y que la merienda escolar no les gustaba porque siempre les daban lo mismo; que las frutas y las verdura no se cultivaban y que no les gustaban.

Tanto los maestros como el personal de salud han considerado importante comunicar a los padres de familia la situación de sus hijos e iniciar alguna campaña para mejorar el estado de salud y nutrición de los niños.

- ¿Qué aspectos del estudio de caso considera que son los que están provocando los problemas de salud de los alumnos del CEB de San Juan?
- ¿De qué forma involucraría a los padres para mejorar los hábitos alimentarios de los escolares y adolescentes y en qué aspectos de la alimentación de éste grupo haría énfasis?
- ¿Qué actividades desarrollaría para hacer que los niños por decisión propia modifiquen sus hábitos alimentarios?





MÓDULO

4

Selección e Higiene de los Alimentos



MÓDULO 4



SELECCIÓN E HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Identifican las características organolépticas deseables de los alimentos, para su adecuada selección y compra.</p> <p>Aplican los medios de conservación necesarios.</p> <p>Relacionan el valor nutricional de los alimentos al seleccionarlos correctamente.</p>	<p>Selección, Preparación y Conservación de Alimentos:</p> <p>Características organolépticas y nutricionales de los alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Granos, raíces, tubérculos y derivados • Verduras y frutas • Lácteos y huevo • Carnes, pescado y mariscos • Grasas y azúcares. 	<p>Exposición dialogada</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lluvia de ideas ▪ Técnica de exposición dialogada <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a realiza un sondeo del tema con los participantes, aplicando la Guía No. 21. 2. El facilitador/a hace uso de los alimentos y solicita a los participantes que los agrupe en base a su contenido nutritivo; él va retroalimentando en cuanto al valor nutritivo de los alimentos y verifica si han sido agrupados de acuerdo a la forma utilizada en el Rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana”. 3. Realizada la actividad anterior, los participantes utilizando alimentos enlistan las características organolépticas deseables, para su adecuada selección y compra. 4. El facilitador/a da a conocer las condiciones correctas de conservación de los alimentos utilizando los grupos de alimentos del rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana”. 5. El facilitador/a solicita a los participantes que escojan un alimento y que preparen una intervención de dos minutos, en donde resalten las características organolépticas, valor nutritivo y formas de conservarlo.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Reconocen la importancia de la higiene de los alimentos como medio para mantener la salud.</p> <p>Aplican y transmiten a sus alumnos la importancia del cumplimiento de las normas de higiene.</p>	<p>Higiene e Inocuidad de los Alimentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definición de higiene e inocuidad de alimentos. • Importancia de la higiene en sus diferentes formas para mantenimiento de la salud y la nutrición. • Alimentos seguros. • Las cinco claves para mantener los alimentos seguros y prevenir enfermedades. • Importancia del cumplimiento de la normatización de la higiene de alimentos en tiendas escolares. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exposición dialogada ▪ Trabajo colaborativo ▪ Demostración ▪ Lista de cotejo ▪ Técnica de observación ▪ Discusión en grupos ▪ Plenaria <ol style="list-style-type: none"> 1. A través de la exploración de conocimientos previos, el facilitador/a dialoga con los participantes sobre aspectos generales de la higiene de los alimentos. 2. El facilitador/a resalta la relación entre higiene y salud y en la importancia de tener buenas prácticas de higiene de alimentos para la prevención de enfermedades. 3. El facilitador/a define lo que es un alimento seguro, mencionando la importancia de la manipulación correcta de los mismos. 4. El facilitador/a solicita a varios participantes (2 ó 3) que realicen el lavado de manos. 5. El facilitador/a y los demás participantes siguen paso a paso a través de la observación, la técnica de lavado de manos utilizada. 6. Registran en guía de observación, marcando con una x todos aquellos pasos que fueron realizados y que corresponden al procedimiento correcto. 7. Luego varios participantes hacen réplica de los pasos demostrados. 8. De la misma forma se realizan otras prácticas de higiene como la contaminación cruzada, cloración de agua etc. 9. Retroalimentación y discusión en grupo de los procedimientos realizados. 10. Una vez finalizadas las prácticas, el facilitador/a hace una explicación sobre las cinco claves para mantener los alimentos seguros y prevenir enfermedades.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
		<ol style="list-style-type: none"> 11. Los participantes conocen la lámina educativa de higiene y concluyen sobre la forma correcta de introducirla, su uso y el objetivo de colocarla en los puestos de ventas escolares, para que sea conocida por los alumnos, expendedores de tiendas escolares y padres de familia. 12. Los participantes en grupos de trabajo, elaboran un pequeño reglamento para los expendios de alimentos que existen en sus escuelas, donde se tomen en cuenta aspectos de higiene, nutricionales, la promoción de alimentos sanos y de costo de los alimentos.
<p>Reconocen la importancia de promover y consumir alimentos fortificados.</p>	<p>Alimentos Fortificados.</p> <p>¿Qué son los alimentos fortificados?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alimentos fortificados en Honduras • Importancia del consumo de alimentos fortificados. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Charla dialogada ▪ Trabajo grupal ▪ Observaciones <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a hace una exploración en plenaria sobre los conocimientos de los y las maestras en relación al tema. 2. Luego refuerza los conocimientos con una presentación en la que define lo que es un alimento fortificado y la razón por la que se fortifican, desde todo punto de vista. 2. El facilitador/a también explora con los participantes acerca de los nutrientes que se han utilizado para fortificar alimentos en Honduras. 3. El facilitador/a hace relación de las deficiencias nutricionales que se presentan en Honduras y la magnitud del daño. 4. Los participantes van a la pulpería o mercado y compran alimentos fortificados para analizar que nutriente tienen y diferenciar entre un alimento fortificado y otro no (harina, azúcar, sal, maseca y otros alimentos) 5. Los participantes en grupos de trabajo valoran y elaboran un reglamento interno para tiendas escolares en donde se tomen en cuenta aspectos de higiene, nutricionales y de costo de los alimentos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAJE	TEMA Y CONTENIDOS	TÉCNICAS Y ACTIVIDADES
<p>Incorporan a la planificación de sus clases la educación al consumidor.</p> <p>Interpretan y aplican con sus alumnos la información del etiquetado nutricional al momento de escoger alimentos para su consumo.</p>	<p>Educación al Consumidor y Etiquetado Nutricional.</p> <p>Características de un buen consumidor</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incorporación de la educación al consumidor como eje transversal. • Etiquetado nutricional. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Lluvia de ideas/Charla ▪ Técnica de observación ▪ Presentación individual <ol style="list-style-type: none"> 1. El facilitador/a brinda el tema preguntando y dando a conocer lo que es un consumidor responsable. 2. Lista con los participantes las características de un buen consumidor. 3. Da a conocer como se define la Educación al Consumidor. 4. Con la ayuda del Decálogo de un “Buen Consumidor” desarrolla su tema ampliando cada uno de los diez puntos que se consideran en el Decálogo. 5. Leen e interpretan los aspectos importantes de la etiqueta de un producto, en el contenido de la guía metodológica. 6. Utilizando productos alimenticios los participantes leen e interpretan los aspectos importantes de la etiqueta de cada producto. 7. Los participantes usando su creatividad, presentan en forma individual el resumen de la interpretación de productos revisados. 8. El facilitador/a presenta un diagrama de un producto para explicar a los participantes el significado de los aspectos importantes de la etiqueta de un producto alimenticio. 9. Los participantes se organizan en grupos y desarrollan la guía de trabajo en relación a incorporar en la planificación de actividades de las clases, acciones de educación al consumidor en forma ordenada y secuencial.



GUIÓN METODOLÓGICO PARA EL DESARROLLO DEL MÓDULO No. 4 DE CAPACITACIÓN SELECCIÓN E HIGIENE DE LOS ALIMENTOS

JORNADA 1 INTRODUCCIÓN AL TALLER

Actividad 1: Inauguración del Taller, bienvenida y presentación de los participantes. Realización del ejercicio “rompe hielo”, para que los participantes se conozcan más. (15 Minutos)

Objetivos:

- Crear un ambiente de confianza y calidez en los participantes
- Establecer vínculos de confianza y compañerismo entre los participantes y facilitadores/as.

Pasos:

1. Las autoridades de la Secretaría de Educación presentes en el taller dan la bienvenida e inauguran el taller.
2. El facilitador o facilitadora del taller promueve una dinámica de presentación para generar un ambiente agradable y de participación del grupo.

*** Los facilitadores/as preparan el material necesario de acuerdo a la dinámica de presentación.

Actividad 2: Exploración de las expectativas del taller. (15 minutos)

Objetivos:

- Apreciar los intereses y motivaciones del personal al participar en este taller.
- Establecer las reglas del juego durante el taller.

Pasos:

1. Cada participante escribe en una tarjeta de cartulina una expectativa que él o ella tiene del taller.
2. Cada participante coloca su tarjeta en el pizarrón.
3. Cuando todos colocan su tarjeta, se invita a tres participantes a que ordenen las expectativas y las lean al resto del grupo.
4. Las expectativas estarán expuestas en el salón durante el taller.
5. Formación de un equipo de disciplina que apoyará en el orden y disciplina del grupo, estableciendo un código de conducta de los participantes durante el taller.
6. Formación de un equipo de participantes que apoyará la elaboración de la ayuda memoria del taller.

Materiales y equipo necesarios:

- Tarjetas de cartulina de diferentes colores.



Actividad 3: Explicación de objetivos y metodología del taller y presentación del programa. (15 Minutos)

Objetivos:

- Socializar los objetivos del taller.
- Socializar la temática a tratar.

Pasos:

1. El director del departamento de Educación Básica explica la necesidad de este taller.
2. Los facilitadores/as del taller presentan el programa, los objetivos, la metodología y reglas de trabajo durante el mismo.
3. Los participantes revisan el programa.
4. Los participantes dan sus observaciones y establecen un diálogo con los facilitadores/as, manifestando sus comentarios y/o dudas y recibiendo las oportunas explicaciones.

Materiales y equipo necesarios:

- Hojitas sobre el programa
- Cartulinas con el programa descrito y pegadas a la pared o en rotafolio.
- Carpetas para los materiales de cada participante.
- Libretas tamaño carta.
- Lápices



JORNADA 2

EVALUACIÓN DE LOS SABERES PREVIOS DE LOS Y LAS DOCENTES DE LOS TEMAS A DESARROLLAR EN EL TALLER.

Actividad 4: Realización de una prueba escrita “Evaluación de Saberes Previos”. (15 minutos)

Objetivos:

- Identificar los saberes previos de los docentes en cuanto a la temática a desarrollar en el taller.
- Validar las necesidades de formación que tienen los docentes en cuanto a contenidos de alimentación y nutrición y a la didáctica para su enseñanza.
- Adaptar los contenidos y profundidad de los temas a desarrollar durante el taller.

Pasos:

1. Explicación de los objetivos del ejercicio.
2. Cada participante contesta de manera individual una guía de preguntas y de ejercicios acerca de la alimentación y nutrición.
Guía No.21.
3. Los facilitadores/as presentan los resultados sobre saberes previos encontrados en la línea base.
4. Las especialistas de nutrición revisan respuestas y evalúan el nivel de conocimientos de los educadores.

Materiales y equipo necesarios:

- Formulario de evaluación inicial de conocimientos.
- Lápices

Actividad 5: Desarrollo de la Temática: Selección, Preparación y Conservación de Alimentos

Objetivos:

1. Identifican las características organolépticas deseables de los alimentos, para su adecuada selección y compra.
2. Aplican los medios de conservación necesarios.
3. Relacionan el valor nutricional de los alimentos al seleccionarlos correctamente.

Pasos:

1. El facilitador/a realiza un sondeo del tema con los participantes.
2. Los participantes agrupan los alimentos en base a su contenido nutritivo.
3. El facilitador/a va retroalimentando en cuanto al valor nutritivo de los alimentos y verifica si han sido agrupados de acuerdo a la forma utilizada en el Rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana”.
4. Realizada la actividad anterior, los participantes utilizando la agrupación de los alimentos, enlistan las características organolépticas deseables, para su adecuada selección y compra.
5. El facilitador/a da a conocer las condiciones correctas de conservación de los alimentos, en base a las respuestas de los participantes y utilizando los grupos de alimentos del Rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana”.
6. Los participantes, de acuerdo a lo que el facilitador/a les solicita, escogen un alimento y preparan una intervención de dos minutos, en donde resaltan las características organolépticas, valor nutritivo y formas de conservarlo.



Materiales y equipo necesarios:

- Alimentos.
- Guía metodológica, Rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana” y otros materiales educativos.
- Papel rotafolio.
- Cartulinas de diferentes colores.
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas - Tijeras. - Imanes - Pegamento. - Masking tape.
- Alimentos en cartulina.
- Data show.
- Computadora.

Actividad 6: Desarrollo de la Temática: Higiene e Inocuidad de los Alimentos (8 Horas)

Objetivos:

- Reconocen la importancia de la higiene de los alimentos como medio para mantener la salud.
- Aplican y transmiten a sus alumnos la importancia del cumplimiento de las normas de higiene.

Pasos:

1. A través de la exploración de conocimientos previos, el facilitador/a dialoga con los participantes sobre aspectos generales de la higiene de los alimentos.
2. El facilitador/a resalta la relación entre higiene y salud y en la importancia de tener buenas prácticas de higiene de alimentos para la prevención de enfermedades.
3. El facilitador/a define lo que es un alimento seguro, mencionando la importancia de la manipulación correcta de los mismos.
4. El facilitador/a solicita a varios participantes (2 ó 3) que realicen el lavado de manos.

5. El facilitador/a y los demás participantes siguen paso a paso a través de la observación, la técnica de lavado de manos utilizada.
6. Registran en guía de observación, marcando con una x todos aquellos pasos que fueron realizados y que corresponden al procedimiento correcto.
7. Luego varios participantes hacen réplica de los pasos demostrados.
8. De la misma forma se realizan otras prácticas de higiene como la prevención de contaminación cruzada, cloración de agua etc.
9. Retroalimentación y discusión en grupo de los procedimientos realizados.
10. Una vez finalizadas las prácticas el facilitador/a hace una explicación sobre las cinco claves para mantener los alimentos seguros y prevenir enfermedades.
11. Los participantes organizados en grupos, elaboran una guía de observación de higiene (personal, ambiental, de utensilios y de alimentos), visitan una comunidad y aplican la guía en varias viviendas.
12. En plenaria presentan el trabajo de campo realizado y sus conclusiones.
13. Los participantes conocen la lámina educativa de higiene y concluyen sobre la forma correcta de introducirla, su uso y el objetivo de colocarla en los puestos de ventas escolares, para que sea conocida por los alumnos, expendedores de tiendas escolares y padres de familia.
14. Los participantes organizados en grupos, analizan el reglamento interno para casetas y/o tiendas escolares, discuten y plantean en plenaria la forma de implementarlo en sus centros básicos.



Materiales y equipo necesarios:

- Alimentos.
- Utensilios como pailas, tazas, cuchillos, cucharas, tabla de picar alimentos.
- Jabón, agua y papel toalla.
- Guía metodológica, Rotafolio “Consejos para una Alimentación. Sana” y otros materiales educativos.
- Papel rotafolio – cartulinas de diferentes colores.
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas - Tijeras. - Imanes - Pegamento. - Masking tape.
- Alimentos en cartulina.
- Data show.
- Computadora.



JORNADA 3 DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: ALIMENTOS FORTIFICADOS.

Actividad 7: Desarrollo de la Temática: Alimentos Fortificados. (8 Horas).

- Alimentos en cartulina.
- Data show.
- Computadora.

Objetivos:

- Reconocen la importancia de promover y consumir alimentos fortificados

Pasos:

1. El facilitador/a hace una presentación en donde define lo que es un alimento fortificado y la razón por la que se fortifican, menciona las razones por las cuales se fortifica desde todo punto de vista.
2. El facilitador/a menciona los nutrientes que se han utilizado para fortificar alimentos en Honduras.
3. El facilitador/a hace relación de las deficiencias nutricionales que se presentan en Honduras, mencionando su magnitud del daño.
4. Resalta la función de cada uno de los nutrientes que se utilizan para fortificar en el país y menciona y muestra los alimentos que han sido fortificados en Honduras.
5. Los participantes se organizan en grupo y elaboran una ficha didáctica por cada uno de los micronutrientes críticos en la dieta de la población hondureña y presentan sus trabajos en plenaria.

Materiales y equipo necesarios:

- Alimentos fortificados.
- Guía metodológica, Rotafolio “Consejos para una Alimentación Sana”.
- Otros materiales educativos.
- Papel rotafolio.
- Cartulinas de diferentes colores.
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas - Tijeras. - Imanes - Pegamento. - Masking tape.



JORNADA 4 DESARROLLO DE LA TEMÁTICA: EDUCACIÓN AL CONSUMIDOR Y ETIQUETADO NUTRICIONAL.

Actividad 8: Desarrollo de la Temática: Educación al Consumidor y Etiquetado Nutricional. (8 Horas)

Objetivos:

- Incorporan a la planificación de sus clases la educación al consumidor.
- Interpretan y aplican con sus alumnos la información nutricional del etiquetado nutricional al momento de escoger alimentos para su consumo.

Pasos:

1. El facilitador/a brinda orientaciones generales a los participantes que organizados en grupos, van a comprar alimentos procesados y empacados, para el posterior desarrollo del tema.
2. El facilitador/a desarrolla el tema preguntando y dando a conocer lo que es un consumidor responsable.
3. Obtiene de los participantes las características de un buen consumidor.
4. Da a conocer como se define la Educación al Consumidor.
5. Con la ayuda del Decálogo de un “Buen Consumidor” desarrolla su tema ampliando cada uno de los diez puntos que se consideran en el decálogo.
6. Los participantes en grupo realizan una lectura dirigida del contenido del tema en la guía metodológica e interpretan los aspectos importantes del etiquetado de un producto.
7. Utilizando los productos alimenticios comprados, los participantes leen e interpretan los aspectos importantes de la etiqueta de cada producto.

8. Los participantes usando su creatividad, presentan en forma individual el resumen de la interpretación de productos revisados.

Materiales y equipo necesarios:

- Alimentos empacados.
- Guía metodológica, y otros materiales educativos.
- Papel rotafolio.
- Cartulinas de diferentes colores
- Marcadores de diferentes colores.
- Revistas - Tijeras. - Imanes - Pegamento. - Masking tape.
- Alimentos en cartulina
- Data show - Computadora



JORNADA 5 EVALUACION DEL APRENDIZAJE Y DEL TALLER

Actividad 9: Evaluación del Aprendizaje de los Participantes. (2 horas)

Objetivos:

- Identificar temas de alimentación y nutrición en los que se ha fortalecido los conocimientos y habilidades de los maestros.
- Determinar los temas que necesitan reforzarse.
- Evaluar la metodología utilizada para el desarrollo de los temas de alimentación y nutrición.
- Validar las inquietudes de los participantes en base a expectativas del taller.

Pasos:

1. Cada participante de manera individual resuelve los aspectos contemplados en los formularios de evaluación sumativa. **Guía No.21.**
2. Los participantes trabajan en grupos y presentan en plenaria una apreciación general del aprendizaje logrado como grupo.
3. Se discute el nivel de aprendizaje alcanzado.
4. Se revisa en plenaria el logro de las expectativas presentadas al inicio del taller.
5. Los participantes usando su creatividad, presentan en forma individual el resumen de la interpretación de productos revisados.

Materiales:

- Formularios de evaluación
- Papel rotafolio
- Marcadores
- Masking tape

Actividad 10: Evaluación cualitativa del taller. (30 minutos)

Objetivos:

- Obtener recomendaciones y apreciaciones para mejorar futuras jornadas de capacitación.

Pasos:

Cada participante resuelve de manera individual, el cuestionario de evaluación del taller. **(Guía No.10).**

Materiales:

- Cuestionario de evaluación

Actividad 11: Clausura del Taller. (10 minutos)



GUÍA DE TRABAJO No. 21

GUÍA DE EXPLORACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN MÓDULO No. 4

Se le ha proporcionado este cuestionario con la finalidad de conocer en conjunto, las necesidades de formación en alimentación y nutrición de los participantes. Por favor conteste en base a su experiencia y saberes previos los siguientes aspectos que se le plantean:

1. Son claves para mantener la inocuidad de los alimentos:
 - b. Separar los alimentos crudos y cocinados.
 - c. Cocinar completamente los alimentos.
 - d. Agregar limón a los alimentos.
 - e. a y b son correctas.
2. Cuando selecciona frutas y verduras para el consumo debe tomar en cuenta:
 - a. Que no presenten magulladuras, rasgaduras ni picaduras de insectos.
 - b. Estén limpias, sin rastros de tierra ni otros elementos como pintura u olor a insecticida.
 - c. Que los tallos u hojas no están marchitas o resacas
 - d. Todas las anteriores son correctas.
3. ¿Porqué es importante leer las etiquetas de los alimentos?
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
 - d. _____
4. Enumere 5 hábitos de higiene que usted practica cuando prepara alimentos:
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____
 - d. _____
 - e. _____
5. ¿Qué son alimentos fortificados?



XI. EVALUACIÓN

El plan de capacitación de los docentes para la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas primarias de Honduras contempla un componente de monitoreo, supervisión y evaluación, que permitirá medir los logros alcanzados tanto en lo que se refiere al proceso como al impacto del plan y además permitirá que se realice la oportuna retroalimentación y sistematización de la estrategia.

A. EVALUACIÓN DEL PROCESO

Esta se medirá a través del desempeño de los y las docentes participantes en el programa de capacitación en alimentación y nutrición y contemplará esencialmente dos perspectivas:

- Desempeño en los eventos de capacitación y
- Evolución del desempeño a lo largo del proyecto.

La evaluación del desempeño de los y las docentes participantes se hará con base en el reporte escrito que ellos presenten y entreguen como resultado de su trabajo de innovación e investigación, dentro de los parámetros de monitoreo, supervisión y retroalimentación que se definan.

El programa de capacitación se evaluará a través de cómo los docentes logren articular y aplicar las herramientas ofrecidas en el taller en su quehacer docente y en la articulación escuela-comunidad.

RESULTADOS ESPERADOS:

1. Se ha utilizado el material educativo para fortalecer el proceso de enseñanza-aprendizaje de los bloques de la asignatura de Ciencias Naturales y otras relacionadas.
2. Los alumnos han desarrollado actividades educativas enfocadas a la alimentación, nutrición y seguridad alimentaria.

3. Se ha mejorado el tipo y calidad de los alimentos en tiendas escolares y sus alrededores.
5. Los centros educativos han manejado adecuadamente los huertos escolares y se han utilizado como un recurso didáctico en el proceso de enseñanza aprendizaje.
6. Los docentes y alumnos han logrado articular actividades de alimentación y nutrición y seguridad alimentaria, con los padres de familia y con la comunidad en general.
7. Los centros educativos y la comunidad organizada, han planificado y realizado actividades de alimentación y nutrición y seguridad alimentaria de beneficio común.
8. Se han fortalecido los dominios y competencias pedagógicas de los docentes, para el desarrollo del proceso de aprendizaje en cuanto a alimentación, nutrición y seguridad alimentaria.
9. Para verificar los resultados esperados se harán visitas de seguimiento y monitoreo a los centros educativos, donde se supervisarán y retroalimentarán todos estos aspectos a través de la siguiente guía de chequeo:



SEGUIMIENTO Y MONITOREO DE LA APLICACIÓN DE LA GUÍA METODOLÓGICA Y MATERIAL DE APOYO EDUCATIVO PARA LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN EN LAS ESCUELAS PRIMARIAS DE HONDURAS

GUIA DE CHEQUEO Observación directa y preguntas

ACTIVIDAD	HALLAZGOS
CON LOS DISTRITALES	
1. ¿El material educativo está visible en las oficinas distritales o municipales?	
2. ¿La oficina distrital conoce el proceso y lo ha difundido o promovido con los supervisores municipales y otros centros educativos?	
3. ¿Que compromisos ha adquirido con los centros educativos participantes para dar seguimiento a las actividades de implementación?	
CON EL DIRECTOR	
1. ¿Giró instrucciones o conversó con los docentes sobre cómo planificar los contenidos de la guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje?	
2. ¿Ha revisado la planificación docente?	
3. ¿Que instrucciones ha girado a los encargados de la caseta escolar sobre los productos a ofrecer y el aseo de la misma?	
4. ¿Que compromisos y proyectos de expansión tiene para la sostenibilidad del proceso?	



ACTIVIDAD	HALLAZGOS
5. Informó a los padres/madres de familia sobre el proyecto de EAN que se implementa en su centro educativo.	
CON LOS MAESTROS	
1. ¿Han aplicado los contenidos de la guía metodológica y los materiales educativos en cada grado?	
2. ¿Han tenido dificultad en la aplicación de la guía metodológica y los materiales educativos?	
3. ¿Los materiales educativos se encuentran en las aulas, en lugares visibles, en la dirección de la escuela, aulas o en la bodega?	
4. ¿Ha recibido orientación o instrucciones por parte de la Dirección sobre el uso del material educativo y la guía metodológica?	
5. Comprobar existencia de huerto y disponibilidad de los maestros de recibir capacitación	
6. Concertar fechas para capacitación en huertos escolares (taller de dos días de duración)	
7. ¿Que observaciones o recomendaciones propone para desarrollar la guía metodológica y los materiales de apoyo de la mejor manera?	
8. ¿Que cambios positivos ha observado en sus alumnos/as, padres/madres de familia y encargados de caseta escolar con la enseñanza de la nutrición?	



ACTIVIDAD	HALLAZGOS
<p>CON LOS ALUMNOS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Con los alumnos de tercer grado en adelante. ¿Conoce la historieta nuestros amigos los alimentos. ¿Que historia recuerda? 2. ¿Ha utilizado su maestro el rotafolio o láminas para la enseñanza de la alimentación y nutrición? 3. Revisar el cuaderno del área de Ciencias Naturales para obtener evidencias. 	
<p>CON LOS PADRES DE FAMILIA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Está organizada la sociedad de padres y madres de familia? ¿Es del año anterior o del año actual? 2. ¿Que actividades están dispuestos a apoyar en beneficio de la alimentación y nutrición de los alumnos y la familia? 3. Disponibilidad de los padres de familia de involucrarse en la implementación de huertos escolares y familiares; para lo que se requiere su participación en un taller de dos días de duración (Concertar fecha de taller) 	
<p>EN LA CASETA ESCOLAR</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Verificar si hay: <ol style="list-style-type: none"> a) Carteles visibles b) Higiene en la manipulación de alimentos c) Productos nutritivos d) Higiene personal 	



B. EVALUACIÓN DEL IMPACTO

Esta evaluación corresponderá al logro del objetivo final que es “Fortalecer los dominios y competencias de los docentes en la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas primarias generando procesos educativos dentro de las áreas que comprende el DCNEB.”; el que será medido a través de una investigación de Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP).

Con el objetivo de sistematizar el proceso de capacitación de los docentes, se deberá hacer un informe de cada uno de los seminarios talleres realizados, detallando las actividades realizadas en cada uno de los temas, las guías de trabajo realizadas, la evaluación inicial y final de conocimientos de los participantes; la evaluación del seminario por parte de los participantes y el listado de participantes.



XII. BIBLIOGRAFÍA

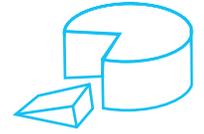
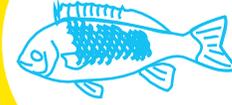
1. CONSANI Consultores en Seguridad Alimentaria Nutricional Integral S. De R. L de C. V. INFORME Fase de Diagnóstico Proyecto Educación Alimentaria y Nutricional en las Escuelas Primarias de Honduras FAO TCP/HON/3101 Responsable Eva Margarita Cervantes S. Abril, 2008.
2. INCAP/OPS. CADENA: Contenidos Actualizados de Nutrición y Alimentación. 2ª edición. Publicación INCAP MDE/152. Guatemala, 2004.
3. FAO. Guía de Nutrición de la Familia. Ann Burgess, Consultora de la FAO, Peter Glasauer, Dirección de Nutrición y Protección del Consumidor, FAO, 2006.
4. FAO Proyecto TCP/HON/3101 (t) Nota técnica: Didáctica de la Nutrición. Alicia Navarro. Consultora Internacional de FAO. Septiembre 2007.
5. Ministerio de Educación de El Salvador. Proyecto “Apoyo al desarrollo curricular de la educación básica para mejorar la educación en nutrición y seguridad alimentaria”, 2009.
6. República de Honduras. Secretaría de Educación. Subsecretaría Técnico Pedagógica. Diseño Curricular Nacional para la Educación Básica.
7. República de Honduras. Secretaría de Educación/FAO. Análisis de los contenidos de alimentación y nutrición en el diseño curricular nacional de la educación básica, Marzo 2008.
8. República de Honduras. Secretaría de Educación / FAO, Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición. Área de Ciencias Naturales. Tegucigalpa, Honduras, 2010.



XIII. ACRÓNIMOS

DCNEB:	Diseño Curricular Nacional para la Educación Básica.
FAO:	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.
PEC:	Proyecto Educativo de Centro.
POA:	Plan Operativo Anual.
SAN:	Seguridad Alimentaria Nutricional.
CCNN:	Ciencias Naturales.
EAN:	Educación Alimentaria Nutricional.
CAP:	Conocimientos, Actitudes y Prácticas.
USA:	Estados Unidos de América.
INCAP:	Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá.
CONSANI:	Consultores en Seguridad Alimentaria Integral.





PLAN de CAPACITACIÓN

para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición
dirigido a docentes de primero y segundo ciclo



Canadian International
Development Agency

Agence canadienne de
développement international

Canada

