



ANEXOS

# INSTRUCTIVO PARA EL USO DEL MATERIAL EDUCATIVO EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Las ayudas didácticas visuales son recursos que se emplean en la exposición oral para expresar “visualmente” un concepto o una idea y sirven para estimular la imaginación de los oyentes o para poner de relieve una idea básica en el desarrollo de un tema. Está comprobado que las ayudas didácticas visuales son mensajes sintéticos que hablan a los ojos y son más eficaces que las palabras.

Estas ayudas didácticas visuales pueden ser: el pizarrón, los rotafolios, las historietas, el retroproyector, las diapositivas, las películas, los mapas, los diagramas, los planos, los dibujos y hasta las maquetas reducidas a escala. Sirven de complemento a las formas verbales y contribuyen a presentar el tema en forma más clara y más convincente.

## ROTAFOLIO

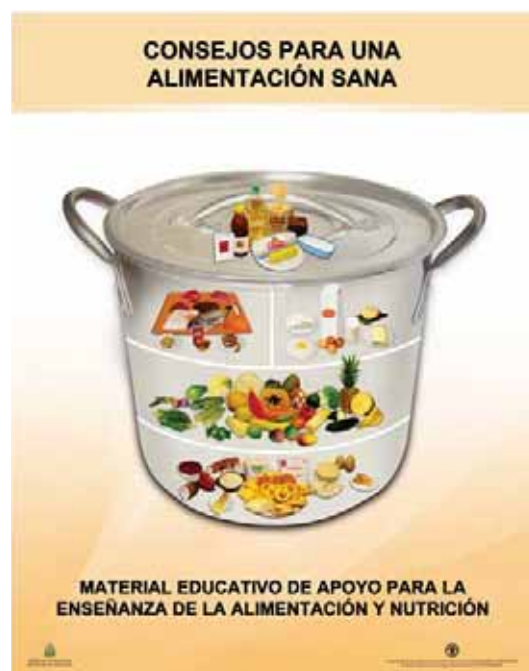
El rotafolio, está formado por blocks de papel del tamaño de los periódicos grandes, y se usa sobre un caballete. Existen rotafolios cuyas hojas o láminas cuentan ya, con textos, gráficos y dibujos confeccionados en una imprenta y a todo color.

### Reglas generales para uso del rotafolio:

- El docente o facilitador deberá leer el contenido del rotafolio y familiarizarse con su contenido antes de usarlo.
- Planificar bien la actividad para poder optimizar el tiempo y hacer un uso adecuado del mismo
- Ubicarse y colocar el rotafolio de forma que todos y todas puedan ver las ilustraciones fotografías fácilmente.
- Comenzar la actividad sondeando que tanto saben o conocen los niños y las niñas sobre el tema.

El rotafolio “**Consejos para una Alimentación Sana**” es un juego de seis láminas de grupos de alimentos, con mensajes educativos 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.



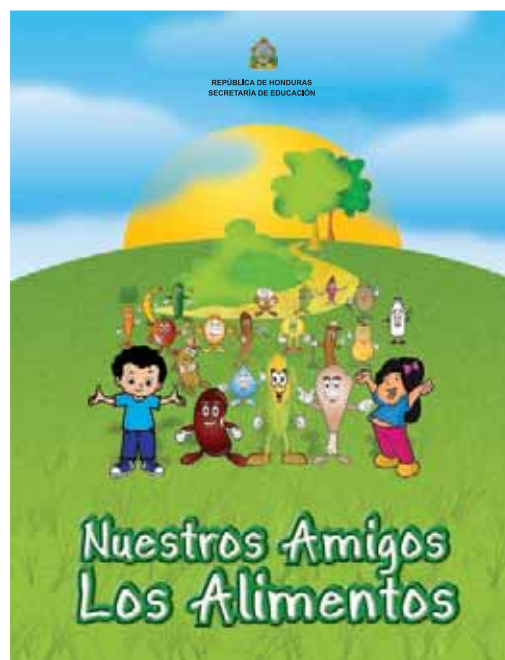
## Uso del Rotafolio “Consejos para una alimentación sana”.

1. El rotafolio es una ayuda didáctica que le permite al docente contar con apoyo 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 DCNB.
2. El rotafolio “Consejos para una alimentación sana” debe ser usado en forma sistemática, secuencial, lámina por lámina, iniciando el uso de las láminas de la siguiente forma:
  - I. “Raíces, tubérculos, granos y derivados.”
  - II. “Verduras y frutas”
  - III. “Lácteos y huevos”
  - IV. “Carnes, pescado y mariscos”
  - V. “Grasas y azúcares”
  - VI. “Alimentos fortificados”
  - VII. “La olla completa”
3. Cada lámina educativa con que cuenta el rotafolio debe de ser utilizada todas las veces que sea necesario para afianzar el conocimiento de los niños con referencia a los alimentos del grupo y debe de dársele el tiempo necesario para que ellos se familiaricen con las fotografías de alimentos y mensajes educativos.
4. Al llevar la secuencia sugerida de las láminas del rotafolio, a los niños se les facilitará al final del proceso, englobar el contenido o mensajes educativos de las mismas.
5. Utilizar las láminas educativas “**Consejos para una alimentación Sana**” de todas las formas sugeridas en la guía metodológica.
6. Para que se familiaricen con los grupos de alimentos, es útil, dejar expuestas las láminas educativas por el tiempo que tome desarrollar el tema y relacionarlo con las otras asignaturas.
7. La lámina “Alimentos Fortificados” debe utilizarse una vez que los niños y niñas se hayan familiarizado con todos los grupos de alimentos y tengan una visión completa del mensaje educativo de todas las láminas. El concepto de **Alimento Fortificado** debe de ser introducido en el niño como un tema nuevo y luego la relación con el valor nutritivo del resto de grupos de alimentos.
8. Todo el juego de láminas podrá ser utilizado para evaluar los temas de alimentación y nutrición de la manera que se sugiere en la guía metodológica u otras que el maestro considere.

## HISTORIETA

La Historieta “**Nuestros Amigos los Alimentos**” es un folleto de 16 páginas donde los alimentos le cuentan o narran al niño:

- Su nombre
- Su origen
- Su valor nutritivo
- El beneficio para su organismo cuando consume una variedad de ellos.
- Mantenerse activo a través de la realización de actividad física.
- Preparar y consumir alimentos higiénicamente elaborados.



## Uso de la Historieta “Nuestros Amigos los Alimentos”

1. Al inicio la historieta requiere de una lectura secuencial, y debe de planificarse con antelación a su uso; solo la portada da lugar a una clase para hablarles a los niños de manera general, de la importancia de los alimentos y motivarlos a la lectura del resto del contenido de la misma.
2. No se debe hacer uso de la historieta completa en una sola clase y no se debe avanzar a las otras páginas mientras no esté seguro el maestro que los alumnos tiene la explicación pertinente al significado de las palabras y conceptos nuevos; hayan analizado, interpretado y comprendido lo expresado en la historieta.
3. Al finalizar la lectura de las páginas escogidas para esa clase o de la historieta completa y se hayan realizado los comentarios, agregados por parte del alumno y las explicaciones y aclaraciones por el maestro, puede hacer uso de la historieta o de otras que nazcan de la creatividad del niño (a) para realizar dramatizaciones, elaboración de otras historietas cortas, composiciones, ilustraciones con mensajes, canciones, participación de los niños en escuela para padres, leyendo la historieta y explicando su contenido y todas las otras sugeridas en la guía metodológica para primer y segundo ciclo de la educación básica.
4. Utilizar la historieta no solo en los temas de CCNN sino que relacionarla con otras áreas (Comunicación, Estudios Sociales, Educación Física, y otras)

## LÁMINA O CARTEL EDUCATIVO

La Lámina educativa sobre higiene “Este Local protege tu Salud” tiene como objetivo fortalecer los conocimientos, las actitudes y las prácticas que en higiene tienen en primer lugar los propietarios de las tiendas o casetas escolares, y que a través del desarrollo de actitudes positivas sobre higiene, alimentación y salud sean los usuarios principales los niños y las niñas, los que demanden alimentos nutritivos e higiénicamente preparados.

La lámina o cartel educativo tiene tres 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. Nos cubrimos el pelo y usamos delantal limpio.
4. Mantenemos nuestro local limpio, libre de insectos y roedores y la basura está en su lugar.
5. Utilizamos agua clorada.



### Uso de la lámina educativa sobre higiene “Este Local Protege tu Salud”

- Planifique el tema y el uso de la lámina por mensaje educativo; no es conveniente desarrollar los cinco mensajes de una sola vez.

- Aunque la lámina ha sido elaborada principalmente para las pulperías o casetas escolares es necesario que antes de colocarla en estos locales, haya sido conocida y aplicada por los alumnos en forma completa.
- Cada uno de los mensajes le permite desarrollarlo con diversas técnicas didácticas, unos en forma práctica, haciendo uso de la técnica de la demostración (lavado de manos, clorar agua) y otros relacionándolos con el desarrollo de temas en otras áreas.
- El maestro puede planificar una clase por mensaje educativo y utilizar la lámina, cubriendo lo que no aplica en ese momento.
- Es conveniente que la lámina, una vez utilizada completamente, se deje expuesta un tiempo en el aula para que los alumnos se familiaricen con ella.



## Maestros que participaron en la revisión de la guía

César Díaz Ramos	CEB 15 de Septiembre. San Miguelito, Intibucá
Isidro Ramos	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Ana Juventina Argueta	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Gladis Yolanda Guzmán	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Olga Patricia Nolasco	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Olga Suyapa Mendoza	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Oneida Zulema Mayorga	CEB 15 Alvaro Contreras. Llano Grande, Intibucá
Pedro Rigoberto Sánchez	CEB 15 de Septiembre. San Miguelito, Intibucá
Oscar Danilo Gómez	CEB 15 de Septiembre. San Miguelito, Intibucá
Evangelia Zúniga	CEB 15 de Septiembre. San Miguelito, Intibucá
Daysi Elizabeth Ramos	Jardín de Niños Rayo de Luz. San Miguelito, Intibucá
Omar Álvarez	Escuela Manuel Bonilla. Coraicito, San José, Choluteca
José Arnulfo Cárdenas	Dirección Distrital. San José, Choluteca
Lilian Griselda Fuentes Reyes	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Nelys Elizabeth Funes	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Azucena Canales Motiño	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Anita Canales Canales	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Josefina Espinal Pavón	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Delmi Yamilet Canales	CEB José Trinidad Reyes. San Isidro, Choluteca
Xiomara Baiza Saucedo	Dirección Distrital. San Isidro, Choluteca
Erix Pavón Meraz	Escuela Juan Lindo. San Isidro, Choluteca
Louredes Santos H.	Escuela Juan Lindo. San Isidro, Choluteca
Karen Olfania Pavón	Escuela Juan Lindo. San Isidro, Choluteca
Manuel Elías Ramírez	Escuela Manuel Bonilla. Coraicito, San José, Choluteca



REPÚBLICA DE HONDURAS  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

# GUIA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Tegucigalpa - Honduras

