

SEP

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



TECNOLÓGICO NACIONAL DE MÉXICO
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE LA SIERRA NEGRA DE AJALPAN



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
GOBIERNO DE PROGRESO



REVISTA DE INVESTIGACIÓN VOL.9 SEPTIEMBRE -OCTUBRE ISSN2448-9131

INCAING

INVESTIGACIÓN Y CIENCIA APLICADA A LA INGENIERÍA

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN



Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior, A.C.



CERTIFIED



CERTIFIED



CERTIFIED

INCAING

INVESTIGACIÓN Y CIENCIA APLICADA A LA INGENIERÍA

DIRECTORIO

Mtro. Manuel Quintero Quintero

Director General Tecnológico Nacional de México

Dra. Yésica Imelda Saavedra Benítez

Directora de Posgrado, Investigación e Innovación del
Tecnológico Nacional de México

Mtra. Patricia Vázquez del Mercado

Secretaria de Educación del Gobierno del Estado de Puebla.

Lic. Ignacio Alvizar Linares

Subsecretario de Educación Superior de la SEP Estatal

MC. Manuel Chávez Sáenz

Director de Tecnológicos Descentralizados.

Ing. Félix Salvador López

Director General del Instituto Tecnológico Superior de la
Sierra Negra de Ajalpan

CONSEJO EDITORIAL UPAEP Campus Tehuacán

Dr. Víctor Hugo Castro Trinidad
Director General

Grupo de investigación UPAEP Campus Tehuacán

Dr. Néstor Pascual Tenorio Carreón

Director Académico del campus y asesor de tesis y
proyectos.

Dr. Fausto de Jesús Morfín Herrera

Docente investigador y asesor de tesis y proyectos.

Mtro. Gerardo Sánchez Luna

Docente investigador y asesor de tesis y proyectos.

Mtra. Lourdes Gloria Centeno Llanos

Coordinadora Académica de la Maestría en Educación y
asesora de tesis y proyectos.

Mtra. María de los Ángeles Pacheco Aguilar

Coordinadora Académica de maestría.

Mtro. Raúl Octavio Loza González

Coordinador Académico de licenciaturas y maestrías

María de Lourdes González Romero

Coordinadora Académica de licenciaturas y maestrías.

Mtra. Esperanza Julia Villagómez Hernández

Coordinadora Académica de licenciatura.

CONSEJO EDITORIAL DEL ITSSNA

Lic. Celso David Trujillo García

Encargado de la Subdirección Académica

Ing. Socorro Ginez Trejo

Subdirectora de Planeación y Vinculación

L.C. Yasmín Monge Olivarez

Encargada de la Jefatura del depto. de Servicios Administrativos

Mtro. Manuel Aguilar Cisneros

Jefe de División de Ingeniería Industrial

Mtra. Gabriela Selene Martínez Ruíz

Jefa de División de Ingeniería en Administración

Mtro. Víctor Cesar Olguín Zarate

Encargado de la División de Ingeniería en Sistemas
Computacionales

Ing. René Valerio López

Jefe de División de Ingeniería Electromecánica

Editores Responsables

Ing. Socorro Maceda Dolores

Mtro. Luis Antonio Pereda Jiménez

IBQ. Sandra Melina Rodríguez Valdez

Coordinador de investigación

Mtro. José Antonio Morales Flores

Diseño web

MTI. José Arturo Bustamante Lazcano

Jurídico

Lic. Pedro Molotl Temaxte

INCAING, No. 9; septiembre-octubre 2018 es una publicación bimestral editada por el Instituto Tecnológico Superior de la Sierra Negra de Ajalpan, Puebla. Rafael Ávila Camacho Oriente 3509 Col. Barrio La Fátima, C.P. 75790, Ajalpan, Puebla, México. Tel. 012363812161 www.itssna.edu.mx, revistaitssna@gmail.com. Editor Responsable: Socorro Maceda Dolores; Reservas de Derechos al uso exclusivo 04-2017-061318413100-102, 04-2017-060913275700-203 vía red de computo, ISSN 2448 9131, otorgado por el Instituto Nacional de Derecho de Autor. Impresa por Instituto Tecnológico Superior de la Sierra Negra de Ajalpan.

Este número se terminó de imprimir el 7 de noviembre de 2018 con un tiraje de 100 ejemplares. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del instituto Tecnológico Superior de la Sierra Negra de Ajalpan. Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización del Instituto Tecnológico Superior de la Sierra Negra de Ajalpan.

Mensaje Editorial

Dar respuesta desde la docencia a los entornos sociales que se presentan cada vez más disruptivos, requiere que las personas estén capacitadas no solo en conocimientos técnicos, sino también en el desarrollo de estrategias que atiendan las necesidades educativas en contextos formales y no formales.

Entendiendo que el desarrollo de estas estrategias debe estar sustentado con el estudio serio, a partir de un análisis y reflexión crítica de las circunstancias que le anteceden, para entender la necesidad educativa en su cabal dimensión y solo así hacer propuestas de intervención con verdadero sentido social.

Los proyectos que aquí se presentan, están sustentados con ese estudio formal, que dio paso al desarrollo de una metodología de trabajo estructurada teniendo como base los principios teóricos educativos, y que permitieron llegar a una aplicación exitosa de cada una de las propuestas, sobre todo, nunca pierden de vista su valor esencial que es tener como centro a las personas.

En este sentido de responsabilidad social docente, se atiende de manera puntual el acompañamiento con un asesor metodológico y de contenido para asegurarse desde su concepción hasta su evaluación, la propuesta de intervención educativa no pierda su rumbo y se centre en lograr los objetivos planteados desde el inicio.

Las propuestas se aplican en contextos urbanos y rurales, en los diferentes niveles educativos que conforman a nuestro sistema educativo mexicano, y se enfocan en los diferentes actores educativos: directivos, docentes, administrativos, estudiantes, padres de familia, sociedad en general.

Estas necesidades educativas detectadas, son atendidas de manera profesional por docentes estudiantes de la Maestría en Educación de la UPAEP campus Tehuacán, atendiendo a sus actividades sustantivas como universidad, de esta manera se da respuesta al tema de la docencia, investigación y vinculación.

Mtra. Lourdes Gloria Centeno Llanos

Coordinadora Académica del Posgrado en Educación



ÍNDICE

LAS ARTES COMO ELEMENTO DEL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL.....1

Victor Hugo García Landero, Abigail Garrido Hernández, María del Carmen Pablo Castillo

MANUAL DE ESTRATEGIAS PARA TOEFL ITP EN UNIVERSIDAD DEL VALLE DE PUEBLA.....9

Edith Arizmendi Rosales, Guadalupe Olmos Ramírez

LAS HERRAMIENTAS DIGITALES DIDÁCTICAS COMO POTENCIADORAS EN EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.....15

Lucero Cadena Alameda, Oralía Rúela de Fermín, Feliciano Aguilar Rojas

LA ESCUELA COMO ESPACIO EDUCATIVO PARA FOMENTAR LA CULTURA AMBIENTAL Y CUIDADO PERSONAL.....23

Mirian Guadalupe Rivera Hernández, Anahí Martínez Flores, Rocío Paulina López Sánchez

DISEÑO DE MATERIA COCURRENTE SOBRE AFECTIVIDAD PARA ALUMNOS DE PRIMER SEMESTRE DE BACHILLERATO.....31

Rocío Contreras Sánchez

PROPUESTA DE UN PROGRAMA NUTRICIONAL PARA ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR QUE CONTRIBUYA A SU DESEMPEÑO ACADÉMICO.....38

María Fernanda Lezama Villanueva

EL MÓVIL DE LAS CIENCIAS: FORMANDO MENTES CURIOSAS.....48

Aquino Cruz Jessica Jazmín, Córdova Olmos Daniela, Cruz Vargas Jesús, García Nájera Areli, Méndez Hernández Adriana

VALORARTE.....56

Olga Rosana Balderas García, Carmen Martínez Amayo

JUEGO, CONVIVO Y ME DIVIERTO.....65

Lic. María Magdalena Paniagua Flora, L.E.F. Paola Rivera López y Lic. María Concepción Romero Salomé

LAS ARTES COMO ELEMENTO DEL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL

Víctor Hugo García Landero, Abigail Garrido Hernández, María del Carmen Pablo Castillo
victorhugo.garcia@upaep.edu.mx, abigail.garrido@upaep.edu.mx, mariadelcarmenpablocastillo@gmail.com

RESUMEN

Para el campo laboral, es preponderante la creatividad como herramienta para resolver problemas, las Artes dentro de la educación, representan un medio para desarrollarla, además del impacto que tiene en la amplitud del ámbito personal y social (SEP, Aprendizajes Clave para la Educación Integral, 2017). En educación telesecundaria se tiene el problema de que la educación artística se considera como una actividad meramente recreativa, con esta concepción se resta el verdadero sentido de esta asignatura, perdiendo de vista que las Artes son un elemento esencial de la formación integral de los estudiantes, al no trabajar con ella apropiadamente, se descuida la parte artística y creativa que deben desarrollar (SEP, Aprendizajes Clave Para la Educación Integral. Artes. Educación Secundaria, 2017). Por este motivo, se diseñó un curso-taller que permitiera dar a conocer la importancia de esta disciplina y otorgar a los docentes herramientas y estrategias didácticas, que les permitan desarrollar las posibilidades que tienen los estudiantes de conocer su lado sensible, humano y creativo, para expresar, manipular, ejecutar crear, imaginar e innovar. Durante el curso los docentes aprendieron nuevas estrategias didácticas que les permitieron impartir Artes en las cuatro áreas que la conforman, acordes con los aprendizajes esperados del Nuevo Modelo Educativo 2017, con el objetivo de que fueran vigentes en su campo laboral. Después de su diseño y aplicación se concluye que el tiempo fue un factor que dificultó el desarrollo de las actividades, hace falta prolongar el mismo para cada una de las sesiones y extender el curso taller a un período más amplio, sin embargo; se observó que cuando se trabajan este tipo de talleres con maestros los principales beneficiados son los estudiantes; una vez que los profesores adquieren conocimiento sobre cómo impartir la asignatura, trasladan esos aprendizajes al aula.

PALABRAS CLAVE: Artes, creatividad, habilidades del pensamiento, desarrollo personal, desarrollo social.

INTRODUCCIÓN

En la modalidad de Telesecundaria los docentes imparten todas las asignaturas, por lo que dan más prioridad a aquellas concernientes al campo de formación académica, dejando de lado las áreas de desarrollo personal y social, especialmente el área de Artes. He aquí la importancia de llevar a cabo un proyecto que permitiera ponderar esta disciplina como un elemento que contribuye a la formación integral de los escolares. Este trabajo permitió vislumbrar la importancia de las Artes abordando las cuatro áreas que la constituyen: Danza, Teatro, Artes Visuales y Música, y la forma en cómo éstas a través de diversas actividades brindan la posibilidad al docente de comprender el valor sustancial que amalgama dicha disciplina. Para efectuar el trabajo, fue necesario elaborar un diagnóstico para conocer la importancia que los docentes le dan a la asignatura de Artes, posteriormente se recopiló un conjunto de estrategias didácticas en una guía que facilitó el proceso de dicha

propuesta, además del diseño e implementación del curso-taller con docentes de la modalidad de telesecundaria. Sin embargo, fue necesario evaluar la conveniencia del mismo, pues a partir de ello se valoró realmente el impacto que tuvo además de los alcances que puede llegar a tener. La metodología empleada siguió el enfoque de investigación-acción, pues a través de la justificación se valoró qué tan conveniente era desarrollar dicho proyecto considerando los alcances y limitaciones del mismo. Además de concebir que fue aplicado a una población de maestros que trabajan en la Sierra Negra de Tehuacán, que de los 87 docentes que conforman la plantilla de la Zona Escolar 038 de Telesecundarias Federales se tomó una muestra de 20 y a través de una encuesta realizada a dichos profesores al inicio del proyecto, se reafirmó que Artes era la asignatura menos importante para ellos. Siendo en este punto donde tomó relevancia el diseño del curso-taller, pues a través del mismo los profesores con diversas actividades enfocadas a Música, Teatro, Danza y Artes Visuales, incrementaron el aprecio por esta área. Una encuesta aplicada al final del proyecto dejó ver que las Artes son un elemento significativo en la labor docente. Los resultados se representan en dos gráficas donde se aprecia la importancia otorgada a las disciplinas que se abordan en Telesecundaria tanto al inicio como al final de la aplicación de la propuesta vislumbrando un avance real de lo que se pretendió con este proyecto. En las conclusiones se abordan los resultados generales de dicho estudio y se presentan algunas recomendaciones que pueden ser la base de estudios posteriores.

IMPORTANCIA DE LAS ARTES EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DEL ESTUDIANTE

Con relación al currículum escolar, el niño observa e infiere, por las decisiones de sus profesores, cuáles son las asignaturas prioritarias por la forma en que los maestros hablan de ellas. En el caso de la enseñanza de Artes, esta se encuentra influida por una política cultural que otorga escaso valor al Arte en los procesos educacionales y además se encuentra inmersa en creencias y valores que no favorecen el desarrollo de un currículum apropiado para la educación artística en la escuela.

Por ejemplo en la modalidad de Telesecundaria los docentes imparten todas las asignaturas, sin embargo, algunas tienen prioridad sobre otras, especialmente las concernientes a los campos de formación académica: Lenguaje y comunicación, Pensamiento matemático, Exploración y comprensión del mundo natural y social, dejando de lado aquellas que determinan el desarrollo personal y social, especialmente Artes; pues el tiempo destinado para la asignatura es de dos horas y varios profesores carecen del conocimiento del enfoque, función y didáctica de la misma. Sin embargo; brinda las oportunidades para que los educandos experimenten y conozcan sus habilidades en las diferentes áreas que la conforman.

Son muchos los beneficios que nos aporta la asignatura de Artes en educación básica ayudan a desarrollar un gran número de habilidades, una de ellas y muy importante es la creatividad (Calero, 2012). Hablando de creatividad no sólo de producciones artísticas sino en términos generales como aquella habilidad que tienen las personas para combinar de manera innovadora elementos que permitan generar productos originales. “Hay que convencer al máximo de personas posibles que las prácticas de expresión plástica no entretienen al alumnado, sino, que enriquecen los contenidos de las necesidades humanas. No decoran, sino que construyen conceptos.”

(Macián, 2017, pág. 72). En gran medida la razón que justifica el hecho de que los docentes dediquen poco tiempo a la enseñanza de la asignatura de Artes, tiene que ver con la poca formación e información que se recibe sobre este campo y su didáctica.

Ahora bien, ¿qué pasaría si se capacita a docentes en el dominio de estrategias didácticas de Artes para desarrollar el gusto, curiosidad, interés y creatividad de los estudiantes?, ¿si se les proporcionan herramientas para abordar la asignatura al interior de las instituciones?; se convertirá ahora en un campo que se trabaje de manera equilibrada que el resto de las asignaturas, pero con el propósito de desarrollar en los estudiantes las habilidades que traen consigo las Artes.

HABILIDADES QUE SE DESARROLLAN CON LAS ARTES

En el último siglo, gracias a las investigaciones realizadas sobre la Educación Artística y su impacto en los estudiantes, se ha encontrado que otorga grandes beneficios en el desarrollo cognitivo, procedimental y actitudinal, por esta razón son más los países que deciden incorporarla dentro del mapa curricular obligatorio y ya no es considerada como una asignatura de relleno; dado que “las artes favorecen en los educandos una visión creadora y abierta que los motiva a participar de manera activa en el mundo en el que interactúan y conviven; de manera particular, consideran que se favorecen procesos cognitivos, como la memoria, la concentración, la atención y la creatividad, entre otros” (SEP, 2011, pág. 34). En la parte cognitiva, existen estudios que demuestran cómo la Educación Artística favorece en niños y jóvenes un desarrollo en los procesos cognitivos, siendo en algunos países, esta asignatura obligatoria hasta los 15 años de edad. “La educación artística, al desarrollar en el ser humano la sensibilidad, la experiencia estética, el pensamiento creativo y la expresión simbólica...contribuye con los individuos para que se relacionen con la sociedad” (Núñez & Castro, 2016, pág. 158).

CREATIVIDAD

Cuando hablamos de creatividad debemos tomar en cuenta otras vertientes, por ejemplo; el producto; para que un producto se considere creativo debe cumplir con ciertas características, entre ellas; que debe ser novedoso, original y sobre todo útil. Además, resulta importante hablar de las personas creativas, estudios comprueban que las personas creativas presentan características que se convierten en modos de vivir, de acuerdo con Barriga Monroy (2011), una persona creativa es aquella cuyo trabajo no sólo es nuevo, sino que manifiesta una habilidad especial, una tensión, una energía mental, un talento o un genio. Una persona creativa es capaz de adaptarse y prosperar en las circunstancias cambiantes, de tal forma que la creatividad es un regalo de la evolución. Mucho se ha hablado sobre la relación que existe entre la inteligencia y la creatividad, de acuerdo con estudios científicos; se comprobó que sí se requiere un nivel de coeficiente intelectual mínimo para poder desarrollar la creatividad, sobre todo, un dominio de conceptos y técnicas del campo en el que se deseé crear un producto creativo.

Para que las personas puedan desarrollar la creatividad, se requiere de actitudes favorables hacia la misma, además de un clima adecuado, libre de barreras de tal forma que la persona pueda tener acceso a la gran cantidad de información que tiene almacenada en el cerebro; estudios demuestran que toda persona puede desarrollar la creatividad con persistencia, esfuerzo, experiencia y tiempo.

DIDÁCTICA DE LAS ARTES

La didáctica de las artes contiene los siguientes elementos:

- **Lectura de imágenes.** El Arte representa un medio para que los alumnos conozcan su pasado; las imágenes y en especial las obras artísticas de siglos pasados, son un reflejo de la sociedad en determinada época, de los valores y de las costumbres que permeaban entre la gente. Además, no sólo deben servir para el conocimiento de su propia cultura, por el contrario; también la lectura de imágenes es una oportunidad para conocer otras culturas (Souza, 2005).
- **Propuesta triangular.** Es una metodología para la enseñanza de las Artes que propone Souza (2005), en donde los vértices del triángulo son historia del arte, lectura de la obra de arte y el hacer artístico; no presentan un orden previamente establecido, se puede empezar por cualquiera de los tres vértices; a consideración del docente.
- **Proyectos artísticos.** Representan la nueva metodología que propone el programa de estudios actual, en éste se deberá involucrar a todo el grupo para una representación artística correspondiente al área que se esté trabajando, con el objetivo de cumplir con los aprendizajes esperados y desarrollar habilidades sociales y emocionales en los estudiantes., además se puede aplicar a las cuatro áreas artísticas (SEP, Aprendizajes Clave Para la Educación Integral. Artes. Educación Secundaria, 2017).

OBJETIVO

El objetivo general del proyecto fue el de apreciar la asignatura de Artes como elemento potenciador en la formación integral del estudiante.

METODOLOGÍA

La propuesta de Artes, estuvo regida bajo los lineamientos de la elaboración de un proyecto práctico de investigación-acción, esta metodología se define como "...una investigación que pretende mejorar la educación cambiando prácticas y que nos permite aprender gracias al análisis reflexivo de las consecuencias que genera. Tanto esas prácticas como las ideas deben ser objeto de pruebas y de ellas se deben recoger evidencias" (Pasos, 2002), esta investigación se basa en una problemática para ser atendida mediante una propuesta de solución considerando los elementos que pueden enmendarla, sus resultados y conclusiones.

El conjunto de actividades que se derivan parte de una reflexión que realizan los docentes como medio para generar un cambio en beneficio de la educación, gracias a la implementación de una estrategia para erradicar o disminuir un problema identificado. (Elliot, 1993)

RESULTADOS

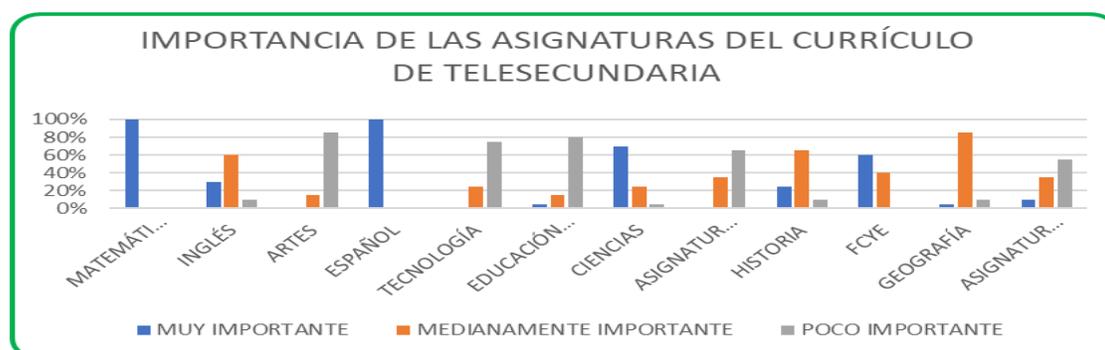
El proyecto estuvo destinado a docentes de Telesecundaria de la Zona Escolar 038, con cabecera en San Antonio Acatepec, Zoquitlán, del Sector 08 Tehuacán. Los docentes beneficiados por el curso en total fueron 20, de escuelas pertenecientes a los municipios de Ajalpan y Coyomeapan obteniendo los siguientes resultados.

- Se diseñó una guía que incluyó los aprendizajes esperados a partir del Modelo Educativo 2017, los materiales necesarios para el desarrollo de la actividad, y una descripción del procedimiento, con el objetivo de facilitar el proceso de investigación y planificación.
- El curso-taller fue planeado en cinco sesiones, en la primera de ellas se trabajaron generalidades del programa de estudios vigente, y las cuatro restantes se destinaron a Artes visuales, danza, música y teatro. Durante las sesiones se registró información observada a través de imágenes y una cámara filmadora, logrando de esta manera recopilar evidencias que constaten el trabajo realizado, éste último también sirvió como herramienta para evaluar las sesiones.
- Posterior a la implementación del curso-taller, se aplicó una encuesta para evaluar el impacto y la perspectiva de los docentes en cuanto a la asignatura después de trabajar las estrategias didácticas y darles a conocer las habilidades que se desarrollan. Las gráficas arrojaron, un cambio en la perspectiva de los docentes, comprobando la influencia positiva que tuvo el curso-taller.

Con el desarrollo del curso-taller se pretendió en primera instancia modificar la perspectiva de los docentes, con respecto a la asignatura de Artes, concientizarlos sobre la importancia que tiene y las habilidades que se desarrollan con su ejecución dentro del aula.

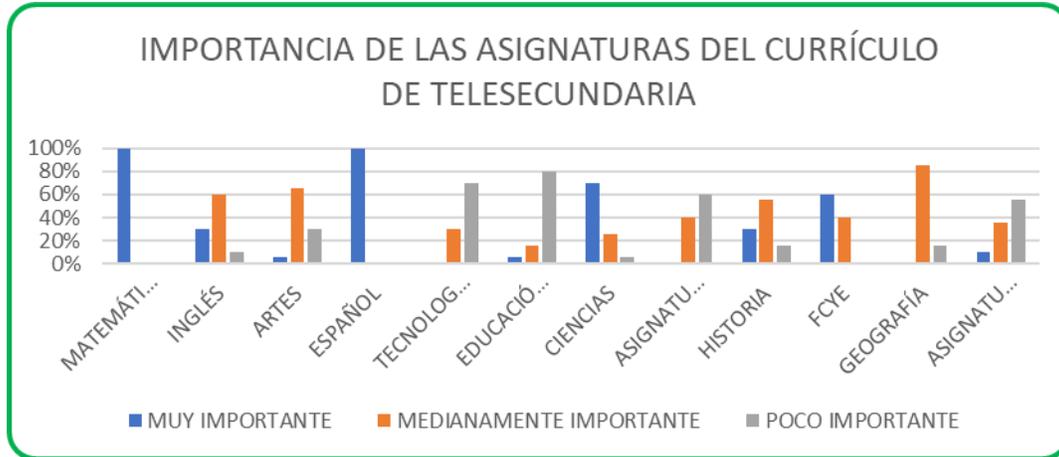
Además de crear conciencia en los docentes se busca otorgarles una guía que contenga estrategias didácticas de las cuatro áreas que conforman las Artes, especificando sugerencias didácticas para conocer cómo aplicarlas en el aula y algunas variantes que se les pueden adaptar.

Resultados de la encuesta aplicada al inicio del proyecto, fuente: Elaboración propia.



Se vislumbra que la asignatura de Artes era poco importante para 17 docentes que representan el 85% en gráfica y sólo 3 docentes representados por un 15% opinaban que Artes era una asignatura medianamente importante. También se vislumbra que se les da más prioridad a las asignaturas correspondientes al campo de formación académica.

Resultados de la encuesta aplicada al final del proyecto



Fuente: Elaboración propia

Se vislumbra que la asignatura de Artes logró un avance de importancia, pues 13 docentes que representan el 65% consideraron a la disciplina como medianamente importante y 1 profesor, es decir un 5% la ubicó como muy importante, sin embargo 6 docentes, 30% la consideran como poco importante. En las conclusiones se retomarán estos datos con mayor profundidad.

CONCLUSIONES

A partir de lo anterior se establecen las siguientes conclusiones:

- Las Artes verdaderamente son importantes en la función docente, pues son un elemento inherente a la misma; las actividades propuestas en las distintas Áreas: Teatro, Música, Artes Visuales y Danza, permiten a los docentes apreciar realmente el valor de la disciplina y la encuesta es un elemento esencial que prueba este resultado.
- Los docentes al interesarse y darle más valor a las Artes, replicarán lo aprendido en el curso con sus alumnos, pues ahora conocen la verdadera importancia que tiene la disciplina en el desarrollo personal y social de sus estudiantes, lo que es parte fundamental de la educación integral.
- Con base en los comentarios de la misma encuesta, los maestros concluyen que:

- Las Artes, amplían el conocimiento, beneficiando con las acciones pedagógicas y la implementación de actividades lúdicas y recreativas el desarrollo integral de las potencialidades humanas.
- Las Artes impactan en el desarrollo de las habilidades, destrezas, imaginación y pensamiento creativo de los adolescentes.
- Las Artes ayudan a desarrollar la creatividad de los alumnos.

En la elaboración del proyecto se consideraron cinco objetivos específicos los cuales se enuncian a continuación.

1. Realizar un diagnóstico para seleccionar estrategias didácticas para docentes de telesecundaria que contribuyan a mejorar su práctica educativa y valoren la importancia de las Artes.
2. Diseñar un Curso-Taller para docentes con la finalidad de apreciar las Artes como un factor de desarrollo integral.
3. Recopilar estrategias didácticas en una guía para maestros de telesecundaria que los oriente en su práctica educativa en la asignatura de Artes.
4. Impartir con los docentes un curso-taller que brinde estrategias didácticas que permitan valorar la importancia de las Artes como asignatura que favorece el desarrollo personal y social.
5. Evaluar la pertinencia del curso-taller impartido a los docentes para ponderar la importancia de la asignatura de Artes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barbosa Bezerra de Souza, B. (2005). Lecturas de imágenes y metodologías en educación artística. *Arte, Individuo y Sociedad*, 17 , 7-15.
- Belver, M. H. (2011). Arte y educación artística en contextos de salud. *Arte, individuo y sociedad*, 11-17.
- Belver, M. H. (2000). Educación artística y arte infantil (Vol. 232). Editorial Fundamentos.
- Burgos, N. E. (2007). La enseñanza y el aprendizaje de la creatividad en el jardín de infantes: pensamiento divergente, integración cultural y escuela creativa. *Homo Sapiens*.
- Calero Pérez, M. (2012). *Creatividad. Reto de innovación educativa*. México: Alfa Omega.
- Chilado, G. (Agosto de 2017). Ruta de mejora escolar. Tehuacán, Pue.: Propia.
- Elliot, J. (1993). En *El cambio educativo desde la investigación acción*. Ediciones Morata.
- Fuentes Ramos, C. R. (Enero-junio de 2004). Desarrollar la creatividad desde los contextos educativos: un marco emocional sobre la mejora socio-personal. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y cambio en Educación*. Madrid, España.
- Gardner, H. (2008). *Inteligencias Múltiples*. México: Paidós.
- H. Ayuntamiento de Coxcatlán . (2015). Programa Municipal de Desarrollo .
- H. Ayuntamiento de Coyomeapan. (2014). Programa de Desarrollo Municipal de Coyomeapan. Tehuacán.
- H. Ayuntamiento de Tehuacán. (2011). Programa Regional de Desarrollo.
- H. Ayuntamiento de Tehuacán. (2014). *Programa Municipal de Desarrollo Sustentable*. Tehuacán, Pue.

INAFED. (2018). *INAFED*.

López Martínez, O. (2008). Enseñar creatividad: el espacio educativo. Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales. Universidad Nacional de Jujuy, (35), 61-75.

Macián, J. (Diciembre de 2017). Cuadernos de pedagogía. *Expresión artística y educación*. Barcelona.

Marín Viadel, R. (2011). Las investigaciones en educación artística y las metodologías artísticas de investigación en educación: temas, tendencias y miradas. *Educação*, 34(3).

Morton Gómez, V. E. (2001). Una aproximación a la educación artística en la escuela.

Morón, N. B., & Goldstein, A. (2008). Creatividad y aprendizaje: el juego como herramienta pedagógica (Vol. 113). Narcea Ediciones.

Núñez, R. J., & Castro, T. H. (Julio-Diciembre de 2016). Educación artística y formación ciudadana: un espacio para formar la sencibilidad en la corporación.

Pasos, M. S. (2002). Revista electrónica de la enseñanza de las ciencias. Algunas reflexiones sobre la investigación-acción colaboradora en la Educación.

SEP. (2017). Aprendizajes Clave Para la Educación Integral. Artes. Educación Secundaria. México .

SEP. (2011). *Las Artes y su enseñanza en la educación básica*. México, DF.

Souza, B. B. (2005). Lectura de imágenes y metodologías en educación artística. Madrid.

Talavera, L. (2002). *La importancia de la enseñanza musical es invaluable*. Recuperado el 7 de junio de 2018, de <http://www.alternativaeducativa>.

Tortosa, F. R. L., & López, M. C. S. Creatividad en educación primaria.

De Bono, E., & Castillo, O. (1994). El pensamiento creativo. Editorial Paidós.

UNESCO. (2006). Hoja de Ruta para la educación artística. Conferencia Mundial sobre la Educación Artística.

Villanueva, R. (2004). *La educación musical en el medio rural de México*. Recuperado el 9 de junio de 2018, de <http://www.conservatorianos.com>

Zorana Ivcevic, J. H. (s.f.). Arte, emociones y creatividad.

MANUAL DE ESTRATEGIAS PARA TOEFL ITP EN UNIVERSIDAD DEL VALLE DE PUEBLA

Edith Arizmendi Rosales, Guadalupe Olmos Ramírez
idetariz5@gmail.com, gpe72mz@gmail.com

RESUMEN

Para alcanzar la certificación TOEFL ITP en la Universidad del Valle de Puebla plantel Tehuacán los alumnos presentan un examen y deben alcanzar un puntaje mínimo de 450 puntos para continuar con su proceso de titulación, ya que la certificación es parte de los requisitos para alcanzar el grado de licenciatura. Sin embargo, existe la problemática de que presentan más de una vez el examen al no alcanzar el puntaje requerido. Debido a esto se procede a elaborar un manual con técnicas específicas que ayuden a aumentar el puntaje al presentar dicho examen, mismo que contiene temas que son parte del mismo y que son extraídos de libros específicos para este tipo de evaluación, el manual presenta una selección de estrategias para que los alumnos estudien lo relevante para el examen y su interés no decaiga beneficiando la adquisición de conocimientos y la comprensión del idioma. Los resultados alcanzados fueron positivos al mostrar un aumento cercano a los cien puntos al comparar el examen diagnóstico con el correspondiente a la certificación. La actitud por parte de los alumnos resulto positiva e incluso mostraron una participación activa y eficiente lo que permitió un trabajo complementario en sus clases de inglés, pues se retomaron temas inconclusos, temas complicados para los alumnos e incluso algunos temas que en sus clases de inglés no lograron abordar. Es recomendable prolongar el proyecto para lograr mejores resultados utilizando las estrategias propuestas en el presente proyecto pues el avance es claro en la evaluación como en el dominio del idioma lo que contribuye a lograr el objetivo de incrementar la comprensión del idioma inglés y alcanzar la certificación que les permita a los alumnos concluir su proceso de titulación quienes además se verán con mejores oportunidades en el campo laboral.

PALABRAS CLAVE: Certificación TOEFL ITP, Manual de estrategias, Técnicas, Comprensión.

INTRODUCCIÓN

La Universidad del Valle de Puebla de carácter privado ha sido constituida legalmente en 1981 en la ciudad de Puebla, al ver su crecimiento se abre un plantel en la ciudad de Tehuacán laborando en la ciudad desde el año de 1996 por lo que ha tenido un crecimiento en la oferta académica. En la ciudad de Tehuacán se tiene el registro de una población total de 260 923 habitantes al 30 de diciembre de 2010. (INEGI, 2009, pág. 89), agregando el grueso de población de los pueblos vecinos y de los estados colindantes, la población de nivel superior ha ido en incremento lo que ha provocado nuevas áreas de estudio en dicha institución. De la oferta académica se tiene como grupo de estudio al sexto semestre de cirujano dentista, un grupo que consta de 16 alumno, de los cuales al ingresar a la universidad obtuvieron un puntaje con un mínimo de 323 hasta un máximo de 370 puntos en su

examen diagnóstico de TOEFL, sin embargo, es necesario que al egresar los alumnos alcancen 450 puntos en dicha certificación. El manual fue diseñado para ayudar al alumno a conocer los temas que abarca la certificación y las habilidades que puede utilizar para ahorrar tiempo y contestar un mayor número de preguntas correctamente, debido al nivel de inglés que cursan sin tomar un curso que dure más tiempo y que no está dentro del programa curricular. De igual manera los alumnos podrán aprovechar el tiempo destinado dentro de la currícula para realizar actividades de manera autónoma en el centro de idiomas CAI, para estudiar estrategias de la certificación TOEFL ITP de manera general.

LA CERTIFICACIÓN TOEFL ITP COMO REQUISITO DE TITULACION EN UVP

Ante la problemática planteada se propuso la idea de elaborar un material que pueda coadyuvar a la preparación de los estudiantes en su camino al examen TOEFL ITP, dicho manual debería contar con estrategias de fácil comprensión, así como de audio, estructural gramatical y de lectura enfatizando sobre las estrategias generales que les ayudarán a ahorrar tiempo durante la aplicación del examen de certificación y de esta manera obtener un mejor puntaje.

Existen muchas formas de retroalimentar temas, así como de fortalecer conocimientos para evaluaciones estandarizadas; sin embargo, los manuales han sido distinguidos por ofrecer de una manera rápida, concreta y eficiente los conocimientos o procesos concretos para lograr de manera exitosa una actividad o aprendizaje. Tomando en cuenta la definición de manual según la Enciclopedia de Clasificaciones (2017) son *“utilizados como medio para coordinar, registrar datos e información en forma sistémica y organizada. También es el conjunto de orientaciones o instrucciones con el fin de guiar o mejorar la eficacia de las tareas a realizar”*.

Se tiene en consideración una variedad en la clasificación de manuales, de acuerdo a la problemática a atacar y a la enciclopedia de manuales se toma en consideración dos de procedimientos y técnicas en donde el primero maneja todos los pasos uno a uno hasta llegar al objetivo deseado, así como con el segundo se detiene a explicar detalladamente el cómo realizar las actividades para obtener lo deseado.

De tal modo que al juntar a ambos el manual está diseñado para que el alumno se guíe paso a paso sobre las técnicas que le servirán en el momento del examen de certificación y las técnicas vienen de manera explicada detalladamente para que el mismo estudiante pueda entender el objetivo de dicha técnica para su fácil comprensión y uso en la elección de las respuestas correctas.

La certificación TOEFL ITP está diseñada para alumnos a partir de los 16 años de edad teniendo función en programas de aprendizaje del inglés además de poder ser usado en universidades para la colocación de estudiantes, monitoreo, becas, admisiones y como requisito de graduación (ETS, 2016). De manera general el examen tiene 140 preguntas distribuidas en tres secciones: comprensión auditiva que contiene 50 preguntas, expresión escrita y estructura que consta de 40 preguntas y comprensión lectora con 50 preguntas administradas en diferentes tiempos para la resolución de las preguntas, siendo la primera sección de 35 minutos, la segunda es de 25 minutos para

resolver 40 preguntas y la última de 55 minutos. Cabe mencionar que para su acreditación el alumno debe obtener un mínimo de 450 puntos en la Universidad del Valle de Puebla. Así también en otras instituciones la certificación ITP es un requisito para poder acceder al trámite de titulación y obtener la categoría de licenciatura o como requisito de ingreso para iniciar alguna maestría.

El diseño del manual para poder lograr mejorar el puntaje en el examen de certificación TOEFL ITP se elaboró bajo datos específicos de Phillips (2004) con su libro “Longman Preparation Course for the TOEFL test” y de Mahnke and Duffy (2010) con su obra titulada “The Heinemann ELT TOEFL preparation Course”, recopilando un total de 58 estrategias fundamentales con las que se capacitó al alumno. La elaboración del manual fue realizada durante febrero y marzo. Las asesorías se llevaron a cabo con los alumnos de sexto semestre de cirujano dentista en la Universidad del Valle de Puebla plantel Tehuacán, durante los meses de abril y mayo del 2018, con un total de 14 horas utilizando el Centro de Aplicación de Idiomas CAI de la institución y trabajaron con el manual en físico.

TEMAS A CONSIDERAR EN EL EXAMEN

Listening Section, la cual da estrategias generales para enfocarse en encontrar las respuestas dando más importancia a las pistas que tiene el audio, tales como el parafraseo, los hablantes y estructuras gramaticales o frases que implican un significado diferente al emitido en el audio. Las estrategias abarcan los temas que los alumnos pueden practicar para desarrollar la habilidad auditiva como sinónimos, palabras homófonas que suenan igual pero se deletrean diferente con significados diferentes, inferir respuestas a partir de las conversaciones, estructuras de negación, voz pasiva, sustantivos, comparativos, expresiones de incertidumbre, verbos compuestos y modismos con un total de 16 estrategias en esta sección, más las estrategias generales para diálogos cortos y conversaciones largas.

La sección dos, denominada “structure” dentro del manual de estrategias toma temas de estructura gramatical del inglés mencionando las dos secciones de estructura y expresión escrita, abarcando temas desde sustantivos, sujeto y verbo hasta los diversos tipos de conectores, voz pasiva, adverbios y tiempos gramaticales; tomando 30 estrategias que incluyen temas gramaticales de la lengua inglesa.

Por último la sección de Reading, dando estrategias generales para ahorrar tiempo y leer solo la información que es demandada, explicando un poco sobre las habilidades de lectura de skimming y scanning que significan la habilidad de ojear rápidamente un texto y la habilidad de mirar rápidamente un texto buscando información específica como fechas, nombres o la idea general de un texto respectivamente (Nuttall, 2005), con lo que se busca determinar la idea principal o esencial y que requiere mayor atención y el tipo de preguntas de comprensión lectora, tales como encontrar la idea principal, preguntas de vocabulario, pronombres, propósito del escritor, significado de palabras, localización de información y pronombres; siendo en total 12 estrategias. (Phillips, 2003)

OBJETIVO

El objetivo del proyecto de investigación fue el de diseñar un manual que refuerce los conocimientos del idioma inglés en alumnos de Cirujano Dentista de 6to semestre para conseguir la certificación TOEFL ITP en la Universidad del Valle de Puebla plantel Tehuacán

METODOLOGÍA

Para la elaboración del manual se utilizó la metodología de investigación acción definida como “Un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social” (Latorre, 2003, pág. 23), misma que ayudó a mejorar los resultados del grupo estudiado. Esta metodología ha estado presente a lo largo de la historia, así como lo menciona el artículo de la revista; La investigación acción. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas., de la cual se tiene la siguiente información:

La investigación acción en su transitar histórico ha desarrollado dos grandes tendencias o vertientes: una tendencia netamente sociológica, cuyo punto de partida fueron los trabajos de Kurt Lewin (1946/1996) y continuados por el antropólogo de Chicago Sol Tax (1958) y el sociólogo colombiano Fals Borda (1970), este último le imprime una connotación marcada ideológica y política; la otra vertiente es más educativa, y está inspirada en las ideas de Paulo Freire (1974) en Brasil, L. Stenhouse (1988) y Jhon Elliott (1981, 1990) discípulo de Stenhouse en Inglaterra, así como por Carr y Stephen Kemmis (1988) de la Universidad de Deakin en Australia. (Colmenares E., Ana Mercedes ; Piñero M., Maria Lourdes, 2008, pág. 100)

De acuerdo a Bisquerra Alzina, (2004, pág. 369) “La investigación acción aparece en los textos de investigación educativa con diferentes expresiones: investigación en el aula, el profesor investigador, investigación colaborativa, investigación participativa, etc.”, lo que nos orilla a pensar que esta metodología gira en torno a la investigación dentro de un espacio limitado y un grupo en específico, dentro del cual se llega a detectar algunas debilidades que se pretenden fortalecer e incluso eliminar mediante acciones concretas que lleven a la mejora del mismo.

Retomando el contenido de la revista Laurus (Colmenares E., Ana Mercedes ; Piñero M., Maria Lourdes, 2008, pág. 104) resume que “la investigación-acción se presenta en este caso, no solo como un método de investigación, sino como una herramienta epistémica orientada hacia el cambio educativo”. Lo que nos hace llevar a un entendimiento sobre el trabajo realizado en el aula así como sus estudio, análisis, investigación y aplicación para su mejora.

De esta manera la metodología utilizada para aplicarla en el grupo de estudio es la de investigación acción, en el cual no solo fue una fría recolección de datos, sino un diálogo continuo con los integrantes para ir mejorando las actividades de acuerdo a sus necesidades para que de esa forma los resultados finales sean los deseados.

RESULTADOS

Se logró incrementar el puntaje en la evaluación de certificación de los alumnos, así como un mayor interés por el estudio por el mismo e incluso para estudiantes de otras licenciaturas, pues antes del manual mencionado su interés por estudiar se observaba tedioso y obligatorio lo que arrojaba bajos resultados en los puntajes finales de la certificación. Al finalizar los alumnos obtuvieron un incremento en su puntaje de un 35% en promedio logrando incrementar hasta en 96 puntos en base al examen diagnóstico realizado. El puntaje más bajo en el examen diagnóstico fue de 320 puntos logrando con la asesoría subir a 400 puntos. El puntaje más alto en el diagnóstico fue de 360 puntos logrando subir después del taller a 440.

CONCLUSIONES

El proyecto tuvo resultados favorables ya que se logró incrementar el puntaje de los alumnos en su evaluación TOEFL ITP. El manual ayudó a acortar tiempos y mejorar la discriminación de respuestas incorrectas para identificar las correctas dando como resultado una mejor distribución del tiempo durante el examen. Al valorar los resultados obtenidos de los alumnos se logró observar un aumento en el puntaje de hasta 96 puntos alcanzando un promedio grupal de 24.33 puntos en la evaluación de la certificación a comparación con el puntaje obtenido en el examen diagnóstico. Se recomienda la utilización del manual en asesorías por más tiempo, ya que en las 14 sesiones que se brindaron durante los dos meses en que se aplicó el proyecto se lograron resultados prometedores. El promedio grupal del examen diagnóstico fue de 352.6 logrando incrementar el promedio grupal a 376.93. Alumnos que rebasaron los 400 puntos fueron solo cuatro por lo que se requiere de más tiempo para lograr alcanzar el puntaje requerido por todo el grupo que es de 450 puntos.

REFERENCIAS

Bisquerra Alzina, R. (2004). Metodología de la investigación educativa. Madrid: La muralla, S. A.

Cambridge Assessment English. (07 de 02 de 2018). Obtenido de Cambridge Assessment

CENNI. (02 de 02 de 2018). Certificación Nacional de Idioma. Obtenido de Gob.mx: <http://www.cenni.sep.gob.mx/es/cenni/antecedentes>

Colmenares E., Ana Mercedes ; Piñero M., Maria Lourdes. (2008). La investigación acción. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas. (U. P. Libertador, Ed.) Laurus, 14(27), 114. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=76111892006>

Enciclopedia de Clasificaciones. (2017). <https://www.tiposde.org>. Obtenido de Enciclopedia de Clasificaciones: <https://www.tiposde.org/cotidianos/568-tipos-de-manuales/>

English: <http://www.cambridgeenglish.org/es/exams-and-tests/cefr>

ETS. (2011). Correspondencia de Puntuaciones de TOEFL ITP a CEFR. TOEFL ITP, 2

ETS. (20016). General Information. Test Taker Handbook, 3.

ETS. (2016). The TOEFL family of assessments. TOEFL FAMILY BROCHURE, 4,5.

ETS. (2018). Helping Institutions assess more students at more English-language proficiency levels. The TOEFL Family of Assessments, 6.

ETS. (02 de 02 de 2018). Obtenido de ETS: www.ets.org/toefl

ETS. (02 de 02 de 2018). Standar Test Services. Obtenido de ets: www.ets.org/toefl

ETS. (2018). Preparing to take the Test. Test Taker Handbook, 5.

Field, J. (2008). Listening in the language classroom. United Kingdom: Cambridge University Press.

Gellet, F. (2001). Developing Reading Skills. United Kingdom: Cambridge.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía México. (2016). Anuario estadístico y geográfico. México: Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Obtenido de <http://internet.contenidos.inegi.org.mx>

ILTO. (12 de 02 de 2018). International Language Testing Organization. Obtenido de <https://www.iltotests.com/>

INEGI. (2009). Prontuario de información geográfica municipal de los Estados Unidos Mexicanos. Tehuacán, Puebla.

INEGI, Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2017). Anuario estadístico y geográfico de Puebla. Aguascalientes: INEGI.

Instituto Cervantes & Consejo de Europa. (2002). Marco Común Europeo para las Jack. C, R. (2008). Teaching listening and speaking From Theory to practice. United States of America: Cambridge.

Latorre, A. (2003). La investigación - acción. Conocer y cambiar la práctica educativa (2005 ed.). España: Grao, de IRIF, S.L. Obtenido de <https://www.uv.mx/rmipe/files/2016/08/La-investigacion-accion-Conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf>.

Lenguas:aprendizaje, enseñanza, evaluación. 25-27. Recuperado el 07 de 02 de 2018, de <https://cvc.cervantes.es/obref/marco>

López, M. (2014). Planeación y evaluación del proceso enseñanza-aprendizaje. México: Trillas, S.A. de C.V.

Morrow, K. (2004). Insights from the Common European Framework. United Kingdom: Oxford.

Nuttall, C. (2005). Teaching reading skills in a foreign language. United Kingdom: Oxford.

O'Malley, J., & Chamot, A. (1995). Learning Strategies in Second Language Acquisition. USA: Cambridge.

Phillips, D. (2003). Longman Preparation Course For The Toefl Test. United States of America: Pearson Education.

Universidad del Valle de Puebla. (04 de 02 de 2018). UVP. Obtenido de <https://www.uvp.mx/>

LAS HERRAMIENTAS DIGITALES DIDÁCTICAS COMO POTENCIADORAS EN EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Lucero Cadena Alameda, Oralia Rúela de Fermín, Feliciano Aguilar Rojas
ian_forever06@hotmail.com, felizarme@hotmail.com, luz_alameda@hotmail.com

RESUMEN

El proyecto presenta un programa de capacitación impartido a docentes de nivel Primaria, para conocer, utilizar y aplicar Herramientas Digitales Didácticas (HDD) en sus jornadas escolares; considerando a su vez la importancia de la formación de los docentes y el equipamiento de las aulas para el manejo óptimo de las herramientas. Actualmente las HDD forman parte de los métodos de aprendizaje que se usan en la educación de nuestro país, siendo unos de los rasgos del perfil de egreso de los futuros docentes. Por lo tanto, las HDD deben tener un software muy atractivo para mejorar la adquisición de conocimientos, considerando sus características educativas, flexibles y de diversos usuarios; además de estimular la comunicación interpersonal y la evaluación. Integrar las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) a las aulas, no garantiza su eficacia en la educación, si no se cuenta con una alfabetización digital de los docentes y una infraestructura adecuada para la aplicación de las mismas, la incorporación de nuevas herramientas a su entorno debe ser de manera crítica, tiene que ser un elemento presente en cualquier modelo de formación. Para llevar a cabo el proyecto en cuestión fue necesario considerar herramientas que funcionan sin y con internet para globalizar el contexto, y otras buscando satisfacer las necesidades de los docentes frente a grupo como por ejemplo Hot Potatoes, que se utiliza para diseñar ejercicios complementarios; Cmaptools que permite realizar esquemas conceptuales de forma práctica; Find That Word, crea sopas de letras apropiadas al nivel cognitivo de los alumnos; Juegos matemáticos que estimulan la creatividad de los alumnos, entre otros.

PALABRAS CLAVE: Herramientas Digitales Didácticas, Método de Enseñanza-Aprendizaje, Perfil de egreso, TIC.

INTRODUCCIÓN

Bautista, Moreno, & Torres (2014) nos dice que el rápido progreso de las Tecnologías de la Información y Comunicación TIC continúan modificando la forma de elaborar, adquirir y transmitir los conocimientos, es por eso que los sistemas educativos con sus modelos y estrategias se han visto en la necesidad de adaptarse a una sociedad que está cada vez más sumergida, ya que éstas han brindado posibilidades de renovar el contenido de los cursos y métodos pedagógicos.

El presente proyecto promueve la actualización y uso de las herramientas digitales didácticas para innovar los métodos de enseñanza que contemplen el uso adecuado de las TIC como instrumento cognitivo para impactar la calidad de la educación. De tal manera que al realizar una encuesta a los docentes de la *Escuela Primaria*

Liberación de la localidad de San Andrés Cacaloapan perteneciente al municipio de Tepanco de López, Puebla; se detectó la necesidad educativa en materia de uso de las herramientas digitales y que solo existe el uso moderado de los dispositivos móviles.

El acceso a internet permite a los niños estar a la vanguardia y lograr acceder a miles de sitios para conseguir información pertinente, no así las redes sociales las cuales solo las utilizan como formas de entretenimiento, para Roca, (2015) en este contexto tanto padres como hijos, y la sociedad en general, tendremos que desarrollar nuevas habilidades y competencias. Cada vez son más las investigaciones y los expertos en educación que plantean la urgencia de nuevos modelos y paradigmas educativos para la sociedad del siglo XXI, la necesidad de formar y actualizar a los docentes para responder, desde la educación, a los nuevos desafíos planteados por la sociedad de la información y el conocimiento ha dado lugar a diversas investigaciones y reformas en distintos países (Carneiro, 2012).

La educación es fundamental para comprender las potencialidades y lograr entender la nueva tecnología con el uso del internet, según Ruiz, Danvila del Valle, & Ahedo Ruiz pero además dice que la educación es uno de los valores principales de la sociedad, un bien que ha de cuidarse y para el que se deben invertir los mejores recursos. En este sentido, la aparición de nuevas tecnologías son herramientas que han de ser empleadas para la mejora del nivel educativo de los estudiantes de nuestro país no como un espacio de contenidos publicados, sino donde exista la colaboración entre individuos permitiendo construir contenidos a medidas de las necesidades escolares.

Por lo tanto el proyecto *“Programa de Capacitación docente en el uso de Herramientas Digitales Didácticas para potenciar el proceso de enseñanza aprendizaje*, surge de la inquietud de un grupo de estudiantes de la Maestría en Educación de la UPAEP campus Tehuacán para llevar a cabo una capacitación para los docentes en el uso de herramientas digitales buscando fortalecer su ámbito pedagógico.

Lara (2011) nos dice que el siglo XXI se ha denominado como la sociedad del conocimiento considerando como su eje principal la innovación, cerca los cambios que se están produciendo, día tras día, en las formas de comunicarnos entre los seres humanos, debido a los continuos avances tecnológicos en los sistemas de tratamiento y transmisión del conocimiento. Las tecnologías entran en juego como fuente comunicacional, facilitadora de tareas y una herramienta gráfica, didáctica e interactiva, reemplazando en gran medida a otros medios que se empleaban con los mismos fines.

Las escuelas que deseen afrontar con éxito los cambios deben tomar en cuenta la innovación, que supone adecuarse a la sociedad de la información, deben hacerlo en grupo, formando conjuntos de escuelas que apuesten por un futuro común, compartiendo recursos. Los sistemas de videoconferencia, Internet y otras tecnologías ponen por primera vez al alcance de cualquier grupo de centros la posibilidad de compartir profesores y materias, de intercambiar materiales, de diseñar actividades conjuntamente, de trabajar colaborativamente.

Por ende, la sociedad actual exige al docente colocarse en una posición de cambio constante y considerando que la educación es una de las áreas primordiales de la vida, también debe responder a éste cambio, buscando mejorar la didáctica de la educación y convertir a los estudiantes nativos digitales en productores de conocimiento, en vez de simplificadores de éste mismo, por lo cual se debe dirigir la visión a formar personas de cambio.

HERRAMIENTAS DIGITALES QUE POTENCIAN EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

En este proyecto se mencionan las herramientas digitales didácticas que se llevaron a cabo en la capacitación, las cuales son de suma importancia y siendo métodos de aprendizaje que se usan en la educación; por lo tanto cabe resaltar que un docente actualizado con conocimientos en herramientas digitales didácticas hace que los alumnos sean más prácticos y se formen el hábito de que tecnología no solo es para divertirse, si no que se puede divertir y aprender al mismo tiempo.

- ***Find That Word.*** Su objetivo es diseñar actividades como sopas de letras que favorezcan las habilidades del pensamiento que facilita el trabajo a los docentes en cuanto a la transversalidad de contenidos con ello favoreciendo el proceso de enseñanza aprendizaje (Brodie, 2015).
- ***MindManayer.*** El objetivo de este programa es crear mapas mentales de forma fácil sin necesidad de internet, que permite desarrollar habilidades de organización y creatividad de la información. Esta herramienta facilita a los docentes la adecuación de sus contenidos y las necesidades de aprendizaje de sus alumnos, logrando desarrollar habilidades en el docente y por ende un mejor desempeño en el alumno (Buzan,1996).
- ***Rubistar.*** El objetivo de esta herramienta es la elaboración de rúbricas para identificar el logro de aprendizaje de los alumnos, en relación con los indicadores o aspectos cualitativos que se determinen en la evaluación. Por lo que los docentes se les ha facilitado una evaluación sistematizada siendo impulsada por la plataforma, 4 Teachers de la organización ALTEC.
- ***Cuaderno del profesor.*** Es un cuaderno de notas digital, flexible y potente, que facilita al docente tener un control registrando a cada uno de los alumnos en todos los ámbitos; lo cual ha favorecido tener un claro resultado del desempeño del alumno que le permite al docente implementar cambios adecuados a los resultados (Meneu, 2014).
- ***Juegos matemáticos.*** El objetivo es estimular el sistema psicomotor de los niños y niñas. Con los juegos coordinarán de forma sencilla y tendrán una concepción integral al establecer interacción entre el conocimiento, la emoción y el movimiento; lo que les dará mayor capacidad de raciocinio, elevano@launion.edu.pe.
- ***Cmaptools.*** El objetivo de este programa es que el docente logre realizar diversas actividades que favorezcan el aprovechamiento del tiempo y realicen presentaciones llamativas para los alumnos, ya que en ella las presentaciones con lleva a menos tiempo y puede agregar imágenes, videos y sonidos, así el docente le dará una mayor sentido la planeación de sus actividades haciéndolas atractivas para

los alumnos, fortalece el estilo de aprendizaje de cada alumno aprovechando de una manera más profunda el interés y la atención (Cañas, 2004).

- **Audacity.** El objetivo de este programa es muy importante ya que en el campo de la Tecnología Educativa y en específico en el uso de los medios digitales, el sonido es un elemento de gran importancia, al que se le ha puesto muy poca atención por la mayoría de quienes lo utilizan de manera diaria en el salón de clase para el proceso enseñanza-aprendizaje (Guzman, A. Mata, & L Gomez, 2000).
- **Hot Potatoes.** Su objetivo es que el docente ahorre tiempo y únicamente se dedique colocar los puntos importantes para que el programa realice lo que se le indique, para el docente es un apoyo ya que se evita estar buscando en diversas fuentes de información las actividades que tenga que relacionar con sus temas de las clases, únicamente el programa realiza todo y basta con imprimir las hojas para llevar a cabo los trabajos con los alumnos, Universidad de Victoria, en Canadá.
- **Prezzi.** Este programa da mucho juego el objetivo es focalizar la atención del alumno/a mediante estímulos visuales, además de la utilización pedagógica que podemos hacer de él a cualquier edad, nos puede ayudar educativamente a que nuestros alumnos desarrollen habilidades a través de la utilización de este programa, como puede ser la mejora de la capacidad de síntesis, el aumento de la creatividad, que tengan mayores facilidad a la hora de exponer cara al público, y por supuesto la mejora del control de las TIC, (Somlai-Fischer, 2001).
- **Brains Breaker.** El objetivo de este programa es: que los alumnos desarrollen la habilidad, de crear y armar rompecabezas (Trujillo, 2010).
- **Kahoot.** El objetivo de este programa, es introducir un nuevo enfoque pedagógico, basado en el juego y la ramificación educativa a través de la implementación de Kahoot como recurso de enseñanza-aprendizaje y evaluación de los cursos académicos.
- **Kizoa.** El objetivo es que los alumnos podrán utilizarla para la creación de pequeñas historias, poemas, etc., con texto e imágenes, descripciones relacionadas con los contenidos de diferentes asignaturas, Yanai fundador de Kizoa 2007.
- **Office Remote.** El objetivo es que los archivos estén protegidos, una manera práctica de realizar presentaciones sin necesidad de tener a la mano la computadora, si no que desde el dispositivo móvil se puede manipular y hace que sea más práctico las presentaciones, YouTube aplicación para móvil.
- **Survey Monkey** El objetivo es facilitar el trabajo creando diversos grupos, se envía por medio de internet y facilita la elaboración ya que da diferentes opciones de respuestas para las encuestas, las primeras diez preguntas son gratis de once en adelante ya tienen un costo, pero aquí lo más importante que arrojan un resumen de la encuesta enviada y una gráfica para tener un claro resultado, Finley R. (1999).

OBJETIVO

Capacitar a los docentes en el uso de herramientas digitales de la Escuela Primaria Liberación de San Andrés Cacaloapan, Tepanco de López, Puebla; para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje habilitando las aulas de 5° y 6° grado con equipos de cómputo.

METODOLOGÍA

Para este proyecto se utilizó la metodología Investigación-acción, donde la metodología consiste según Aguilera Hintelholher, (2013) que son entendidos como herramientas que posibilitan indagar, esclarecer y categorizar segmentos de la realidad que se han definido como problemas. Además, consiste en que tienden al orden para convertir un tema en un problema de investigación y llevar a cabo la aprehensión de la realidad. La aplicación del método no depende de sí mismo, sino del sujeto cognoscente, el cual con su libertad valorativa elige el objeto de estudio a investigar, selecciona el sistema de conceptos a trabajar y estructura el modo en que habrá de llevar a cabo la investigación y por lo tanto llegar a una acción.

- **Sujetos:** Se determinó que en la escuela Primaria de San Andrés Cacaloapan que cuenta con 450 alumnos y 16 docentes, se observó un bajo rendimiento escolar, generando así la carga excesiva de trabajo para los profesores, además el manejo de actividades diseñadas en la jornada escolar no se contemplaba ninguna actividad con uso de herramientas digitales, por lo tanto el directivo autorizo el proyecto para la capacitación a docentes, integrándose personal de intendencia y de USAER.
- **Técnicas e Instrumentos:** técnica deductiva e inductiva, empatía hacia los docentes. Los instrumentos fueron encuestas, diagnósticos, cronogramas, material digital, páginas web.

Las técnicas de investigación de campo dirigidas a recoger información primaria son:

- La observación
- La entrevista
- La encuesta
- El test y
- La práctica

Las técnicas destinadas a obtener información de fuentes secundarias son:

- Las páginas web
- Documentos digitales

Instrumentos para registrar la información observada.

- El registro de observación

- El cuaderno de notas del docente
- El registro de asistencia
- Test de evaluación
- Programas
- La cámara fotográfica
- La filmadora

RESULTADOS

Los resultados que se lograron en el proyecto es que los docentes adquirieron habilidades generales favoreciendo el proceso enseñanza, convirtiéndolos en docentes hábiles y capaces de llevar a cabo la practicas digitales además de que lograron relacionarlo con los contenidos en base a los aprendizajes esperados de acuerdo a cada nivel.

Se logró que el docente no se sienta frustrado por la carga excesiva de trabajo y que tenga que perder el tiempo en diseñar diversas actividades sin lograr la transversalidad en sus actividades, además se logró mejores resultados en las diferentes evaluaciones que se presentan por parte de la Secretaria de Educación.

Además de adquirir habilidades en herramientas digitales didácticas para favorecer el proceso de enseñanza, logrando relacionarlo con los contenidos en base a los aprendizajes esperados de acuerdo a cada nivel y grado. Se dio a conocer el programa de capacitación alcanzando un total de 19 docentes que corresponden al 100 % de la plantilla, realizando actividades los días miércoles de 1:00 a 3:00 pm, dicha capacitación se llevó a cabo en 14 sesiones.

Para la capacitación y habilitación del aula se logró conseguir los siguientes recursos:

- CD'S con información de los programas a trabajar
- Coffee break
- Veinticinco libretas
- Portada para libretas
- Lona para presentación de proyecto
- Papel adhesivo con logo de proyecto
- Lapiceros con logo de proyecto
- Diplomas
- Dos proyectores marca EPSON
- Diagnóstico y reparación de equipos de cómputo y proyectores
- Un router para ampliar la línea de internet y pago de internet
- Cuatro soportes de techo para proyector
- Tornillo milimétrico
- Desarmador para tornillo milimétrico

- Cable grueso para uso rudo
- Seis cables BGA macho
- Cuatro tarjetas inalámbricas de red wifi
- Comida para clausura de proyecto

El total del financiamiento que se aportó al proyecto sumó la cantidad total de \$ 33,945.90 mismos que fueron gestionados por los integrantes del equipo de trabajo de este proyecto.

CONCLUSIONES

Se logró habilitar tres aulas de 5° y tres aulas de 6° con equipo de cómputo, internet y proyectores con un monto de \$ 33,945.90 pesos; con gastos sufragados del 43% con apoyo de cooperativa escolar y el 57% por parte de los integrantes del equipo. Este proyecto ha permitido que el personal docente y directivo adquiriera una capacitación en habilidades digitales didácticas para mejorar sus prácticas educativas teniendo un panorama más amplio que les permita desarrollarse de manera eficiente, práctica y divertida.

Se consideró que algunos docentes con muchos años de servicio se encontraron en una etapa de rezago en el uso de la tecnología, asíéndolos participes y poyándoles en el manejo de los dispositivos móviles, con ello logrando excelentes resultados que propicien su participación dentro del aula para mejorar el aspecto académico de sus alumnos.

Para concluir aplicar las herramientas digitales didácticas en el aula y ofrecer a los estudiantes las mismas oportunidades de acceder a una mejor calidad de recursos obteniendo aprendizajes para una mejor calidad de vida, independientemente de la ubicación geográfica o nivel socioeconómico de los centros educativos. Hoy en día la tecnología es un reto que deja en desventaja a las comunidades rurales de las urbanas, pero no es un impedimento para cumplir un objetivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilera H. & Rina M. (2013) Identidad y diferenciación entre Método y Metodología. México Distrito Federal, México. Editorial Universidad Nacional Autónoma de México.
- Bautista M., Martínez A., & Hiracheta R. (2014) El uso de material didáctico y las tecnologías de información y comunicación (TIC's) para mejorar el alcance académico Nuevo Leon Mexico, Ciencia y Tecnología.
- Blazquez F., (2001) sociedad de la informacion y la educacion junta de extremadura. Consejería de Educación, Ciencia y Tecnología Dirección General de Ordenación, Renovación y Centros Mérida.
- Brodie, R. (2015), Microsoft, Estados Unidos, Brainly.
- Buzan, T. (2004), Mindmanager, Como crear mapas mentales: el instrumento clave para desarrollar tus capacidades mentales que cambiara tu vida, Reino Unido, Ediciones Urano.
- Carneiro R., (2012) Las TIC y los nuevos paradigmas educativos: la transformación de la escuela en una sociedad que se transforma
- Danvila, I. & Ruiz, A (2013) Las nuevas tecnologías como herramientas que facilitan la educación formativa en la educación, España, Dialnet.
- Dr. Joseph D. Novak y Dr. Alberto J. Cañas (2011) Cmaptools, creado por la Universidad de Florida editorial. Editorial Universidad del Cauca, Bogotá, D. C. Colombia.

- Finley, R. (1999), Survey Monkey, Estados Unidos, Survey.
- Guedj, Y. (2007), Kizoa, Francia, Loguez, Samalanca.
- Guzmán A. Vargas M. (2006) Programación curricular y la didáctica de la educación inicial, recuperado de elevano@launion.edu.pe
- Guzmán J., Mata J. & Gómez M. (2000) El sonido como herramienta tecnológica de apoyo a la educación C. Victoria Tamaulipas & Monterrey, NL., México. Unidad Académica de Ciencias, Educación y Humanidades & Facultad de Música.
- Henry, G. (1992), Creador de Microsoft Office, Estados Unidos, Brainly.
- Lara, P , (2006), Uso de contenidos digitales: Tecnologías de la Información, Sociedad del Conocimiento y Universidad, Mexico, Doyma.
- Marin, M. (2013), Creadora de Juegos Matemáticos, Colombia, Jimdo.
- Meneu F. (2014) creador de la APP para android.
- Roca, G. (2015), Las nuevas tecnologías en niños y adolescentes, Barcelona, Faros Sant Joan de Deu.
- Rojas, O. & Figueroa Y. (2018) El software educativo Hot Potatoes en el aprendizaje de la especialidad de computación en el Centro de Educación Técnica Productiva “Virgen del Rosario” de Huari, Perú. Revista semestral de divulgación científica Editorial: DOI: 10.21503/hamu.v5i1.1518.
- Somlai, A. (2009), Maestros del web, México, Platzi.
- Trujillo J. (2010) Brains Breaker. Investigadores del Centro de Humanidades de la Universidad de Victoria, en Canadá.
- 4 Teachers.org Teach with Technology, (2003), Rubistar, Estados Unidos, Grao Especialistas en educación.

LA ESCUELA COMO ESPACIO EDUCATIVO PARA FOMENTAR LA CULTURA AMBIENTAL Y CUIDADO PERSONAL

Mirian Guadalupe Rivera Hernández, Anahí Martínez Flores, Rocío Paulina López Sánchez
an_mtz28@hotmail.com, mirian.rivhdz@hotmail.com, rocio.paulina.lopez@gmail.com

RESUMEN

En este trabajo se presenta el proceso que se llevó a cabo para el mejoramiento en la calidad de vida y los hábitos en general de los alumnos de 5to grado de primaria de la comunidad de San Miguel Xaltepec, municipio de Palmar de Bravo, Puebla, desarrollando un esquema de trabajo que corresponde a la creación de un manual de estrategias ambientales que junto con el plan de estudios 2011 se combina para generar una transversalidad en los temas, consolidando los aprendizajes de las asignaturas de ciencias naturales, geografía y formación cívica y ética. Este conjunto de saberes se aplicó de forma colaborativa integrando a los padres de familia para contribuir a la correcta aplicación de actividades, así como para fortalecer los aprendizajes y aplicarlos en la vida cotidiana. Este proyecto se desarrolló con ayuda de varias instituciones entre ellas *Agua para siempre*, *la secretaría de salud* y la escuela Primaria Ignacio Zaragoza en general lo que ayudó para el desempeño de las actividades tales como reforestación y equipamiento de material para la limpieza de áreas verdes, la separación de la basura en desechos orgánicos e inorgánicos generando un ambiente armónico de educación ambiental donde se rescatan los valores y la importancia de la diversidad. Con ello se logró la integración social entre los alumnos, la activación e iniciativa de la gente de la comunidad para mejorar la actitud y cooperación de la comunidad escolar. Es importante considerar que el conocimiento del cuidado personal y del medio ambiente genera en los niños un sentido de pertenencia al ambiente donde viven, se rescata la importancia de la integración familiar y la participación ciudadana que en un futuro les servirá para desempeñar un papel importante en la sociedad.

Palabras clave: Calidad de vida, transversalidad educativa, educación ambiental, relevancia social.

INTRODUCCIÓN

En estos tiempos la importancia del medio ambiente es preocupante, esto debido al abuso y el desgaste que el ser humano genera cada vez más al planeta, provocando alteraciones al ambiente que afectan a los seres vivos. Por ello es momento de proteger, cuidar y preservar de manera eficaz el espacio en el que convivimos.

El presente proyecto de investigación se llevó a cabo a través de un plan de trabajo e investigación de las características de la escuela y la comunidad. Fue necesario realizar un conjunto de actividades, coherentes y secuenciales dirigidas a lograr objetivos específicos sobre el cuidado del medio ambiente e higiene personal, destacando la importancia de los contenidos del plan y programas de estudio de Educación Primaria.

Fue indispensable efectuar entrevistas a los padres de familia y alumnos sobre características básicas de su comunidad sobre el tema del medio ambiente y calidad de vida, en base a esta información se logra definir un manual con el que se trabajará con los alumnos y padres de familia estrategias educativas con temas de relevancia social tales como el cuidado personal y educación ambiental. Estas actividades contemplan el objetivo a su vez se contemplan en apartados sugiriendo el conocimiento previo, acciones a realizar y participación familiar.

La metodología utilizada fue la de investigación-acción y de manera secuenciada se desarrollaron el planteamiento del problema, el plan de acción, el desarrollo de la propuesta y la evaluación y difusión de resultados

IMPORTANCIA DE PROMOVER EN LA ESCUELA LA CULTURA AMBIENTAL Y EL CUIDADO PERSONAL

La educación de hoy en día es muy importante pues es la llave para entrar a nuevos conocimientos que se está enfrentando a un mundo cada vez más globalizado, por ello se debe fomentar en los alumnos el interés por adquirir nuevos conocimientos, que consideren la educación como una preparación para la vida, la concientización y la importancia del cuidado de la higiene personal y cuidado ambiental. Es necesario aludir que en la escuela se crean espacios educativos “ son un conjunto de aspectos que conforman el ambiente de aprendizaje de los alumnos, es un hábitat que ofrece oportunidades de desarrollo, que le permite al estudiante explotar su creatividad, el espacio educativo es donde se puede establecer un encuentro educativo sistemático”. (Master en gestión educativa, 2016, pág 1). Por ello, en estos espacios el docente deberá generar estrategias para crear ambientes de aprendizajes adecuados donde los niños logren favorecer los aprendizajes y de promover actividades en relación al contexto; fomenta la creatividad y búsqueda de alternativas situadas en el aprendizaje de sus estudiantes; plantear situaciones didácticas para despertar el interés de los alumnos e involucrarse en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias.

Con base a lo referido anteriormente, se debe orientar a los alumnos una formación científica básica a partir de una metodología de enseñanza que permita mejorar los procesos de aprendizaje; este enfoque demanda:

- Abordar los contenidos desde contextos vinculados a la vida personal, cultural y social de los alumnos, con el fin de que propicien la identificación de la relación entre la ciencia, el desarrollo tecnológico y el ambiente.
- Estimular la participación activa de los alumnos en la construcción de sus conocimientos científicos, aprovechando sus saberes y replanteándolos cuando sea necesario. (Secretaría de Educación Pública, 2011)

Es bien sabido que el cuidado del medio ambiente, es fundamental para preservar la vida de todos los seres vivos del planeta, según Martínez (2007), las formas de vivir son el reflejo histórico de un nivel de desarrollo con dinámica propia de cada comunidad.

La crisis ecológica actual, se debe en medida al desconocimiento de las consecuencias de los actos humanos, es necesario promover la formación de valores, hábitos, actitudes, estrategias, comportamientos y acciones que

permitan preservar el medio ambiente y así generar un pensamiento donde se ponga énfasis en la educación ambiental, donde las escuelas se deben comprometer a fomentar estrategias de carácter curricular para la implementación de temas relacionados (Bermúdez Guerrero, 2003) La educación ambiental es un proceso en el cual los individuos y las colectividades son conscientes de su entorno para actuar y resolver los problemas presentes y futuros.

Ante la falta de cultura ambiental en la escuela es fundamental que las personas cambien sus malos hábitos con su entorno, ya que se han visto mermados los recursos naturales que hacen vida en el planeta tierra.

PROMOVER LA CULTURA AMBIENTAL

Es necesario que en las escuelas se formen ciudadanos con educación ambiental, para la conservación de recursos naturales, que va desde el cuidado del agua, aire, suelo, flora y fauna, a través de la formación de hábitos ecológicos, actitudes y valores que permitan detener la actual problemática socioambiental que el mismo ser humano genera por sus actividades poniendo en peligro su vida a causa del modo en que se desarrolla en su entorno natural.

Es primordial que los niños tengan una formación de cultura ecológica ambiental, en el que se fomente la participación e interés por la ciencia; que los profesores aborden contenidos temáticos sobre investigación, que transversalicen los aspectos ambientales en todas y cada una de las asignaturas que les toca trabajar; además de promover habilidades de innovación y resolución a problemas ambientales. Por ello es necesario, “un cambio oportuno en la consolidación de un sistema educativo orientado hacia una educación transversal, realista, que considere las verdaderas necesidades de vivir en un mundo equilibrado y con un futuro que asegure unas adecuadas condiciones de vida en el planeta” (Acosta, 2015, pág. 2)

Es importante que en las instituciones escolares la comunidad educativa descubra y valoren que mientras más sensibles sean para entender las realidades ambientales, podrán ser capaces de crear situaciones de aprendizaje creativas.

PROMOVER EL CUIDADO PERSONAL

El cuidado personal comprende diversas habilidades que se relacionan, como el aseo, la vestimenta, la higiene, en la vida escolar y social, de ahí la importancia de trabajar éste aspecto, no solo como un rasgo de vinculación de las diversas asignaturas sino como una base más importante de todas las situaciones comunicativas dentro y fuera del contexto escolar. Las personas están en constante interacción consigo mismo y lo que le rodea, por lo que tener buenos hábitos de higiene, existirá una mejor relación social.

Según Alcántara García (1999) se define higiene como el arte de conservar la salud, a lo que algunos añaden, y de perfeccionarla. Día a día la sociedad ha permitido dar prioridad a ciertas actividades respecto a la higiene como una necesidad y responsabilidad esencial que ayuda a mejorar el desarrollo de un estilo de vida saludable.

La higiene “tiene por objeto conservar la salud y prevenir las enfermedades, por ello deben cumplir ciertas normas o hábitos de higiene tanto en la vida personal de cada quién como en la vida familiar, en el trabajo, la escuela, la comunidad” (UNICEF 2005, pág. 5). Por lo tanto es un proceso que hace que una persona cuide su salud, su aspecto, su limpieza para evitar contraer enfermedades, asimismo para llevar una manera sana en la sociedad en la que vive. La higiene es un complejo sistema de acciones para que cada individuo deba llevar a cabo por su cuenta, es decir que la higiene no es una responsabilidad del Estado si no que es responsabilidad de la persona.

La práctica de las normas de higiene, con el transcurso del tiempo, se hace un hábito, éstos se generan desde pequeños y es ahí donde es sumamente transcendental el rol que los alumnos, padres y las autoridades educativas tienen que, en enseñar a los niños, las formas de actuar ante determinadas situaciones, por ejemplo, lavarse las manos antes de comer, luego de salir del baño, cepillarse los dientes, así como realizar campañas para promover parte del cuidado personal.

Estas tareas que caracterizan a la higiene diaria de cada individuo son importantes para asegurar a la persona un buen estado de salud. Por lo que respecta la higiene personal de acuerdo a Merced (2012) “es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo”. Es decir, se debe mantener un cuidado constante en la vida cotidiana ya que es imprescindible para ayudar a prevenir el desarrollo de infecciones, y enfermedades. De este modo, al mantener altos estándares de limpieza implica atención a nivel personal, pero también tomar decisiones saludables respecto a nuestra interacción con los demás.

Por ello, es necesario desarrollar e implementar acciones en la familia, en la escuela y en la comunidad conocimientos y habilidades en este tema, para favorecer actitudes para el cumplimiento y promoción de hábitos de higiene, con la participación de todos los actores de la sociedad en campañas de difusión y promoción para impulsar un cambio positivo en todos los ámbitos de la vida.

OBJETIVO

El objetivo del proyecto de investigación es implementar un manual de estrategias para promover la cultura ambiental en estudiantes de educación primaria. Caso de la escuela primaria Ignacio Zaragoza de San Miguel Xaltepec, Pue.

METODOLOGÍA

El trabajo se realizó bajo el método de investigación acción. El cual consiste en el estudio y acción de tipo cualitativo que busca obtener resultados fiables y útiles para mejorar situaciones colectivas, basando la investigación en la participación de los colectivos a investigar. (Teppa, 2006).

La metodología investigación-acción se aplicada bajo el siguiente proceso:

- Planteamiento del problema; en el cual se determinaron por medio de una encuesta las necesidades de la comunidad.

- Plan de acción; en donde se lleva a cabo la elaboración del manual como propuesta para superar el problema.
- Desarrollo de la propuesta; que involucra la aplicación del manual en el aula con los alumnos y demás actividades relacionadas con el desarrollo e involucramiento de la sociedad.
- Evaluación y difusión de resultados; que comprende la parte final donde se reafirmó el compromiso sobre la importancia de generar hábitos para el cuidado personal y del medio ambiente.

RESULTADOS

Es de esta manera que se planteó la realización de un manual de estrategias para promover la cultura ambiental en estudiantes de educación primaria, en la escuela Primaria Ignacio Zaragoza, ubicada en la localidad de San Miguel Xaltepec, perteneciente al municipio de Palmar de Bravo.

La primera actividad fue recabar información a través de cuestionarios realizados por los integrantes del equipo con los temas relacionados a cuidado ambiental y cuidado de la salud. Posteriormente con los resultados obtenidos se delimitaron los temas a tratar, sobresaliendo el tema de cuidado personal cuyo objetivo es generar en las personas el autoconocimiento adecuado y así lograr hábitos de cuidado; y el tema de cuidado ambiental, teniendo como objetivo el cuidado del medio ambiente va desde el uso adecuado del agua en casa, la limpieza del lugar donde uno se desempeña, la preparación de alimentos, el manejo correcto de la electricidad, el gas, el transporte adecuado y la separación de la basura en orgánica e inorgánica.

Una vez detectados los temas para trabajar en el manual se examinaron los planes y programas de estudio de 5to año de primaria, así como los libros de texto, aplicando la transversalidad de contenidos de las asignaturas de Ciencias naturales, Geografía y Formación Cívica y ética.

Se estructuraron las actividades con base a una estrategia didáctica; se implementó el uso del manual en el salón de clases, para iniciar las actividades con los estudiantes se proporcionó un ejemplar del manual, guiados por el docente; en el cual el trabajo consistía en impartir la clase magistral de contenidos y actividades, de acuerdo a la planeación oficial, seguido de la retroalimentación por parte del manual. Para ello era necesario la vinculación de los contenidos con las estrategias de dicho manual. Al ejecutar las acciones del manual los estudiantes presentaban facilidad de desarrollar habilidades de comprensión, análisis y reflexión, agilizando la resolución de los problemas planteados.

Para el seguimiento de las acciones que solicitaba el manual, era conveniente el compromiso y apoyo de los padres de familia quienes a su vez participaron en el desempeño de cada tarea encomendada. Es decir, hacían tareas en familia ya que los días viernes se hacía una evaluación donde se evidenciaba la colaboración de ellos en las labores para el cuidado del medio ambiente.

Se hizo la donación de material tales como botes de basura con la rotulación para la separación de la basura, escobas, recogedores, cubetas, cepillos y pastas dentales. Debido a que a finales de mayo se realizó una campaña de limpieza en la cual participaron los padres de familia y alumnos de quinto año, teniendo como finalidad dar limpieza a las distintas áreas de la institución, así como las calles aledañas a la escuela.

Para finalizar la aplicación del proyecto, los integrantes del equipo realizaron una reunión, donde se agradeció el apoyo del director el cual fue de suma importancia para poder desarrollar nuestro proyecto, así como a los padres de familia a quienes se les gratificó por la disposición de apoyar en cada una de las tareas encomendadas y fomentar el trabajo colaborativo para mejorar la situación de vida de su familia y comunidad.

En el presente trabajo se logró implementar un manual de estrategias para promover la cultura ambiental en estudiantes de educación primaria. Teniendo como resultado lo siguiente:

- Con la comparación de resultados de la evaluación diagnóstica donde se obtuvo que 18 de 32 padres es decir el 56% y 20 de 32 alumnos que representan el 62% desconocían temas relacionados a la cultura ambiental y el cuidado personal, con la aplicación del manual se observó que los participantes adquirieron compromiso y una responsabilidad significativa con el medio ambiente.
- Se logró la contextualización de temas curriculares que favorecieron la práctica en la vida cotidiana de los estudiantes.
- A través de la transversalidad educativa de los temas, se enriqueció la labor formativa del alumno contribuyendo a favorecer la vinculación escuela-comunidad.
- Se logró incluir la participación de un 90% de los padres de familia los cuales se involucraron en las actividades académicas de sus hijos, así como reforzar buenos hábitos de higiene personal, actitudes y cuidados necesarios para la mejora de su entorno, se consiguió que los estudiantes vieran acciones ambientales reales ejecutadas por padres y maestros uniéndose así al aprender-haciendo.
- Se creó en los niños una actitud responsable hacia el cuidado de su cuerpo, debido al aprendizaje de las prácticas activas que se ejecutaron.
- Se reforestaron áreas verdes del plantel escolar, renovando y diversificando la flora.
- Se logró distribuir en las instalaciones de la escuela, material que ayudara al mantenimiento de limpieza de la institución, a su vez que los estudiantes de manera consciente lograron aprender la clasificación de residuos, mediante colores los cuales fueron; verde para orgánica (cáscaras, restos de comida, productos lácteos y azul para inorgánica (cartón, textiles, cuero, plástico, vidrios) logrando reducir la cantidad de desechos que se generaban durante la jornada escolar.

- A través del trabajo colaborativo y el fomento de valores se erradicó la desigualdad entre géneros, logrando la inclusión de todo el grupo.

CONCLUSIONES

La aplicación de las estrategias del Manual y su análisis, dejó ver la labor docente desde una perspectiva diferente, es decir, más profesional, con mucho mayor ética, lo que permitió llevar a cabo los rasgos del perfil de egreso del alumno destacando y complementando las habilidades de cada uno de ellos.

Cabe mencionar que se vincularon contenidos educativos de acuerdo al nivel de desarrollo de los alumnos; se consiguió diseñar y organizar estrategias basadas en los problemas de los alumnos, se otorgó y utilizó material para campañas de limpieza en general, despertando el interés de los alumnos y con esto lograr un mayor impacto dentro de la comunidad.

Esto generó una satisfacción especial, sin embargo, aunque se observaron avances significativos, aún queda mucho por hacer, el hábito de higiene, no es una tarea fácil que se da de un día para otro, es un proceso que se sigue a través de toda la vida como estudiante y como ser humano. La labor del docente es animar al alumno para que en cada tropiezo busque otra alternativa y siga adelante, intentándolo de nuevo. Es necesario que el docente continúe buscando técnicas y desarrolle estrategias que sirvan en la solución del problema.

Fue indispensable contar con el apoyo de los padres de familia y el contexto escolar ya que forma parte importante el trabajo colaborativo con la comunidad educativa, mantener una comunicación con ellos y darles a conocer los propósitos de la educación y la forma en cómo pueden contribuir a su beneficio, ya que el contexto familiar favorece en gran medida el desarrollo de los niños, asimismo se da prioridad al ambiente favorable para que el aprendizaje de los alumnos sea satisfactorio.

Se puede concluir que hubo una importante reflexión en la labor docente ya que día a día el compromiso por mejorar y planear actividades adecuadas al contexto es un factor preponderante para el desarrollo integral de los niños. Aún queda mucho camino por recorrer, el proyecto pretende ayudar al logro de los objetivos curriculares, integrándose tal vez en un futuro al Modelo Educativo y en contextos diferentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acosta, G. Y. (2015). Universidad y cultura ambiental. Venezuela: Multiciencia.

Alcántara García, P. d. (1999). *Tratado de higiene escolar: guía teórico-práctica ...* / por Pedro de Alcántara García. Recuperado de: Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes, 1999: http://www.cervantesvirtual.com/obra-visor/tratado-de-higieneescolar-guia-teoricopractica--0/html/fefc21f0-82b1-11df-acc7-002185ce6064_24.html

Bermúdez Guerrero, O. M. (2003). Cultura y ambiente. Bogotá: IDEA, Instituto de Estudios Ambientales.

Bureau, V. (2008). Manual para la formación en medio ambiente. España. Lex Nova

Calvo Bruzos, S. (2006). Educación para la salud en la escuela: Madrid España: Díaz de Santos.

Colmenares E., (2008) *La investigación acción, una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas*, Universidad Pedagógica Experimental Libertador Caracas, Venezuela. Revista de educación, año 14, número 27.

Chagollán F., (2006) *Educación ambiental*, pág. 17, México, Editorial umbral.

De la Cruz González, A. M. (2015). *Formación de hábitos de higiene personal y su influencia en el proceso de aprendizaje de los y las estudiantes del segundo grado de la escuela de educación básica presidente Tamayo, cantón salinas, provincia de Santa Elena, año lectivo 2013-2014* (Bachelor's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2015).

Díaz Orozco, Gallegos Valdés, M. (2002). *Formación y práctica docente en el medio rural*. México: Plaza y Valdés.

Martínez Castillo, R. (2010). La importancia de la educación ambiental ante la problemática actual. Revista electrónica Educare, 3.

Mendizábal Rodríguez, J. A., & Anzures López, B. (1999). *La familia y el adolescente*. Rev. méd. Hosp. Gen. Méx, 62(3), 191-7.

Merced, I. N. (mayo de 2012). *Hábitos de higiene: IEP Nuestra Señora de la Merced*. Obtenido de Departamento de enfermería. boletín nº2.

Niño Barajas, L. (2012). Un estudio de caso: Una estrategia para la enseñanza de la educación ambiental. Colombia: Praxis & Saber.

Perales, F., (1999) *Educación ambiental y medios de comunicación*, México, Propuestas, Revista digital Comunicar, volumen 12.

UNICEF. (2005). Los hábitos de higiene. Ministerio de Educación y deportes, 2-5

Zambrano, L., (2015) *Formación de hábitos para el cuidado del medio ambiente en la educación*, Revista digital San Gregorio, No. 9, Volumen 1.

DISEÑO DE MATERIA COCURRECULAR SOBRE AFECTIVIDAD PARA ALUMNOS DE PRIMER SEMESTRE DE BACHILLERATO

Rocío Contreras Sánchez
contrerassanchez1980@outlook.es

RESUMEN

El objetivo principal de este proyecto, es el diseño de una materia para bachillerato en la que los adolescentes reciban la información y orientación necesaria para tomar decisiones sanas y responsables acerca de su sexualidad, y que no afecten su proyecto de vida, dado que la educación sexual en los adolescentes es un tema que no ha tenido la atención necesaria en nuestro país, se le ha dado prioridad a otros contenidos en los programas de estudios, o si se han abordado estos temas, solo ha sido transmisión de conocimientos del uso de los métodos anticonceptivos. Para esto se recurrió a hacer el análisis del plan de estudios de bachillerato, ya que no se contempla esta área en la formación de los estudiantes, sino solo se abordan de manera muy breve en materias optativas que por lo general no se aplican de manera obligatoria, la propuesta es para implementar en el primer semestre. Se seleccionaron y organizaron los contenidos a desarrollar en esta materia, para ubicarlos en cada una de las unidades de aprendizaje, con las actividades correspondientes, y el tipo de evaluación a aplicar en cada una de ellas, así también los anexos; una vez terminado el diseño y con las recomendaciones y retroalimentación de expertos en la materia, se presentó ante los directivos del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario número 76 de Santa María Tecomavaca, Oaxaca, quienes lo aprobaron, considerándolo viable para los alumnos considerando las necesidades de los mismos, el contexto y la carga horaria en el primer semestre, ya que en éste, no se cursan las asignaturas de los módulos profesionales de la carrera de técnico agropecuario.

Palabras clave: Sexualidad, proyecto de vida, educación sexual, adolescentes, formación.

INTRODUCCIÓN

En México, de acuerdo con el Censo Nacional de Población y Vivienda en el 2010, los jóvenes de entre 12 y 19 años de edad representan 15.6% de la población. El embarazo adolescente en México tiene una tendencia al alza imparable, de acuerdo con las estadísticas de natalidad del INEGI en el 2011 nacieron en el país 2.58 millones de niñas y niños; de ellos 473 mil de madres menores de 19 años de edad. Esta cifra equivale a 18.4%, es decir, prácticamente uno de cada 5 nacidos vivos en el 2011 son hijos e hijas de madres adolescentes. Las muertes maternas en adolescentes representan 13.0% de todas las registradas en el país. En 2011 la razón de mortalidad materna de las menores de 20 años es de 53.4 y para el total de mujeres de 50.1 muertes/100 000 nacidos vivos.

La Organización Mundial de la Salud OMS, (2010) considera que el embarazo durante la adolescencia es un embarazo de riesgo, debido a las repercusiones que tiene sobre la salud de la madre y el feto, además de las

secuelas psicosociales, particularmente sobre el proyecto de vida de los adolescentes En México las infecciones de transmisión sexual, -ITS- se ubican entre las 10 primeras causas de morbilidad general en el grupo de 15 a 44 años de edad. Es importante considerar que la mayoría de los jóvenes no usan siempre el preservativo y que éste sólo protege el área que cubre, uno de cada 250 preservativos es defectuoso y se puede romper, 8.0% o salirse, 7.0% de acuerdo con la *Food and Drug Administration* de Estados Unidos (2010).

En la etapa de la adolescencia es crucial para ellos la toma de decisiones en base a información científica, y sobre todo porque las malas decisiones pueden repercutir en su proyecto de vida, un embarazo a temprana edad o alguna infección de transmisión sexual, dentro del plantel, en algunos casos se da la deserción escolar por embarazo o porque los adolescentes deciden empezar a vivir en unión libre., truncando así, su educación a nivel bachillerato, por lo tanto es necesario proporcionar información clara y objetiva sobre sexualidad, así como formar a los adolescentes en habilidades que les permitan resistir las presiones que los llevan a ser sexualmente activos sin protección (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2001).

LA EDUCACIÓN SEXUAL DEL ADOLESCENTE

Para los adolescentes es imprescindible que aprendan a decidir sobre su vida, su cuerpo y su sexualidad, La habilidad de toma de decisiones: Se refiere a la capacidad de los adolescentes para “analizar las ventajas y desventajas de una acción y sus posibles consecuencias, para la elección responsable de una alternativa” (Mann, 1990, p. 107). Habilidad de comunicación asertiva con la pareja: Se refiere a la capacidad de los adolescentes para “emitir conductas que afirmen su opinión en situaciones interpersonales en que puedan darse respuestas contradictorias, sin emplear conductas agresivas hacia los demás y resistiendo a la presión del entorno” (Aguilar-Kubli, 1987, p. 12).

Por otra parte, los temas de educación sexual están considerados en el tercer semestre de bachillerato, de acuerdo al programa de orientación educativa, pero de manera breve y en sexto semestre en el programa de Ciencias de la Salud II, -en el propedéutico que se imparte en sexto semestre- de acuerdo al plan de estudios, sin embargo, por ser optativas, se han impartido otras materias como bioquímica en lugar de Ciencias de la salud II, dentro del área de químico- biológicas, por lo tanto ya no se abordan estos contenidos con los alumnos. Este tipo de temas son vistos por algunos de ellos con morbo; sin embargo, es de vital importancia que tengan la información necesaria incluso de la anatomía y fisiología de los órganos sexuales masculinos y femeninos.

Por lo tanto, es de vital importancia que se complemente la formación de los adolescentes, con una materia de afectividad, adicional a las que contempla el plan de estudios, para lo cual se elaboró el diseño del programa de la materia, primero determinando los contenidos a desarrollar, con base en las necesidades de los alumnos del centro de bachillerato tecnológico agropecuario número 76 de Santa María Tecomavaca, Oax; y posteriormente la estructuración y organización de los temas y por último, la evaluación a aplicar en cada una de la unidades.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo del presente proyecto se utilizó la metodología Investigación-Acción, esta metodología se puede considerar como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar el sistema educativo y social.

Lomax (1990) define la investigación-acción como “una intervención en la práctica profesional con la intención de ocasionar una mejora”. La intervención se basa en la investigación debido a que implica intervención disciplinada.

ANTECEDENTES

En general, los alumnos del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario número 76, no presentan problemas graves de conducta, solo algunos que son recurrentes, y se ha observado que generalmente son los originarios de la misma comunidad, ya que los alumnos originarios de otras comunidades, no presentan mal comportamiento ni mucho menos es necesario mandar a citar a sus tutores, incluso en cuanto a reprobación, los que inciden más, son los originarios de la misma comunidad.

En las actividades culturales, cívicas y deportivas, se muestran participativos, aunque estas actividades no les agreguen puntos a su calificación, hay rondalla, grupo de danza, y banda de guerra. Los alumnos de primer semestre, han mostrado buena conducta, en este ciclo hubo dos deserciones, una por reprobación y la otra por problemas de salud, en su mayoría son responsables, cumplen con las tareas encomendadas, y no se han dado casos de agresiones entre ellos o faltas de respeto hacia los docentes.

El contexto arriba descrito, es en el que se detectó la necesidad, sin embargo, la propuesta está dirigida a todos los planteles de educación media superior dada la importancia de los contenidos para la formación de los estudiantes de bachillerato, y la prevención de embarazos no deseados o enfermedades de transmisión sexual.

Los alumnos en el Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario CBTA No. 76 de Santa María Tecomavaca, Oaxaca por el comportamiento que manifiestan, en cuanto a desconocimiento en formas de prevención natal, el temor de externar sus dudas en los temas de sexualidad en las adolescentes, parece que no se ha tenido una información clara y puntual acerca de educación sexual; por otra parte, dentro de la familia, no se abordan los temas por diferentes tabúes. La asignatura de Orientación Educativa, que es donde se aborda este tema, no es curricular, por lo tanto, no se imparte de manera obligatoria, y por cuestiones de organización, no se les ha impartido al 100%, los jóvenes no cuentan con información de buenas fuentes.

DISEÑO DE LA ASIGNATURA

En un primer momento, se hizo la recopilación de información del contexto de la comunidad y de la escuela, posteriormente de los contenidos a desarrollar en el programa de esta materia con base en el análisis del programa de estudios de bachillerato, dado que no hay contenidos que aborden estos temas. Posteriormente se realizó el diseño de los objetivos y competencia a desarrollar en la materia, para partir de ello en el desarrollo de los contenidos.

Después se elaboró el diseño y organización de contenidos y actividades para la unidad I, considerando los conocimientos de los que debe partir la implementación de la materia, posteriormente, el Diseño y organización de contenidos y actividades para las unidades de la II a la V, y por último la Elaboración de los tipos de evaluación que serán aplicados en cada una de las unidades.

Dado que se trata de un diseño curricular, fue de vital importancia realizar la fundamentación del tipo de diseño del programa, así como Determinar y describir la fuente psicológica y la epistemológica de la que parte el proyecto.

Una vez realizado el programa y la secuencia, se hizo la Recopilación de los anexos que se implementarán en los contenidos. Por último, fue esencial la Revisión por parte de expertos en el área, Mtra. Isabel Marchi Pelayo y Dra. María Mónica Hernández Benítez, quienes dieron su valiosa aportación de las sugerencias necesarias dado el objetivo y las competencias a desarrollar en los adolescentes.

RESULTADOS

El diseño de la materia quedó de la siguiente manera: el propósito general del curso es que los jóvenes tengan la formación necesaria para ejercer su sexualidad de manera sana y responsable; orientando su toma de decisiones de manera racional e informada, valorando las alternativas dentro de su contexto tanto individual como social y promoviendo la equidad de género y el respeto a la diversidad; los adolescentes tendrán la oportunidad de analizar, discutir y tomar decisiones con respecto a su sexualidad dentro de un espacio objetivo y con información científica.

Las competencias a desarrollar son:

COMPETENCIA GENÉRICA. El alumno expresa una postura personal de respeto a la equidad de género, a la diversidad y a ideologías.

COMPETENCIA ESPECÍFICA. Elige decisiones asertivas en el ejercicio de su sexualidad responsable a partir de obtener información científica

El tipo de diseño es centrado en el estudiante (humanístico); por lo cual se sugiere que las actividades se desarrollen tanto de forma individual como en equipo, por ejemplo: método expositivo, estudio de casos, resolución de ejercicios, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo, entre otras; es de suma importancia la intervención de los alumnos a través de la búsqueda de información, así como exposición de sus dudas y comentarios. Cabe señalar que, para el logro del propósito del curso, es imprescindible el análisis de situaciones cotidianas que lleven al alumno a confrontar su realidad.

El programa está estructurado por unidades de aprendizaje, en las cuales se abarcan los siguientes temas:

En la Unidad I se brinda información sobre la organización y los objetivos del curso, se inicia con cuestionario de personalidad para trabajar en la autoestima de los alumnos; así también se aplica el test “Estas listo o no?” en el que se le plantean preguntas de situaciones ante embarazos no deseados, para crear el espacio de reflexión, en los contenidos se abarcan los temas de las características masculinas y femeninas, los conceptos de sexo, sexualidad y género y ciclo menstrual. En cada una de las actividades se sugiere aplicar técnicas como lluvia de ideas, exposición, línea del tiempo y trabajo en binas. La Unidad 2 se inicia con la actividad de autoconocimiento y autoestima: ¿Me quiero? Y posteriormente Las Fases de la respuesta sexual humana. (Virginia Jhonson, William Masters).

También se aborda el tema de Disfunciones sexuales, (Tipos de disfunciones, factores de temporalidad, globalidad y situacionalidad.)

En la unidad 3 se exponen los Métodos anticonceptivos, para que los identifiquen y clasifiquen, es importante iniciar rescatando los conocimientos previos, ya que este ejercicio será útil para conocer información sobre anticonceptivos que manejan los jóvenes; en la exposición presentar las muestras de anticonceptivos., las actividades que se sugieren son:

Con el juego de la memoria, utilizando las tarjetas de los métodos anticonceptivos forman pareja. Una tarjeta con la información del método y la otra con la imagen del método anticonceptivo. Reflexionan sobre la importancia del uso de los métodos anticonceptivos para adolescentes y jóvenes y sus beneficios.

- Actividad. “Preservativo si, preservativo no.” para reflexionar sobre la importancia de la comunicación en pareja.
- Dar estrategias de negociación sobre el uso de métodos de protección.
- Reflexionar sobre la influencia de la socialización diferencial a la hora de proponer el uso del preservativo.
- Afrontar las dificultades y obstáculos que podemos encontrar en la negociación del uso del preservativo.

Evaluar con Rúbrica que describa las características que debe cumplir la investigación y exposición acerca de los métodos anticonceptivos.

En la unidad 4 se abordan las Infecciones de transmisión sexual, implementando la Técnica de cacerías de firmas, y posteriormente la actividad: “Jugando con tarjetas” para que al final cada subgrupo comparta lo trabajado y discutido. A partir de allí se aborda cada una de las ideas, se corrigen posibles prejuicios, mitos conceptos erróneos, y se brinda información sobre el VIH desde un enfoque de género, derechos, diversidad y salud sexual.

Es importante cerrar esta unidad con “Toma de decisiones asertivas” -Técnica expositiva de los 8 pasos para la toma de decisiones. Para que Individualmente cada uno(a) elabore una hoja de ejercicio de las decisiones y las consecuencias, identificando situaciones que en la vida diaria los(as) ponen en riesgo, este ejercicio permitirá

realizar una valoración personal de las decisiones que se pueden tomar y las consecuencias que conllevan las mismas.

En la unidad 5 se aborda directamente el embarazo adolescente, para que los alumnos den su opinión sobre la prevención del mismo, así como sus causas, circunstancias, consecuencias y alternativas, en las categorías personales, familiares y sociales.

Esto a través de la proyección de video acerca de las implicaciones del embarazo en la adolescencia. Al final, deberán elaborar un ensayo acerca de los alcances individuales, familiares y sociales del embarazo en la adolescencia.

Para cerrar, con la técnica La Balanza, de manera individual enlistarán de un lado u otro los motivos para iniciar una vida sexual en esta etapa de la vida, en plenaria se completa la balanza general, asegurándose que todos los aspectos queden contenidos en la balanza y que participen de manera activa en el debate del ejercicio de la sexualidad.

En general, esta materia fue diseñada para abordar los temas que necesitan saber los adolescentes, de manera clara y puntual, con base en información científica, y aunado a eso, que aprendan a valorarse a sí mismos, a mejorar su autoconcepto, su autoestima lo cual les ayudará a no ceder ante las presiones del grupo al que pertenecen, y a decidir de manera correcta sobre su sexualidad y llevar a cabo su proyecto de vida.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El diseño de una materia co curricular sobre afectividad fue retroalimentado y revisado por expertos en la materia y posteriormente presentado a las autoridades del plantel mencionado ante el director Lic. Luis Paulino Antonio Cruz y el subdirector Académico, Lic. José Manuel Martínez González quienes aprobaron su viabilidad ya que consideraron que es necesario complementar la formación de los alumnos además de prevenir la deserción por este tipo de causas.

El diseño de la materia fue hecho para el Cbta 76 de Santa María Tecomavaca, sin embargo, puede ser aplicado en cualquier plantel de educación media superior, ya que se diseñó para atender las necesidades emocionales y toma de decisiones de los adolescentes en esa edad.

Dada la importancia y las repercusiones en los alumnos, ya que no tienen los conocimientos necesarios, se recomienda aplicarlo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar-Kubli, E. (1987). *Asertividad: Sé tú mismo sin sentirte culpable*. México, DF: Pax
- Alan Guttmacher Institute (2005). *Hacia un nuevo mundo: La vida sexual y reproductiva de las jóvenes*. Retrieved Octubre 17, 2005, from http://www.guttmacher.org/pubs/new_world_span.html
- Álvarez-Gayou, J. L., & Millán Álvarez, P. (2011). *Sexualidad: Los jóvenes preguntan* (Cuarta reimpresión ed.). D.F., México, México: PAIDOS.

- *Food and Drug Administration* de Estados Unidos (2010).
- Herant A. Katchadourian/Donald T. Lunde, *Las bases de la Sexualidad Humana*, Edit. CECSA., México D.F., 1988
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Censo General de Población y vivienda 2000 y 2010. México: INEGI; 2014. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/est/contenidos/Proyectos/ccpv/default.aspx>
- Kaplan, H.S. (1984). *El sentido del sexo: relaciones humanas y sexología*. Buenos Aires: Grijalbo.
- Kirby, D. (2002). Effective approaches to reduce unprotected sex, pregnancy and hildbearing. *The Journal of Sex Research*, 39, 51-57.
- Lomax, P. (1990). Action research for professional practice. *British Journal of In-service Education*, 21 (19), 1-9.
- Mann, L. (1990). *Elementos de psicología social*. México, DF: Paidós
- Organización Panamericana de la Salud (2001)
- Organización Mundial de la Salud, & Fondo de Población de Naciones Unidas. (2000, Marzo). *SIDA y el embarazo no deseado*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, Programa de Naciones Unidas sobre VIH/SIDA y Fondo de Población de Naciones Unidas.
- Charur, Z. (1993) *Habilidades básicas para la docencia*. Patria
- Zurita Sumoano, M de los A. (2009) *Sexualidad humana*, Mexico; Mc Graw Hill.

PROPUESTA DE UN PROGRAMA NUTRICIONAL PARA ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR QUE CONTRIBUYA A SU DESEMPEÑO ACADÉMICO

María Fernanda Lezama Villanueva
mafer.lezama@hotmail.com

RESUMEN

El rendimiento intelectual mejora notablemente si se incorporan nutrientes que favorecen el funcionamiento de los neurotransmisores, durante el proceso de enseñanza-aprendizaje se requiere un nivel muy alto de concentración para incorporar la información que se nos brinda, memorizarla y ponerla a prueba cuando sea el momento requerido entre otros puntos a tener en cuenta para contribuir a un mayor desempeño académico, se destacan una alimentación adecuada y un buen descanso, estos factores resultan centrales ya que tienen efectos sobre la cognición, la memoria, la concentración e incluso la motivación de una persona. (Valenzuela, 2014). El funcionamiento neuronal depende de varios factores, uno de ellos la sana alimentación, los nutrientes balanceados propiciarán que se restablezca la vaina mielina, indispensable en el envío de mensajes químicos en el cerebro, así como la generación de materia gris. (Rodríguez, 2014). Al desgaste físico diario, se une el gran desgaste psíquico que se produce durante la época de exámenes, por lo que el cerebro deberá estar muy bien alimentado. Sólo representa un 2-3% del peso corporal, pero es responsable del consumo de un 20% de la energía que extraemos de los alimentos, su principal fuente energética son los hidratos de carbono, si el aporte de ésta es insuficiente, el cerebro la obtiene a partir de otros elementos nutritivos como proteínas y grasas. Esto último no es conveniente ya que se producen alteraciones en el normal funcionamiento de nuestro cuerpo, por otra parte, en estas circunstancias y en contra de lo que algunas personas piensan, no es preciso aumentar el aporte de calorías, pero sí que se debe cuidar especialmente el aporte de determinados nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento del sistema nervioso (Consumer, 2018).

PALABRAS CLAVE: Proceso enseñanza-aprendizaje, neurotransmisores, sana alimentación, desempeño académico.

INTRODUCCIÓN

Los jóvenes al estar en crecimiento en diferentes aspectos de su vida, requieren de nutrimentos especiales para complementar su desarrollo y uno de los errores más comunes dentro de las escuelas y aún más en las universidades es la falta de comida saludable y que aporte la energía que ellos requieren para desempeñar su trabajo por lo que es necesario proponer el diseño de un menú nutritivo, saludable con opciones de combinación de alimentos que influyan positivamente en el desarrollo de los estudiantes, para que ellos comprendan la importancia del mismo, aprendan y tomen las decisiones correctas respecto a su dieta diaria, al ser un problema actual y que afecta a un grupo grande de personas y muy en particular a estudiantes, es un tema que debe tratarse y se le debe

prestar importancia, pero más allá de eso, tomar acciones que beneficien a los mismos, para aportar positivamente a su desarrollo y evitar que los números sigan creciendo.

Existe un déficit alimentario en el sector educativo y público de nuestro país, lo que influye en la capacidad de rendimiento académico y profesional, y en consecuencia en la calidad de vida del alumnado, de los docentes y de cada ciudadano en casi todas las instituciones públicas dependientes del estado (ABC, 2006) sin dejar de mencionar igualmente a las instituciones privadas. El segmento más vulnerable sin duda es de los infantes, sin embargo, en la juventud es cuando se requiere de un mayor esfuerzo intelectual por lo que el presente proyecto se enfoca más a estudiantes de nivel superior no obstante que puede llegar a adecuarse a estudiantes de cualquier nivel estudiantil.

¿QUÉ ES LA DIETA?

El término dieta se emplea de forma incorrecta ya que se tiene un concepto erróneo de la misma, por lo que según el manual de dietas normales y terapéuticas, se llama dieta al conjunto de alimentos y platillos que se consumen día a día (Pérez & Leticia, 2008). Las modificaciones que se realicen a la dieta pueden ser una medida preventiva para los individuos que tengan alguna disposición genética o cierto estado patológico, o pueden ayudar a corregir un problema agudo o crónico que requiera de un plan alimentario con características especiales.

La intervención nutricia incluye una serie de acciones y materiales necesarios para resolver o prevenir un problema nutricional (Pérez & Leticia, 2008).

LOS NEUROTRANSMISORES

Los neurotransmisores son sustancias químicas creadas por el cuerpo que transmiten señales, es decir, información de una neurona hasta la siguiente a través de unos puntos de contacto llamados sinapsis (Allen, 2018). Cuando esto ocurre, la sustancia química se libera por las vesículas de la neurona pre-sináptica, atraviesa el espacio sináptico y actúa cambiando el potencial de acción en la neurona post-sináptica.

- Las proteínas. Las proteínas son macronutrientes esenciales que adquirimos a través de los alimentos y que cumplen funciones importantes para el buen funcionamiento del organismo.
- Aminoácidos. Los aminoácidos esenciales se encuentran en diferentes proporciones en distintos alimentos, tanto de origen animal como vegetal. Para asegurar un aporte correcto de los ocho aminoácidos esenciales es necesario llevar una dieta equilibrada en la que se incluya carne, pescado y huevos, alimentos de alto valor biológico puesto que cuentan con todos los aminoácidos (Alimente, 2018).
- Carbohidratos. Son uno de los principales nutrientes en nuestra alimentación. Estos ayudan a proporcionar energía al cuerpo. Se pueden encontrar tres principales tipos de carbohidratos en los alimentos: azúcares, almidones y fibra, el cuerpo necesita las tres formas de carbohidratos para funcionar correctamente.

- Grasas. La grasa es un macronutriente energético y es absolutamente fundamental para el cuerpo. Es necesaria para el crecimiento, vital para la absorción de ciertas vitaminas (A, D, E, K), proporciona amortiguación a los órganos, colabora con el mantenimiento de las membranas celulares, mejora el funcionamiento y ambiente hormonal, controla los niveles de insulina, incrementa la fertilidad, controla el apetito, mejora el estado de ánimo y aporta energía. De 40 a 60 gramos es la porción ideal (Barboza, 2015).
- El apetito. Los ataques de ansiedad suelen ser comunes en los estudiantes, por lo que se debe tomar en cuenta durante su desarrollo, algunos presentan aumento o disminución de peso al no saber qué hacer durante los mismos, cuando se someten a presiones a las que no están acostumbrados, la mala alimentación suele ser su escape lo cual los afecta en gran manera.

LOS PRINCIPALES NEUROTRANSMISORES Y FUNCIONES

A continuación, se mencionan los principales neuroquímicos que tienen una función específica en el organismo de una persona (García-Allen, 2018):

- Serotonina. Este neurotransmisor es sintetizado a partir del triptófano, un aminoácido que no es fabricado por el cuerpo, por lo que debe ser aportado a través de la dieta. La serotonina (5-HT) es comúnmente conocida como la hormona de la felicidad, porque los niveles bajos de esta sustancia se asocian a la depresión y la obsesión.
- Dopamina. La dopamina es otro de los neurotransmisores más conocidos, porque está implicado en las conductas adictivas y es la causante de las sensaciones placenteras. Sin embargo, entre sus funciones también encontramos la coordinación de ciertos movimientos musculares, la regulación de la memoria, los procesos cognitivos asociados al aprendizaje y la toma de decisiones.
- Endorfinas. ¿Te has dado cuenta de que después de salir a correr o practicar ejercicio físico te sientes mejor, más animado y enérgico? Pues esto se debe fundamentalmente a las endorfinas, una droga natural que es liberada por nuestro cuerpo y que produce una sensación de placer y euforia. Algunas de sus funciones son: promueven la calma, mejoran el humor, reducen el dolor, retrasan el proceso de envejecimiento o potencian las funciones del sistema inmunitario.
- Adrenalina (epinefrina). La adrenalina es un neurotransmisor que desencadena mecanismos de supervivencia, pues se asocia a las situaciones en las que tenemos que estar alerta y activados porque permite reaccionar en situaciones de estrés. En definitiva, la adrenalina cumple tanto funciones fisiológicas (como la regulación de la presión arterial o del ritmo respiratorio y la dilatación de las pupilas) como psicológicas (mantenernos en alerta y ser más sensibles ante cualquier estímulo).
- Noradrenalina (norepinefrina). La adrenalina está implicada en distintas funciones del cerebro y se relaciona con la motivación, la ira o el placer sexual. El desajuste de noradrenalina se asocia a la depresión y la ansiedad.

- Glutamato. El glutamato es el neurotransmisor excitatorio más importante del sistema nervioso central. Es especialmente importante para la memoria y su recuperación, y es considerado como el principal mediador de la información sensorial, motora, cognitiva, emocional. De algún modo, estimula varios procesos mentales de importancia esencial. Las investigaciones afirman que este neurotransmisor presente en el 80-90% de sinapsis del cerebro. El exceso de glutamato es tóxico para las neuronas y se relaciona con enfermedades como la epilepsia, el derrame cerebral o enfermedad lateral amiotrófica

LA SANA ALIMENTACIÓN PARA EL APRENDIZAJE

Una dieta equilibrada proporciona los nutrientes necesarios para el cuerpo, por el contrario, el exceso de lípidos produce engrosamiento de la sangre y flujo lento cardíaco, que por consecuencia podría manifestar falta de oxigenación en el cerebro, asegura la nutrióloga del Centro de Nutrición y Alimentación de Zaragoza, Cecilia Rangel Rodríguez (2014).

Los complementos alimenticios, tales como el Omega3, que desacelera la degeneración neuronal, el Acetil Colina, que es un potente neurotransmisor y previene la oxidación, como también la Coenzima Q10, que agiliza los procesos metabólicos cerebrales y orgánicos, producen que los estudiantes se mantengan alertas y tengan mayor capacidad de memoria y retención capacidades esenciales durante sus períodos escolares, ya que un tercio de su vida como jóvenes lo pasarán en la universidad.

Tener horas establecidas para realizar las tres comidas es importante, sin embargo, es una realidad que la mayoría de estudiantes no puede hacer realidad eso, comen como ellos dicen a la hora que pueden y lo que esté al alcance. De acuerdo con la nutrióloga chilena, Rosa Estela Páez, “comer ordenadamente mejora el sistema digestivo e inmunológico, no comer a horas adecuadas, puede causar colitis nerviosa, gastritis o inflamación del colon”. (Rodríguez, UtelBlog Universidad, 2014) Una dieta adecuada puede prevenir enfermedades, así como mejorar nuestro rendimiento físico y mental.

Una sana alimentación debe complementarse con *snacks* apropiados, por ejemplo, los arándanos rojos, contienen sustancias benéficas para los sistemas cardiovascular e inmunológico, así como los frutos secos, alimento que contiene una suma importante de grasas saludables y son ricos en Omega 3.

El funcionamiento neuronal depende de varios factores, uno de ellos la sana alimentación, los nutrientes balanceados propiciarán que se restablezca la vaina mielina, indispensable en el envío de mensajes químicos en el cerebro, así como la generación de materia gris (Rodríguez, 2014).

REQUERIMIENTOS ALIMENTICIOS EN JÓVENES SEGÚN SUS CARACTERÍSTICAS FISIOLÓGICAS

La juventud es una etapa de la vida en la que ya no existen las elevadas demandas energéticas y nutritivas que caracterizan a otros periodos, tales como la infancia o la adolescencia. Estas necesidades son sensiblemente menores en relación con el peso corporal, y dependen, entre otros factores, de: edad, sexo, complexión ya sea fuerte, mediana, delgada y grado de actividad física (Consumer, 2018).

Tabla 1. Medianas de alturas, pesos y necesidades calóricas

Medianas de alturas, pesos y necesidades calóricas para el crecimiento normal en la adolescencia				
	Edad (años)	Altura (cm)	Peso (Kg)	Energía: Kcal/día
Hombres	18 - 24	176 - 177	66-72	2.900 - 3000
	25 - 40	176 - 177	79	2.900
Mujeres	18 - 24	163 - 166	55 - 58	2.200
	25 - 40	163 - 166	63	2.200

Fuente: (Consumer, Trabajo y Alimentación, 2018)

Tabla 2: Raciones diarias y frecuencia de consumo recomendada de alimentos

RACIONES DIARIAS Y FRECUENCIA DE CONSUMO RECOMENDADA DE ALIMENTOS

ALIMENTOS	OBSERVACIONES	Raciones y frecuencia de consumo recomendada
Leche y derivados	<ul style="list-style-type: none"> - Buena proporción de proteínas y calcio, B2, vitaminas A y D. - En caso de obesidad o enfermedad cardiovascular, a partir de 500 mL de leche, recomendar lácteos descremados. 	- Al menos dos vasos de leche o alimento equivalente al día.
Carnes y derivados	<ul style="list-style-type: none"> - Ricas en proteínas completas y hierro de fácil absorción. - Preferir las magras, de menor aporte de grasas saturadas que el resto. - Limitar el consumo de embutidos, foie gras y patés... 	<ul style="list-style-type: none"> - Carnes, menos de 6 veces a la semana (120-130 g la ración) - Jamón y fiambres magros, semanal. - Embutidos, consumo semanal.
Vísceras	- Hígado (para asegurar aporte de hierro y vitaminas liposolubles A y D). Puede sustituirse por carne de caballo, con similar aporte de hierro.	- Se admite 1 ración cada quince días.
Pescados	<ul style="list-style-type: none"> - Ricos en proteínas completas, hierro y grasas insaturadas. - Los azules contienen ácidos grasos omega-3. 	- Mínimo 4 veces/semana (140 g la ración)
Huevos	- Proteínas completas, hierro, vitaminas A y D (yema) y grupo B (clara), grasa saturada y colesterol.	- Hasta tres veces/sem. (2 unidades la ración)
Cereales y féculas	- Aportan gran cantidad de hidratos de carbono complejos (almidón) y en menor cantidad, vitaminas y minerales. Salvo los cereales integrales, el resto son pobres en fibra.	- Diario (pan en cada comida y en tomas principales, arroz o pasta o patata...)

Fuente: (Consumer, Trabajo y alimentación, 2018)

Tabla 3: Consumo recomendado de alimentos

Legumbres	- Ricas en proteína vegetal, vitaminas del grupo B, minerales y fibra (legumbres con cereales = proteínas completas).	- 2-4 veces/semana.
Verduras y hortalizas	- Ricas en vitaminas, minerales y fibra.	- En comidas y cenas. Tomar cada día una ensalada...
Frutas frescas	- Vitaminas, minerales, agua y fibra (salvo los zumos). Preferir la fruta fresca. Incluir cada día una pieza rica en vitamina C (cítricos, fresas, melón, etc.)	- 2-3/día y un zumo
Azúcares y dulces	- Hidratos de carbono sencillos. - Azúcar, cacao en polvo, miel, mermelada, etc.	- Controlar la cantidad. De azúcar se admite hasta 30 g/día.
Comidas rápidas	- Muy calóricas, ricas en grasas saturadas, colesterol y pobres en fibra. Elevado contenido de sodio (sal).	- Consumo esporádico.
Aceites y grasas	- Preferir aceites de oliva y semillas (girasol, maíz, soja...) - Mantequilla o margarina, en crudo se digieren mejor.	- Especialmente recomendado el virgen de oliva. - Moderar la cantidad.
Miscelánea	- Repostería, refrescos, snacks,....	- Consumo esporádico.

Fuente: (Consumer, Trabajo y alimentación, 2018)

Tomando en cuenta la tabla anterior de los requerimientos de un joven, en cuanto a los porcentajes que se deben establecer en cada comida son, 30% desayuno, 50% comida y 20% cena del total de las kilocalorías que deben consumir al día, o bien si se divide en 4 comidas que son las esenciales los porcentajes se establecerían de este modo:

Tabla 4. Proporción de calorías por comida

Comida	Proporción
Desayuno	20-25 % de las calorías diarias
Almuerzo	35-40 % de las calorías diarias
Merienda	10-20 % de las calorías diarias
Cena	15-25 % de las calorías diarias

Fuente: Elaboración propia

En estos menús el enfoque será el desayuno ya que es el tiempo del día en el que están en la institución, por lo que, teniendo en cuenta que su aporte calórico debe ser de 2900-3000 en hombres y 2200 en mujeres, se tomará como rango 2500 kilocalorías en las cuales los alumnos podrán combinar o mezclar ciertos alimentos para llegar a su aporte; realizando 3 comidas, el aporte sería de 750 kcal y 4 comidas de 625 kcal, se dejó la opción de 3 alimentos tomando en cuenta que los alumnos no llevan un orden estricto en su alimentación y lo que se pretende en primera instancia es que aprendan respecto a ello para posteriormente volverlo un hábito, de dejarán opciones de colación que serán en caso de que realicen las 4 comidas.

Figura 1: Kilocalorías en Proteínas, grasas y CHO

Para convertir esta energía (kcal) en gramos de proteínas, grasas e hidratos de carbono, debemos recordar que:

- 1 g de proteínas proporciona 4 kcal.
- 1 g de hidratos de carbono proporciona 4 kcal
- 1 g de grasas proporciona 9 kcal

Fuente: Pérez M. d., (2018)

Objetivo general

Elaborar un programa nutricional para estudiantes de nivel superior que contribuya a su desempeño académico.

Metodología

En la metodología de investigación-acción se ponen a prueba las conclusiones de la investigación externa realizada, lo cual permite que además del aporte original, nuevos investigadores puedan modificar y/o mejorar y sacar nuevas conclusiones de lo ya escrito.

El proyecto se diseña para aplicarse en la Universidad Mesoamericana de Tehuacán para todas las áreas, ya que se ha tomado como muestra teniendo en cuenta que los alumnos se quedan, algunos son jóvenes que viven fuera y que tienen que viajar cada fin de semana lo cual implica gastos no solamente de traslado sino renta, alimento, estudios, entre otros, por lo que el remanente que dejan para sus estudios es poco, es por eso que se busca beneficiarlos aportando un menú a su alcance y que además cumpla con los requerimientos necesarios para su desarrollo académico.

Las técnicas de investigación de campo dirigidas a recoger información primaria son:

- La observación, de la cual surgió la idea de la creación del proyecto, ya que al ser parte de la institución se pudo notar con facilidad que el mínimo común entre los jóvenes es el no alimentarse correctamente.

- Las técnicas de análisis de documentos, en la cual se comenzó a investigar de la existencia de menús para estudiantes en México, lo cual no dio resultados positivos, ya que el enfoque que existe es para niños de nivel preescolar.
- El cuaderno de notas, en el que se plasmaron los resultados y las investigaciones posteriores realizadas.

Resultados

Los resultados obtenidos son una serie de 5 menús combinables y saludables los cuales podrán implementarse en las instituciones educativas superiores con el fin de beneficiar a los estudiantes de las mismas, al ser combinables, los resultados de menús podrán ser mezclados y el estudiante aprenderá a sumar las kilocalorías consumidas en el desayuno y tomar en cuenta las que son necesarias para ese tiempo de comida, dando esto como resultado un aprendizaje en cuanto a su alimentación y un buen estilo de vida, ya que al conocer lo que contribuye a su crecimiento y desarrollo, sabrán elegir sus alimentos no solamente en la institución.

Se trata de elaborar menús sencillos de preparar, nutritivos y al alcance de cualquier cafetería, los colores pueden combinarse, no quedará estandarizado a un solo menú, cuando el alumno aprenda a conocer sus requerimientos, y revise los totales que debe cubrir es cuando sabrá aprender a elegir sus desayunos dentro de la institución y fuera de la misma, ya que tendrá conocimiento previo y hará de ello un estilo de vida. A los menús que no alcanzaron al 100% su total de kilocalorías se les podrá anexar un apartado de bebidas y/o colaciones para así cubrir el requerimiento total del mismo.

De forma general se enlistan los beneficios de ciertos alimentos en el organismo:

- Las nueces: ayudan a desarrollar la memoria y favorecen el aprendizaje, además, son un antidepresivo natural ya que su alto contenido en omega 3 favorece la producción de serotonina, sustancia que aumenta la sensación de bienestar y felicidad. (Spain, 2018)
- Chocolate negro: Tiene propiedades antioxidantes y antiinflamatorias que pueden ayudar a disminuir la presión arterial y mejorar el flujo sanguíneo hacia el cerebro y el corazón. Además, contiene varios estimulantes naturales que mejoran el estado de ánimo, la concentración y las habilidades cognitivas.
- Hojas verdes: Consumir regularmente alimentos de hojas verdes, como la acelga y la lechuga, puede ayudar a que los adultos tengan un deterioro mental más lento que quienes comen sin verduras. Además, las verduras de hoja verde ayudan a combatir la inflamación y mantener los huesos fuertes.
- Alimentos de grano entero: Panes integrales, cereales, cebada, pochoclos, entre otros alimentos de grano entero, son un gran estimulador cerebral y pueden aumentar el flujo de sangre al cerebro
- Yogurt: Los alimentos ricos en calcio, como el yogurt, la leche y el queso, mejoran la función nerviosa. El yogurt también ayuda a la memoria. (Shutterstock, 2016)

- Frutas: Contienen antioxidantes que protegen frente a enfermedades relacionadas con la degeneración del sistema nervioso. (Deportiva, 2018)
- Proteínas: Su carencia nos produciría daños en el sistema inmunológico, problemas de crecimiento o alteraciones intelectuales. (Alcántara, 2014)

Conclusiones

Mediante el presente proyecto de investigación se busca que los alumnos conozcan algunas formas de combinación de alimentos, lo cual les beneficiará y hará más fácil su estancia en la universidad en el sentido de estar bien físicamente para rendir lo necesario, ya que al saber los beneficios que aportan a su desarrollo los alimentos, sabrán elegir los adecuados. Además de que al ser la primer propuesta realizada de este tipo, por lo que se podrá dar a conocer e implementar en diferentes campos universitarios de la región y del estado, para así beneficiar a la comunidad y no únicamente a una institución. La adecuada alimentación de los estudiantes universitarios es un tema poco abordado porque se considera que tienen la suficiente madurez e información para hacerlo, sin embargo la realidad nos muestra otra cosa. Es por ello que debemos estar conscientes de la importancia que tiene una buena y sana alimentación en el desarrollo académico de los estudiantes universitarios.

Referencias

- ABC. (16 de Octubre de 2006). Obtenido de <http://www.abc.com.py/edicion-impres/locales/mala-nutricion-afecta-el-nivel-de-ensenanza-y-aprendizaje-937463.html>
- Alcántara, J. (08 de Julio de 2014). *JennHealth*. Obtenido de <http://jennhealthgroup.com/10-beneficios-de-las-proteinas/>
- Alimente, e. c. (27 de Febrero de 2018). *Alimente*. Obtenido de https://www.alimente.elconfidencial.com/nutricion/2018-02-27/proteinas-aminoacidos-para-que-sirven_1522540/
- Allen, J. G. (2018). *Psicología y mente*. Obtenido de <https://psicologiymente.com/neurociencias/tipos-neurotransmisores-funciones>
- Barboza, S. (2015). *Los secretos de Sascha Fitness, logra un estilo de vida saludable*. Venezuela: Planeta Venezolana.
- Consumer, E. (09 de Septiembre de 2018). *Trabajo y alimentación*. Obtenido de <http://trabajoyalimentacion.consumer.es/adulto-joven/caracteristicas-fisiologicas>
- Deportiva, A. W. (09 de Abril de 2018). *AmedWeb*. Obtenido de <https://amedweb.com/5-beneficios-comer-frutas-verduras/>
- Flores, P. N. (22 de Diciembre de 2012). *Blogspot*. Obtenido de <http://rodriguezflorespavel.blogspot.com/2012/12/historia-de-tehuacan.html>
- Lacendi. (23 de Mayo de 2016). *Yo soy Puebla*. Obtenido de Lacendi. (2016). 10 celebraciones en Puebla que no te debes perder. 01 Septiembre 2018, de Yo soy Puebla Sitio web: <https://www.yosoypuebla.com/2016/05/10-celebraciones-puebla/>
- Licata, M. (2018). *ZonaDiet*. Obtenido de <https://www.zonadiet.com/nutricion/distribucion.htm>

- OCDE. (2017). Obtenido de <https://www.oecd.org/mexico/Health-at-a-Glance-2017-Key-Findings-MEXICO-in-Spanish.pdf>
- Pérez, A. B., & Leticia, M. (2008). *Manual de dietas normales y terapéuticas*. CDMX: Ediciones científicas.
- Pérez, M. d. (2018). *Edu*. Obtenido de http://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/ELABORACI%C3%93N%20DIETAS_1.pdf
- Rodríguez, A. (21 de Febrero de 2014). *UtelBlog Universidad*. Obtenido de <http://www.utel.edu.mx/blog/rol-personal/la-sana-alimentacion-para-el-aprendizaje/>
- Shutterstock. (09 de Noviembre de 2016). *Universia Argentina*. Obtenido de <http://noticias.universia.com.ar/cultura/noticia/2016/11/09/1145396/29-alimentos-mejoran-rendimiento-intelectual.html>
- Spain, U. (2018). *UpSpain*. Obtenido de <https://www.up-spain.com/blog/los-beneficios-de-las-nueces-para-el-cerebro/>
- Tehuacán. (2015). Obtenido de <http://www.tehuacan.mx/espanol/la-cultura-de-tehuacan.php>
- UMA. (2017). Obtenido de <http://www.tehuacan.umaweb.edu.mx/filosofia>
- Valenzuela, B. R. (16 de 06 de 2014). *Buena vida*. Obtenido de https://www.clarin.com/nutricion/alimentarse-mejorar-aprendizaje_0_rJnHGXnqw7g.html

EL MÓVIL DE LAS CIENCIAS: FORMANDO MENTES CURIOSAS

Aquino Cruz Jessica Jazmín, Córdova Olmos Daniela, Cruz Vargas Jesús, García Nájera Areli, Méndez Hernández Adriana
cienciamovil@outlook.es

RESUMEN

Actualmente la enseñanza de las ciencias se ha desarrollado de manera teórico – práctico, por ello adquiere la misma relevancia que español y matemáticas dentro del ámbito educativo. Cabe mencionar que las estrategias de resolución y enseñanza se vinculan con las secuencias didácticas, objetivos y evaluación. Según García-Ruiz y Orozco-Sánchez (2008) en un estudio realizado mencionan que, con respecto a las estrategias, recursos y actividades para enseñar las ciencias, los profesores sólo hacen uso de los cuestionarios, resúmenes, exposiciones orales de los temas con la ayuda de esquemas o ilustraciones y lectura del libro de texto. Ninguno de ellos realizaba en su clase actividades experimentales o prácticas, argumentando que no cuentan con la formación adecuada, ni con el material necesario. Por ende, las actividades experimentales, aunque requieren mayor esfuerzo del docente en su preparación y desarrollo, representan para el estudiante una forma de aprendizaje más dinámica y agradable, además despierta el gusto por la asignatura y hace que las ciencias estén más relacionadas con su vida cotidiana. También apoya a las clases teóricas de cualquier área del conocimiento, ayudando a los educandos a resolver problemas, a explicar y comprender los fenómenos con los cuales interactúan en su cotidianidad. De esta forma una clase teórica de ciencias, de la mano de la enseñanza experimental creativa y continua, puede aportar al desarrollo en los estudiantes de algunas de las habilidades que exige la construcción de conocimiento.

ABSTRACT

At the moment the teaching of the sciences has been developed in a theoretical - practical way, for that reason it acquires the same relevance as Spanish and mathematics within the educational field. It is worth mentioning that the strategies of resolution and teaching are linked to the didactic sequences, objectives and evaluation. According to García-Ruiz and Orozco-Sánchez (2008) in a study carried out mention that with respect to strategies, resources and activities to teach science, teachers only make use of questionnaires, summaries, oral presentations of topics with the help of schemes or illustrations and reading of the textbook. None of them carried out experimental or practical activities in their class, arguing that they do not have the adequate training or the necessary equipment. Therefore, the experimental activities, although they require more effort of the teacher in their preparation and

development, represent for the student a more dynamic and pleasant way of learning, also awakens the taste for the subject and makes the sciences are more related to their daily life . It also supports the theoretical classes of any area of knowledge, helping students to solve problems, to explain and understand the phenomena with which they interact in their daily lives. In this way, a theoretical science class, together with creative and continuous experimental teaching, can contribute to the students' development of some of the skills that knowledge construction demands.

PALABRAS CLAVE: ciencias, móvil, conocimiento, prácticas experimentales.

INTRODUCCIÓN

Hoy en día los adolescentes muestran desinterés por aprender la ciencia por medio de la experimentación, porque la ven aburrida y desvinculada de su cotidianidad, o porque los profesores no utilizan la metodología adecuada para impartir la asignatura, lo cual los desmotiva. Por ello es necesario que los estudiantes de primaria como de secundaria vinculen sus conocimientos a través de la teoría y la práctica de las ciencias experimentales.

Por lo que, si se lleva la teoría a la práctica o se explican estos conocimientos, los estudiantes participan activamente, asimismo los aprendizajes serán entendidos y reforzados, ya que a través de la aplicación se adquiere el objetivo procedimental, como consecuencia la enseñanza será más atractiva para los adolescentes. Por otro lado, la enseñanza de la ciencia es importante ya que permite comprender a la sociedad y a los fenómenos naturales. También conlleva a que los estudiantes cuestionen y juzguen los cambios que ocurren.

Por lo tanto, a través de la ciencia se permite plantear nuevos juicios, elaborar explicaciones utilizando la observación, así como comprender la manera en la que influyen los cambios naturales y físicos. La actividad experimental es uno de los aspectos clave en el proceso de enseñanza y aprendizaje, pues permite generar criterios de validez del conocimiento científico, genera una prueba definitiva de las hipótesis y/o teorías, además de que a cada alumno le permite desarrollar ciertas habilidades y destrezas para las cuales este tipo de actividades es fundamental, asimismo pueda comprender de forma clara la concepción de ciencia y de algunos conceptos clave de esta.

Todo lo anterior motiva a la puesta en práctica del llamado móvil de las ciencias, que es un laboratorio con instrumentación que permita la apreciación de ciertos experimentos de las asignaturas de biología, física y química, contrastando lo teórico visto en el salón de clases y apreciándolo con fenómenos que ocurren en su entorno, para ello se habilitó una unidad móvil que fungió como laboratorio para la adquisición del aprendizaje en ciencias, esto conlleva la gestión de los recursos para el funcionamiento de mismo, la implementación de prácticas experimentales para la adquisición del conocimiento científico básico y la implementación de las practicas experimentales así como los resultados significativos de la misma.

OBJETIVOS / HIPÓTESIS

Objetivo general

Habilitar una unidad móvil que funcione como laboratorio para la adquisición de los aprendizajes en Ciencias.

Objetivo específico

- 1.- Gestionar los recursos necesarios para el funcionamiento del laboratorio móvil.
- 2.- Implementar prácticas experimentales para la adquisición del conocimiento científico básico.
- 3.-Explicar las causas de los procesos y fenómenos naturales a través de la experimentación en el laboratorio móvil.

METODOLOGÍA / MÉTODO

La enseñanza de las Ciencias, sobre todo en la educación secundaria debería permitir la superación de las concepciones previas de los adolescentes acerca de los fenómenos naturales. Además, debería incidir en sus modos de pensar el mundo y actuar sobre él. Para Gil Pérez (1991) propone métodos didácticos para la enseñanza de las ciencias:

a) Método experimental:

Como su nombre lo indica, es propio de las ciencias experimentales. Dicho método comprende los pasos ya antes mencionados del método científico.

b) Método de problemas o inquisitivos.

Los conocimientos se adquieren a través de situaciones presentadas en forma de problemas o interrogantes que los alumnos individualmente o por equipo, deben resolver o responder investigando y descubriendo las causas a los que obedecen los fenómenos o hechos estudiados.

c) Método de investigación o descubrimiento

Concede atención a las actividades del alumno, empleando técnicas elementales de investigación, por medio del cual llegamos al descubrimiento de la verdad.

d) Método heurístico o de búsqueda.

Para cualquier trabajo se requiere siempre la actividad del alumno, la investigación puede ser de diversos tipos: bibliográficas y de resolución de problemas. En algunos casos sencillos, este método se puede aplicar para tratar diversos temas del programa; la formulación de cuestionarios – guías o tarjetas que sirven de ayuda.

RESULTADOS

El móvil de las ciencias, permitió realizar actividades educativas que promueven el aprendizaje por medio de la transformación física de lo conceptual y representacional, la colaboración, y que se apoyan en las materias de Biología, Física y Química. En este apartado, presentamos los resultados que arrojó el uso de este recurso innovador en las ciencias. Los resultados muestran un proceso inicial de aprovechamiento de los recursos que se les presentaron a los alumnos, y aunque la mayoría simplemente trasladaban su aprendizaje en el aula a lo práctico, otros han comenzado a despertar mayor interés por las ciencias y aumentar su confianza en el manejo del laboratorio. Este proyecto, también demostró que los alumnos tienen una mejor comprensión de los procesos naturales, lo que les ayudará a desarrollar mejor el aprendizaje y en los docentes el uso de prácticas experimentales para incorporarlas en sus actividades de enseñanza de la ciencia.

En este proyecto, el aprendizaje de la ciencia y su aplicación, fue una tarea fascinante que buscó despertar el interés de los alumnos por descubrir los secretos de este mundo cambiante, del que forman parte y a partir del cual se construyen su conocimiento.

Es reconocido por diferentes autores, entre los que citamos anteriormente, López Rúa (2012), que cuando se vivencia un suceso, de cualquier índole, no sólo se logra un mejor conocimiento conceptual, sino que además se consigue el desarrollo de ciertas habilidades y por qué no, curiosidad por saber más acerca de cómo ocurren muchos de los fenómenos naturales con los cuales se convive.

Como maestrantes frente a grupo, hemos observado al momento de la práctica con alumnos de escuelas primarias y secundarias diversas, notamos que el trabajo con los distintos grupos de alumnos varía notablemente de una institución a otra y de un grupo a otro. Que el significado o la valoración a la ciencia es distinta y los alumnos responden de distintas formas al trabajo experimental y sus efectos son diferentes.

Una vez aplicada la propuesta en la escuela secundaria “Benito Juárez”, realizamos una encuesta a toda la población que ingreso al móvil, preguntando cosas como: ¿qué les atrajo? ¿Qué opiniones pueden expresar acerca de los sucesos científicos que visualizaron y experimentaron? ¿Consideras que lo que observaste y manipulaste te ayuda a comprender mejor el origen de los procesos y fenómenos naturales que ocurren en tu entorno?

El propósito de la encuesta fue la de recabar opinión de los alumnos que participaron, tomando en cuenta en nuestras preguntas tres cuestiones que nos interesó conocer: a) el gusto por la ciencia, por el trabajo experimental, por los fenómenos físicos y la observación microscópica; b) el conocimiento que ellos tenían de los temas que se trataron (saberes previos) y c) la predisposición y ánimo a realizar y reproducir por sí solo las experiencias vividas.

A través de la recolección de esta información se pudo evaluar el impacto de este proyecto didáctico-pedagógico y el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos por el equipo de trabajo.

La intención fue observar cómo los chicos vivían la experiencia; es decir, les interesa, los entusiasma, lo quisieran comunicar y reproducir, lo relacionan con su vida cotidiana, o si les resulta algo provechoso para su formación.

Resultados de la organización y aplicación de las actividades del móvil

Las actividades experimentales, estaban agrupadas por asignatura (biología, física y química), organizadas por temas, y estas actividades, fueron diseñadas para una aplicación simple y de fácil reproducción, buscando enfatizar en el estudiante el “cómo se hace” y con el propósito de cada actividad experimental bien explicada, tratando de no confundirle lo que realmente se pretende que observe y comprenda, y en consecuencia el “cómo lo interpreta”.

Los alumnos trabajaron en el desarrollo de las siguientes actividades experimentales:

Biología: Construcción de las bases nitrogenadas que componen al ADN, construcción de unos pulmones artificiales para observar la afectación causada por el tabaco, historia y uso del microscopio a través de la observación de fluidos y sustancias de su alrededor (sangre, saliva, una hoja de un árbol, etc...)

Física: Elaboración de la masa newtoniana identificando su diferencia de esta sustancia con el resto de sustancias con características de la materia como lo son la viscosidad, inermiabilidad, entre otras. Construcción de campos magnéticos, manipulación de la energía a través de una lámpara de plasma y lámpara de lava.

Química: Elaboración de jabones caseros mezclando diferentes sustancias y creando nuevas mezclas, transformación de la materia a través de la elaboración de una plastilina casera. Métodos de separación de mezclas, aplicando la de cromatografía específicamente.

La aplicación del proyecto fue a un total de 300 alumnos de distintos grados de secundaria (dos grupos por grado). Del análisis estadístico de los resultados obtenidos de las encuestas para el impacto del móvil de las ciencias, se desprende que las visitas en general resultaron positivas en un amplio aspecto. Los alumnos afirmaron en su mayoría conocer los fenómenos, pero no haberlos investigado o no sentir la necesidad de cuestionarse el porqué de ellos y el cómo funcionan ciertos instrumentos. Algunos expresaron que era la primera vez que se encontraban con tanto contacto con la ciencia y que no se habían dado cuenta de que algunos fenómenos son tan cotidianos que pueden observarse en su alrededor. Otros estaban sorprendidos con el uso del microscopio y el uso de materiales que quizá tienen en casa para realizar sus experimentos. En todas las mesas de trabajo, se experimentaron eventos o fenómenos naturales que han visto en las tres diferentes asignaturas de ciencias de los tres grados de secundaria, y nos ocupamos de explicar y estimar la agudeza visual y la observación y comprensión de todo con lo que interactuaban.

El 88 % del total de encuestados, fue de aceptación e interés por las actividades desarrolladas en las mesas de trabajo, un 22 % de los encuestados realizó comentarios de mayor aceptación y se observa que se despertó en ellos la curiosidad por indagar y buscar respuesta a los fenómenos naturales que observa.

Como resultado general, su atractivo fue mayor en alumnos de primero y segunda año (51 %) que en alumnos de tercer grado (43 %), resultando en un 18% aproximado de todo el total que simplemente dio una aceptación general o no le causó ningún interés.

Al finalizar la jornada o visitas, muchos docentes expresaron haber observado en sus alumnos entusiasmo, disciplina y así mismo, percibieron ganas por interesarse, jugar y descubrir, actitudes positivas y favorables. Nos manifestaron gratitud y que esta actividad les era muy útil para concretizar fenómenos y practicarlos.

En relación con los resultados obtenidos pudimos contrastar que la falta de espacios no es un obstáculo para que los alumnos puedan poner en práctica sus conocimientos pues se pueden adecuar para así poner en práctica los conocimientos adquiridos en el aula, mediante la utilización de circunstancias reales que favorezcan la adquisición de los aprendizajes a su vez desarrollen la capacidad de cuestionar los fenómenos que ocurren a su alrededor, donde a través de la práctica los alumnos puedan comprender los conceptos de manera más sencilla.

“La experimentación es una parte práctica fundamental de la Ciencia que los profesores no suelen llevar a cabo, a pesar de estar presente en el currículo oficial, debido a diferentes razones como que no hay tiempo suficiente, no se disponen de los materiales necesarios o conlleva una mayor dedicación” (Pujol, 2007). Por nuestra parte estuvimos muy a gusto en todas las mesas de trabajo y notamos que en general la propuesta resultó provechosa para la comunidad escolar, y muchos docentes estaban muy interesados por participar, a la par de sus alumnos; aunque otros permanecieron a un costado.

La producción de conocimiento científico, a través de este proyecto, se orientó preferentemente a la formación de los alumnos en tareas de experimentación, a reforzar los contenidos de ciencias mediante estrategias no formales y buscar las posibilidades de impacto de las ciencias básicas en los alumnos.

La iniciativa de este proyecto fue que nuestro trabajo sea una ayuda para conseguir estos logros y creemos que algo se consiguió. Hemos transcurrido un proceso de trabajo formativo que pretendió de manera especial acompañar a los alumnos en un proceso de adquisición de un aprendizaje significativo a través de la experimentación, a intentar agregar algo nuevo a lo cotidiano, a ampliar las alternativas didáctico-pedagógicas y a contribuir a la formación integral del alumno.

Este trabajo permitió clarificar las ideas de las docentes relacionadas con la naturaleza de la ciencia y el método científico y a reconocer la importancia del tratamiento de estas desde la ciencia escolar como un aspecto esencial en el perfeccionamiento de la educación científica en la actualidad.

Finalmente, dar mayor importancia a las actividades experimentales, no es solamente para describirlas o justificar la teoría, sino para mostrar su relevancia en la construcción de conocimiento y en la vida cotidiana. La riqueza conceptual que hay en la exploración de los fenómenos permite avanzar en la construcción y organización de explicaciones y confrontaciones por parte del estudiante. Cuya finalidad sea describir y explicar el mundo, resolver problemas prácticos y, en último término, transformar dicho mundo.

CONCLUSIONES

EL objetivo principal de la implementación del proyecto se enfocó en habilitar una unidad móvil que funcionara como laboratorio para realizar prácticas experimentales y de esta manera fortalecer la adquisición de los aprendizajes significativos de la asignatura de Ciencias. Por tal motivo implementar dicha propuesta de trabajo favoreció aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales de los educandos, asimismo permitió reafirmar que la ciencia es atractiva e interesante para los estudiantes siempre y cuando ellos se encuentren en contacto con la misma, poniendo en práctica una metodología adecuada y haciendo el uso de practica experimental.

Para llevar a cabo el proyecto se tuvo que gestionar recurso y material necesario para la elaboración de los experimentos y equipamiento del móvil, siendo este uno de los objetivos específicos, fue evidente que hacer este tipo de peticiones nos facilitó la práctica experimental con la finalidad de satisfacer las necesidades de los estudiantes en cuanto a la asignatura de ciencias, dado que el alumno fue capaz de cuestionar sus saberes y confrontarlos con su realidad, puso en práctica sus conocimientos previos y los verificó mediante la experimentación.

Es conveniente mencionar que al implementar las practicas experimentales para la adquisición del conocimiento científico básico fue necesario seleccionar las practicas que funcionaran y dieran resultados favorables para dicho proyecto, ya que pudimos apreciar el interés y gusto por parte del colectivo estudiantil, debido a que cada experimento tuvo el propósito de fortalecer aquellos conceptos y contenido programático de la asignatura de Ciencias. Asimismo, verificamos el interés de los dicentes a través de las opiniones de los maestros, pues ellos observaron el entusiasmo y disciplina al ser partícipes en este proyecto.

Como conclusión del último objetivo específico el cual fue explicar las causas de los procesos y fenómenos naturales a través de la experimentación en el laboratorio móvil pudimos observar que con ayuda de los recursos empleados, los alumnos pudieron fortalecer y corroborar sus conocimientos al manifestar opiniones y cuestionamientos de lo analizado en cada mesa de trabajo, aunque también fue necesario la implementación de audios y videos para explorar a profundidad el contenido de cada experimento.

Cabe mencionar que este trabajo permitió clarificar las ideas de los alumnos en relación con la naturaleza de la ciencia y el método científico, así como reconocer la importancia del tratamiento de estas desde la ciencia escolar como un aspecto esencial en el perfeccionamiento de la educación científica en la actualidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Díez, Y. B. (2014). La educación media superior en el mundo. *Innovacion educativa*.
- Duro, E. N. (2008). *Instrumento De Autoevaluación de la Calidad Educativa: un camino para mejorar la calidad educativa en escuelas primaria*. Argentina : UNICEF.
- Espinoza Ríos, E. A., & Gonzalez Lopez, K. D. (2016). Las prácticas de laboratorio: una estrategia didáctica en la construcción del conocimiento científico escolar. *Unilibre Cali*, 266-281.

- Gardner, H. (2001). *La inteligencia reformulada*. Barcelona: Paidós.
- John, L. (1969). *Ciencia, fe y escepticismo*. México: Grijalbo.
- León, C. (1995). *Secuencia del Desarrollo Infantil*. Caracas: Universidad.
- Osorio, Y. (2004). *El experimento como indicador de aprendizaje*. Bogotá: Boletín PPDQ.
- Peréz, J. F. (1994). *Las ciencias en la educación primaria*. Valencia: CL&E.
- Ramón, R. L. (28 de Marzo de 2007). *El método científico y sus etapas*. Obtenido de Historia y evolución del pensamiento científico: <http://www.monografias.com/trabajos-pdf/historia-pensamientocientifico/historia-pensamiento-cientifico.shtml>
- Tamayo A., Ó., & Sanmartí. (2009). *Didáctica de las ciencias: La evolución conceptual en la enseñanza y el aprendizaje de las ciencias*. Manizales: Universidad de Caldas.

VALORARTE

Olga Rosana Balderas García, Carmen Martínez Amayo
rocesita@hotmail.com, zataray_chay17@hotmail.com

RESUMEN

En el siguiente documento se presenta la importancia de conocer los valores afectivos, adecuarlos a las necesidades como el contexto enfocados para motivar a que los alumnos y padres de familia unan lazos afectivos que no se deriven he incluso crezca generando confianza, a través de actividades y temas dirigidas a lo que es en nuestra actualidad.

ABSTRACT

The following document presents the importance of knowing the affective values, adapting them to the needs as the context focused to motivate the students and parents to bond emotional ties that do not derive and have even grown generating trust, through activities and topics addressed to what is in our present.

INTRODUCCIÓN

Como aprender mejor, hoy en la actualidad se ha innovado en la educación implementando nuevos talleres educativos que consiste en la participación de los padres e hijos guiados por los docentes con el objetivo de aprender-aprender, aprender-ser y el aprender hacer, desarrollando lazos afectivos en comunidad enfrentado nuevos retos y metas, creando un proceso en el que se desempeñe el aprendizaje significativo.

Uno de los propósitos más sobresalientes es rescatar los valores que deben ser inculcados en la educación de los alumnos en casa y en la escuela, así como sus derechos en efecto la educación es una de las principales herramientas para obtener una vida de éxito.

Por ende, surgió la idea de crear un taller especializado resaltando los valores afectivos entre padres e hijos desarrollando actividades que favorezcan la autoestima, un claro ejemplo que sobresalió entre los talleres es el “taller ValorArte” que abarco los subtemas de gratitud y optimismo con los cuales se finalizó el proyecto obteniendo buenos resultados y mejorando la educación familiar como escolar.

METODOLOGÍA

La palabra taller procede del francés “atelier”, y significa estudio, obrador, obraje, oficina. La palabra Taller como tal sabemos que es un lugar cuyo propósito es reparar objetos.

Al cabo de los años, este concepto se ha ido extendiendo, llegando así al ámbito educativo; donde podríamos definirlo como "Conjunto de actividades donde varias personas trabajan cooperativamente para hacer o reparar algo".

Macerati (1999) un taller consiste en la reunión de un grupo de personas que desarrollan funciones o papeles comunes o similares, para estudiar y analizar problemas y producir soluciones de conjunto.

El taller combina actividades tales como trabajo de grupo, sesiones generales, elaboración y presentación de actas e informes, organización y ejecución de trabajos en comisiones, investigaciones y preparación de documentos. Entre las ventajas del taller se encuentran las de desarrollar el juicio y la habilidad mental para comprender procesos, determinar causas y escoger soluciones prácticas. Estimula el trabajo cooperativo, prepara para el trabajo en grupo y ejercita la actividad creadora y la iniciativa. Exige trabajar con grupos pequeños, aunque conlleva a ser manejado por uno o dos líderes, por lo cual se debe manejar con propiedad técnica y poseer conocimientos adecuados sobre la materia a tratar.

Principios pedagógicos del taller

1. Eliminación de jerarquías docentes.
2. Relación docente con alumno en una tarea común.
3. Cambiar las relaciones competitivas por la producción conjunta –cooperativa grupal.
4. Formas de evaluación conjunta.

Tipos de taller

Según Ander Egg (1999) existen 3 tipos de taller:

1. Taller Total: Docentes y alumnos participan activamente en un proyecto, Este es aplicado desarrollado en niveles universitarios, superiores y Programas completos.
2. Taller Horizontal: Engloba profesores y estudiantes que se encuentran en un mismo nivel u año de estudios. Este es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.
3. Taller Vertical: Abarca todos los cursos sin importar el nivel o el año; estos se integran para desarrollar un trabajo o proyecto común y es aplicado o desarrollado en niveles primarios y secundarios.

En el desarrollo de un taller encontramos lo que son las funciones:

- A. Cognoscitiva: conocimientos adquiridos durante el aprendizaje.
- B. Metodológica: en este es la apropiación y exposición del contenido y se debe adecuar de acuerdo con el tema.
- C. Educativa: en este se abren espacios para el análisis, búsqueda y opinión ajena como una cooperación de los aprendizajes y valores al modelo del hombre socialista. }

El taller puede realizar tres tipos de funciones según Ander Egg (1999).

- En la docencia: la realización de un trabajo conjunto.
- Investigación: se debe conocer la verdad que gira en torno al proyecto que se trabajará y la función que este cumplirá.
- Servicio sobre el terreno o campo de trabajo: tener un plan de trabajo claro que permita en el momento pedagógico adquirir habilidades, destrezas y conocimientos teórico- prácticos para el desempeño profesional de los individuos en sus campos profesionales.

Crear un taller

Para Ander Egg (1999) antes de planear o elaborar un taller se debe realizar una serie de preguntas para así contar con información sobre el contexto en el que se aplicará y si este se ajusta al centro educativo:

1. Quiénes son los destinatarios, es decir a qué grupo de personas se le aplicara el taller.
2. Dónde se va a aplicar el taller, en que plantel educativo, centro de enseñanza y el entorno inmediato a este. Conocer los materiales disponibles con los que cuenta cada lugar para el desarrollo del taller.
3. Es necesario conocer: edad de los participantes o alumnos, cómo es su proceso evolutivo y desarrollo personal, como a importancia de sus intereses, problemas, su procedencia u origen, como el entorno familiar, su condición social y económica, en que campo profesional se desempeña y cuál es su ocupación.

Relaciones afectivas

Delgado (2008) señala que las relaciones afectivas son aquellos “lazos sentimentales” que se establecen con una persona, los cuales se manifiestan por medio de muestras de afecto, abrazos, besos, platicas o halagos hacia la persona querida, así mismo, estos se manifiestan en las familias y en cada uno de sus miembros.

Padres e hijos

Psicología del Niño- Océano Multimedia (2006) señala que los padres son los encargados de transmitir a los hijos sus experiencias de vida, es así como aquellos para quienes la cultura es muy importante empiezan a realizar actividades culturales con los hijos desde etapas tempranas del desarrollo. De esta manera, la orientación de los padres favorece la sensibilización hacia determinados temas que son de suma importancia dentro del contexto en que los mismos se desenvuelven.

Tipos de Padres

Estévez (2007) propone la clasificación de estilos de socialización y establece dos elementos principales para hacer la distinción entre los estilos, por un lado, el grado de implicación de los padres y la aceptación de los hijos y por otro lado, el grado de autoridad e imposición de las decisiones paternas. A partir de estos elementos se desarrolla el siguiente modelo de socialización que da lugar a cuatro estilos de padres los cuales son:

- Estilo autoritario:

Nardone, G. (2003) afirma que este estilo es un modelo relacional en el cual uno de los padres o ambos intentan ejercer el poder sobre los hijos. Lo hijos tienen poca voz y tienen que aceptar los dictámenes impuestos por los padres, se les desanima y obstaculiza a seguir las modas o las diversiones del momento. La vida familiar está marcada por el sentido de la disciplina y del deber. En este estilo de padres las reglas no pueden ser cuestionadas, discutidas, ni negociadas por los hijos, nunca se llega a un acuerdo, en este estilo se refuerza en remarcar quien es la autoridad, cuando los hijos no obedecen es muy probable que se empleen castigos bastante severos.

- Estilo autoritativo:

Riso (2009) indica que, en el estilo flexible y democrático, tolerante, pero con límites claros los padres permiten que sus hijos opinen y colaboren con cariño. Estos padres logran mezclar adecuadamente la disciplina

con el amor. Los resultados evolutivos en competencias evolutivas y sociales de este estilo ubican a los niños en un rendimiento académico, habilidades sociales, autoestima, preocupaciones morales bastante altas. Este tipo de padres son exigentes y atienden las necesidades de sus hijos y utilizan la persuasión en los argumentos hacia los niños y dar conexión en la relación, las bases que los conforman son de bajo poder, con un alto nivel de demanda por parte de los padres, dándoles una mayor responsabilidad hacia los niños.

- Estilo negligente o indiferente:

Kail, Robert., y Cavanaugh C. (2006) indican que este es el estilo que no ofrece afecto ni control. Estos padres de familia atienden las necesidades básicas, físicas y emocionales de los hijos. Procuran pasar el menor tiempo posible con ellos. Sin adquirir lazos afectivos. Los padres de este estilo se caracterizan tanto en la poca restricción, disciplina, exigencia y comunicación como en la poca calidez; ellos no imponen límites, inclinándose a dejar que sus hijos hagan lo que quieran, porque su propia vida es tan estresante que no tienen la energía suficiente para educar a sus hijos, teniéndolos sin cuidado a causa de la baja responsabilidad de los padres.

- Estilo permisivo:

Castro, S. (2004) refiere que son los padres que evitan hacer uso del control, es el padre que utiliza pocos castigos hacia su hijo, realiza pocas demandas al niño y le permite regular sus propias actividades. Son tolerantes y aceptan positivamente los impulsos del niño. El estilo permisivo al reducir el mínimo de control parental reduce su capacidad de influencia en los hijos. Mantienen valores erróneos y de auto beneficio.

Valores

El Autor Miguel Martínez expresa, “Educar en valores es participar en un auténtico proceso de desarrollo y construcción personal”; por lo tanto, son los principios como las cualidades positivas de las personas.

Desde la perspectiva los autores Guillermo Hoyos y Miguel Martínez (2004) hacen mención que educar en valores es formar a ciudadanos que sepan asumir los retos de la globalización y puedan comprometerse en la construcción a una sociedad inclusiva y equitativa.

Por otra parte, los valores nos ayudan a orientar a nuestro comportamiento ante nuestro contexto, con la función de que nos realicemos como personas ya que nos ayuda a elegir lo mejor para nosotros mismos. Es importante mencionar que los valores son fuente que nos proporcionan la fuerza para cumplir metas, propósitos y objetivos personales o colectivos que reflejan nuestro interés, sentimientos y convicciones.

Los valores son necesidades, donde las actitudes van de la mano, llegando a un acuerdo con las creencias. Los valores nos ayudan a relacionarnos con las personas ya que nos regulan para poder interactuar con la sociedad, en una convivencia armoniosa.

Los valores en la Familia

Desde el punto de vista de un sociólogo, los valores que son asimilados durante el proceso de la formación de la personalidad, pasan por etapas en el que se va constituyendo factores importantes en la estructura de sí mismo, en este caso en los padres. Los valores afectivos crean un clima cálido, de comprensión entre los integrantes de la familia en el que favorece el aprendizaje de las actitudes cívicas como hacia el resto de la sociedad.

Por ese motivo la importancia de que los padres de familia conozcan la importancia de establecer comunicación con sus hijos, manejar las emociones, participar en el desarrollo, identificar las diferentes etapas de la vida sin olvidar que los valores no son abstracciones, sino tienen un significado que nos ayudan a construir relaciones y el sentido de la vida de las personas, que se personalizan y se expresan en diferentes formas del comportamiento.

Los valores constituyen el elemento fundamental para la sociedad en su relación entre clases que lo conforman en el que se identifica en proceso, las verdades ante una sociedad dependiendo del contexto de la persona.

A sí como el autor Vigostki hace mención sobre la importancia que la educación y escuelas son el medio para construir lo social, cultural e ideología, valores en las relaciones sociales manteniendo así el estatus.

Los valores en el aula

En el área de educación hace mención el autor José Martí “El fin de la educación no es hacer al hombre rudo por el desdén o el acomodo imposible al país en que ha de vivir, sino prepararlo para vivir lo bueno y útil en él”; por lo que es crear metas educativas de tal forma nos permitan tomar decisiones en el proceso de nuestra vida.

Al realizar el análisis de la importancia de los valores en el apartado de convivencia y ciudadanía de los aprendizajes claves, es, que el alumno desarrolle su identidad como persona, que conozca, respete como ejerza sus derechos y obligaciones favoreciendo la convivencia de su contexto.

Es importante mencionar que los valores afectivos abarcan la vida entera del individuo humano y trasciende los ámbitos espacio-temporales del aula, así mismo los valores son fundamentales y se van desarrollando a lo largo de la vida, se van fortaleciendo en el proceso sistemático, intencional e integrado, que contribuye a la formación de la personalidad.

DESARROLLO

Primera Sesión.

Se presentó el taller a los padres de familia y se presentaron las coordinadoras en el salón de clases. En el que se le mostró una carta compromiso en donde se redactó que tenían que asistir al taller, no dejar solo a su hijo en las actividades y una colaboración activa, se le dio lectura y se les pidió a las madres lo leyeran en voz alta.

Como parte de la introducción del taller; se realizó la actividad “¿Conoces a tu hijo como la palma de tu mano” se les pidió que dibujaran su mano, así como las líneas que tienen, pero sin verlas? Las mamás trazaron su mano sin problemas, pero al momento de trazar las líneas en unas se observó duda, otras recordaban las líneas de su mano, pero no con exactitud Al terminar la actividad se les preguntó cómo se sentían, qué fue lo que se les dificultó y cómo lo relacionaban con la relación con sus pequeños o sus demás hijos.

Se les proyectó en las diapositivas los valores Honestidad y Confianza y se les preguntó si conocían esos valores; algunas madres de familia participaron diciendo lo que sabían o suponían que eran. Posteriormente se les explicaron esos valores, sus definiciones y ejemplos.

Respecto al valor de confianza, se realizó una actividad; explicó que tenían que subir a la silla y dejarse caer de espaldas mientras unas mamás las estarían esperando sujetas de las manos para atraparlas. Después se realizó la actividad con sus hijos lanzándose hacia ellas, ahí no hubo problema pues se dieron cuenta que sus hijos confían

plenamente en sus madres, lo cual, a ellas les causó mucho impacto. Se les pidió a las mamás que deben crear un ambiente de confianza con sus hijos para que al pasar los años sus hijos no pierdan la confianza en ellas.

A la siguiente sesión se abarcaron los valores de Amor y Respeto, al igual que en la primera sesión solo asistieron las mamás. se les preguntó si conocían estos valores y como los demostraban.

Se mencionaron los tipos de amor, en donde los principales para el taller fueron el amor fraternal y el amor propio. Se les puso el siguiente video “todos estamos en el juego”; y lo importante que todos son parte de un mismo equipo, que todos, como miembros de una familia son sumamente importantes y se tiene que ir hacia el mismo lado todos juntos

Al hablar del valor “Respeto” se indago con las madres de familia como se los habían enseñado a ellas cuando eran pequeñas y de lo que les habían enseñado como lo estaban En la siguiente actividad, que tuvo que ver con el amor, se les pidió a los alumnos que se pasaran al frente de su mamá y se les solicitó a las mamás que abrazaran a sus hijos, todo esto, con el fin de observar como lo hacían. Todas dieron un abrazo con pena, corto y rápido. Así que se les mostró como era forma correcta de abrazar a una persona, las maestras Rosana y Carmen mostraron como dar un abrazo verdadero. Se les explicó que esta es una forma muy importante de demostrar el cariño o el afecto hacia los hijos y a las demás personas queridas.

Se habló de la importancia de estar atentos a lo que le pasa en la escuela, de preguntar sobre los hijos con los profesores, pues es también una forma de demostrar el amor por sus hijos.

Se les dejó de tarea a las mamás abrazar a sus hijos todos los días y decirles palabras de aliento para demostrarles su amor y se les pidió a los niños corresponder esas palabras con sus madres; se les pidió en ese momento a las mamás que voltearan a ver la cara de felicidad de sus niños por haber llevado a cabo esa actividad y quedaron impactadas al ver el rostro de sus hijos. Así se dio por finalizada la sesión y se acordó la siguiente fecha.

En esa ocasión se vieron los valores de Firmeza y Disciplina; Se les reprodujo el video “papá te estoy mirando” donde se veían niños que hacían todo lo que veían de sus padres, gritar, pelear, humillar, fumar; se podía observar que los niños siempre repiten lo que sus padres hacen y no siempre son las mejores acciones. En seguida se reflexionó del video y las Al finalizar se vio otro video “la disciplina positiva”, donde es una plática y ejemplos de esta “nueva” manera de educar a los hijos. Donde se recalca que es bueno tener límites y no doblegarse, pero ser pacientes, darles confianza en sí mismos a los hijos y darles confianza como padres de familia.

Para finalizar se les repartió la lectura “No es no” donde muchas mamás quisieron participar dándole lectura en voz alta.

Se mencionó que hay que ser firmes y disciplinados como padres, pero sin olvidar la paciencia. Se les mencionó que no es lo mismo ser flexible a permisivo y que tenían que aprender a diferenciarlo.

Para esta sesión se preparó una actividad sensorial, donde las madres de familia tenían que pasar a manipular distintos materiales que se habían llevado para aprender la diferencia entre lo rígido y lo flexible.

Se les solicito a las madres de familia que pasaran en orden y tocaran cada uno de los objetos con el fin que dejaran a sus sentidos disfrutar de cada uno de los materiales, de distinguir su textura y que pensarán al momento de tocarlo como podrían describirlo.

Una vez terminadas se les preguntó sobre cuál creían que era el fin de la actividad, algunas madres se quedaron pensando, y otras más comenzaron a dar sus puntos de vista. Se llegó a la conclusión que ser flexible es adecuarse a la situación, ser duro o blando cuando sea necesario.

En la sesión de Amabilidad y Alegría. Para continuar se les repartió a las mamás y a los niños una hoja blanca y se les pidió que dibujaran algo que los hiciera muy felices. A los niños les fue muy fácil realizarlo, pero a los padres de familia les costó.

Se proyectaron las diapositivas que se tenían preparadas; los valores vistos fueron Gratitude y Optimismo, se habló de cada uno de ellos, las madres de familia participaron para ellas mismas crear su definición; se les mencionó la importancia de estos en la vida diaria.

Para esa sesión se prepararon varias actividades de matrogimnasia, Una vez ahí se les repartió un pañuelo por pareja, se les pidió a las mamás vendaran los ojos de sus hijos y colocarlos en medio de un círculo que ellas formarían, ellas tenían que llamar a sus hijos y ellos tenían que guiarse con la voz de sus mamás para encontrarse. Al finalizar se les pidió cambiar, ahora los niños tenían que vender a sus mamás y ellos las llamarían. Hubo confusión con algunas mamás pues todos los niños gritaban al mismo tiempo ¡mamá!, por lo que tardaron más en poder encontrarse.

Para la siguiente actividad se les pidió a las mamás colocarse en frente de sus hijos y realizar una actividad llamada “espejo”, ellas tenían que realizar movimientos y sus hijos tenían que imitar cada una de ellas, se les puso música de fondo y cuando paró cambiaron, ahora los hijos realizaron movimientos y las madres los imitaron. Las madres y los niños se notaban muy felices

Para la última actividad se les pidió a los niños vender los ojos de sus mamás de nuevo, ellos las guiarían de regreso al salón y las sentarían en sus bancas, se les pidió a las mamás confiar plenamente en que sus hijos las guiarían bien. Una vez adentro se puso música relajante de fondo se les pidió a los niños permanecer frente a sus mamás, tomarlas de las manos y cerrar los ojos, la maestra Carmen comenzó a hacerles recordar el momento de su embarazo, cada uno de los buenos y malos momentos que pasaron con su bebé dentro de ellas, el momento cuando nació, cuando lo cargaron por primera vez y cada uno de los momentos importantes que habían tenido. La maestra Rosana cantó la canción Yo te esperaba de Alejandra Guzmán y muchas lágrimas brotaron de las mamás, los niños las trataban de consolar. Al terminar se les pidió a los niños descubrir los ojos de sus mamás y se abrazaron. Esta vez todas las madres abrazaron a sus hijos de una manera muy especial. Se les pidió a los hijos agradecerles a sus mamás por alguna cosa que recordaran y también a las mamás darle palabras de agradecimiento a sus hijos

Se les mencionó a las madres lo importante que es nunca olvidarse de todos los valores vistos durante el taller, lo importante que es para las familias ponerlos en práctica. Se les mencionó la mejora que hubo en sus hijos durante esos meses respecto a la actitud hacia sus compañeros, que en algunos casos incluso hubo un mayor rendimiento académico. Las madres estaban muy conmovidas.

RESULTADOS

El método de evaluación que se eligió fue la encuesta, se les pidió a las madres de familia tachar en cada una de las oraciones la calificación que se le daba a cada acción.

Como resultado se pudo observar una mejora en la relación del grupo, la mayoría de los niños tenían una actitud con sus compañeros. En general el grupo se volvió unido. Algunos niños llegaron incluso a mejorar sus calificaciones.

Algunas otras comentaron que fue un completo desafío el realizar las actividades, ya que, al no estar acostumbradas a realizar actividades de ese tipo, tuvieron que salir de su zona de confort, comentaron que cada vez les era más fácil realizarlas.

Otras madres de familia comentaron que utilizaban algunas de las actividades con sus hijos mayores, algunas hasta de secundaria, pues había podido darse cuenta que era importante crear los lazos afectivos con sus hijos.

Cabe mencionar que tres mamás de otros grupos pidieron participar en el taller como oyentes, pues habían escuchado hablar de él. Una de ellas estuvo en tres sesiones y las otras dos solo en dos sesiones.

CONCLUSION

Anónimo “La educación debe comenzar en la familia, continuarla en la escuela y consolidarla a lo largo de toda la vida” claramente en la frase enfatiza que la familia es el núcleo que favorece el aprendizaje y las actitudes cívicas como hacia el resto de la sociedad.

Por eso es importante rescatar los valores para una mejor educación, así como lo menciona el autor John F. Kennedy “La educación es la clase del futuro. La clave del destino del hombre y de su posibilidad de actuar en un mundo mejor”

Por esta razón el taller fue una parte fundamental para llevar a cabo el desarrollo y el conocimiento de los valores afectivos, que se dan en la vida cotidiana siendo en el desarrollo de sus hijos.

REFERENCIAS

Pestaña de Martínez, Pilar, diciembre, 2004, Aproximación conceptual al mundo de valores, revista Iberoamericana sobre calidad, pp. 67-82. Recuperado www.redalyc.org/pdf/551/55120206.pdf

Araya, castillo, Luis; pedreros, Gajardo, Margarita, 2013, análisis de la teorías de motivación de contenido, revista ciencias sociales ,vol. IV, pp. 45-61. Recuperado www.redalyc.org/pdf/153/153333870004.pdf

Miquel Martínez Martín, Carreño rojas, Patricio Enrique, 2014, pensar la educación con Guillermo Hoyos Vásquez, Magis revista internacional de investigación en educación, volumen 6, pp. 153-160. Recuperado file:///c:/users/zatar/AppData/local/Packages/Microsoft

Montoya Londoño Mauricio, 2013, Una reflexión del doctor Hoyos como maestro de Kant, Rawls y Habermas. (tesis de Maestría) Universidad Santo Tomas de Aquino, Bogotá. Recuperado www.scielo.org.co/pdf/unph/v30n61

Fundamentos filosóficos en el contexto mundial (2018) página principal. Recuperado de <https://www.monografias.com/trabajos53/valores-filosofia-sociologia/valores-filosofia-sociologia.shtml>

Cota Olmos Arturo, La importancia de los valores en el desarrollo humano de la organización, (tesis de maestría) Universidad Autónoma de Nuevo León. Recuperado <http://eprints.uanl.mx/1001/1/1020147482.PDF>

Aprendizajes Claves

JUEGO, CONVIVO Y ME DIVIERTO

Lic. María Magdalena Paniagua Flora, L.E.F. Paola Rivera López y Lic. María Concepción Romero Salomé
Mag_29_12@hotmail.com, conie_flower@hotmail.com, paoralz41@gmail.com

RESUMEN

El proyecto implementa actividades lúdicas y novedosas a partir de las sesiones de educación física, rescatando principalmente la convivencia escolar, aunado a esto se realizan actividades con los padres de familia de manera bimestral, con la intención de reforzar los lazos familiares e involucrarlos en las actividades escolares de sus hijos; estas actividades traen como resultado un mejor desempeño académico de los alumnos, convivencia sana y pacífica dentro y fuera del aula así como la unión familiar.

ABSTRAC

The project implements playful and innovative activities from the physical education sessions, rescuing mainly school coexistence, in addition to this, activities are carried out with the parents on a bimonthly basis, with the intention of strengthening family ties and involving them in activities schoolchildren of their children; These activities bring about a better academic performance of the students, healthy and peaceful coexistence inside and outside the classroom as well as the family union.

PALABRAS CLAVE:

Convivencia familiar y escolar, Actividades lúdicas, Educación Física, Emociones.

INTRODUCCIÓN

La convivencia es imprescindible, ya que como seres vivos sentimos la necesidad de establecer un vínculo con el medio y las personas que nos rodean. Se puede decir que la convivencia en los niños y jóvenes es una necesidad que permite que haya un aprendizaje e intercambio de informaciones entre los semejantes durante este proceso. Cabe destacar, que el desenvolvimiento en la sociedad va a depender de la calidad de las relaciones que se establezcan en la casa y en la escuela; siendo el hogar el primer lugar que conocen al nacer para transformarlos en seres totalmente racionales y capaces de adquirir conocimientos, transmitir información, enseñar, pero sobre todo comunicar.

El proyecto “Juego, convivo y me divierto” fomenta el desarrollo de habilidades sociales y emocionales brindando una oportunidad para la escuela, a fin de contribuir al fortalecimiento personal y funcionamiento social de los alumnos, en tanto que favorecen la autoestima, la identidad, la autorregulación de las emociones, el respeto de las reglas, el manejo y la resolución de conflictos y el establecimiento de relaciones inclusivas, sanas y pacíficas.

Las actividades que se incluyen en el proyecto “Juego, convivo y me divierto” se planifican de la siguiente manera: actividades semanales, una actividad semanal que se llevará a cabo con los alumnos y actividades bimestrales las cuales tendrán la participación de los padres de familia, las actividades que se llevarán

a cabo con los alumnos tendrán la duración de una hora mientras que las que se realizarán con los padres se efectuarán en la jornada escolar completa. Durante el ciclo escolar se espera poder realizar treinta actividades con los estudiantes y cinco convivencias con padres de familia.

El juego en el aula con nuestros alumnos es un instrumento didáctico bastante útil, pues a través de él se les motiva para aprender y reforzar sus conocimientos, habilidades, actitudes y valores. El aprendizaje es más efectivo cuando utiliza la participación activa de las personas, apunta no a enseñar conceptos, habilidades y valores, sino a ofrecer oportunidades para interiorizar que provienen de la experiencia. Las actividades se presentan de manera agradable y divertida para lograr incrementar la motivación y participación de los alumnos.

DESARROLLO

En la actualidad la sociedad atraviesa por una crisis de valores por lo que es necesario fomentar una educación humanista basada en valores y que estos sean reflejados con la convivencia armónica entre los individuos. Por ello es importante tener acceso a recursos educativos de calidad, formales o no, que permitan conseguir las aptitudes interculturales necesarias para tener éxito en el mundo complejo y heterogéneo en el que se vive.

La educación es un proceso interpersonal, donde intervienen emociones que influyen en el acto educativo, provocando reacciones según la situación de enseñanza-aprendizaje vivenciada. Por ello, las emociones representan en la actualidad uno de los constructos más estudiados debido a la poca importancia que se le había dado en el campo educativo durante el siglo XX. En este sentido, se plantea hacer mayor énfasis en los estados emocionales de los niños y jóvenes presentes en el proceso enseñanza-aprendizaje, en la promoción de emociones positivas para el desarrollo de habilidades y destrezas, así como el desarrollo de actitudes y valores para la convivencia y así lograr una formación integral de la personalidad en un ambiente emotivo, afectivo, motivador, armónico y creativo tanto en la escuela como en la familia.

A partir de la información con la que se cuenta a nivel mundial, nacional y aterrizando en la problemática de diversas escuela y partiendo del análisis FODA que se realiza en las instituciones educativas, hoy en día existe mucha apatía por parte de los padres hacia el desempeño escolar de sus hijos, los alumnos no reflejan valores y puede ser consecuencia de las actitudes que desde casa se vienen presentando; para ello se pretende combatir este tipo de actitudes desde la clase de educación física ya que es una materia agradable para los alumnos y por ello se aprovechará a pesar de las carencias que padecen las escuelas, porque éstas no cuentan con espacios aptos para realizar actividades que involucren a los padres de familia, ni materiales, sin embargo, se adecuan las actividades y los materiales para el logro de los objetivos que se proponen en el presente proyecto.

La Educación Física concuerda con esta intención general cuando dos de sus objetivos expresan: "participar en juegos y otras actividades lúdicas, estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás" y "valorar diferentes comportamientos que se presentan en la práctica de la actividad física". Por tal motivo se propone el programa de formación "Juego convivo y me divierto" con la intención de fortalecer los valores y mejorar la convivencia entre los alumnos de educación básica y la participación de los padres de familia en las actividades escolares de sus hijos mediante las clases de Educación Física. En esta ocasión fue aplicado en los

niveles de primaria y telesecundaria, pero cabe recalcar que el programa puede aplicarse a cualquier nivel educativo.

El programa de formación “Juego, convivo y me divierto” plantea una actividad de manera semanal, en la hora clase de educación física donde el alumno realiza acciones relacionadas con el plan y programas de estudio, y al mismo tiempo mejora la convivencia escolar, por lo que las actividades lúdicas implementadas en las sesiones se evalúa principalmente el trabajo colaborativo entre pares o equipos, de acuerdo a la planeación de la clase. En este proyecto también se incorpora a los padres de familia con la participación en diferentes actividades bimestrales como: campamentos, convivencias familiares y recreaciones acuáticas

El tiempo aproximado de las sesiones se ejecutaron a partir del mes de abril y mayo, mientras que las convivencias con padres de familia y el campamento se desarrollaron en los meses de junio y julio debido a la adecuación de los tiempos para contar con la participación de los padres de familia.

En el programa que se diseñó, establece los tiempos de cada actividad, pero el docente puede hacer adaptaciones de acuerdo a las necesidades que su grupo presente, ya que el programa de formación presentará flexibilidad.

Para involucrar a los padres de familia, el programa contempla la participación de los mismos, en donde junto con sus hijos realizaran actividades que al igual que las actividades semanales se logren aprendizajes para desarrollar habilidades motoras y mejorar la convivencia escolar y familiar. Y sobre todo lograr mejores avances en cuanto a los aprendizajes de los alumnos. La ejecución del programa en los niveles de telesecundaria y primaria, se realizaron las actividades de manera bimestral, pero la respuesta tanto de alumnos como padres fue favorable, puesto que se contó con la presencia de tutores y alumnos.

Para ejecutar cada una de las actividades en el programa de formación se emplean diversos materiales que permiten su desarrollo, lo destacable de los materiales es que serán no convencionales para generar en los alumnos el interés y curiosidad para la clase de educación física, así como los materiales que se emplearán en las acciones junto con padres de familia.

Algunos materiales son elaborados por los padres de familia y algunos por los alumnos para que les permita valorar y cuidar los materiales. También se contribuye con el medio ambiente pues se usan productos reciclados y que es común que los alumnos tengan en sus hogares. Es así como al elaborar los materiales para llevar a cabo las actividades los padres de familia estarán involucrándose con sus hijos para lograr una convivencia desde su hogar.

OBJETIVOS/ HIPÓTESIS

Objetivo general

Implementar actividades lúdicas que mejoren la convivencia escolar de los alumnos mediante la educación física.

Objetivos específicos

- Indagar las necesidades emocionales de los alumnos.
- Identificar los intereses de los alumnos en el plano motriz.
- Diseñar estrategias didácticas que permitan la participación activa de los padres de familia.
- Incorporar actividades lúdicas e innovadoras que despierten el interés de los alumnos mediante la clase de educación física.
- Generar un ambiente escolar de colaboración, respeto y solidaridad entre los actores escolares.

METODOLOGÍA / MÉTODO

Para llevar a cabo el programa de formación para docentes fue necesario realizar una evaluación diagnóstica que nos permitiera conocer en primer lugar las necesidades de los alumnos presentan, las problemáticas que presentamos como docentes dentro de las aulas de manera que los antes mencionado se cubra a partir de los intereses de los alumnos.

Para obtener un diagnóstico acertado, se aplicó a los alumnos una encuesta en donde se hicieron preguntas sobre las necesidades de los alumnos (académicas, emocionales, económicas, etc.) y también sobre sus gustos e intereses; este diagnóstico arrojó como resultado:

- Los padres de familia no prestan atención a las tareas y trabajos de sus hijos, de manera que la mayoría desconoce el desempeño académico de sus hijos.
- Los padres no conviven el suficiente tiempo con sus hijos
- Los alumnos no tienen clases de educación física en forma (con las características que una clase de este tipo debe cubrir)
- No tienen una buena solvencia económica para comprar materiales para sus clases
- Les agrada mucho las clases de educación física
- Les gustaría pasar tiempo con sus padres

Éstas son las principales razones por las que se tomó la decisión de elaborar un material que pudiera servir de apoyo a los docentes, para dar las clases de educación física en caso de no contar con un educador físico en sus escuela y que los alumnos no pierdan la oportunidad de ser partícipes de estas actividades, así también que los padres se involucren en las actividades de sus hijos y esto hará que los alumnos tengan un mayor desempeño académico en las demás materias.

Una vez hecho el diagnóstico se procedió a planear las sesiones de educación física, mismas que en su mayoría se trabajaron con materiales no convencionales por la misma situación económica de los alumnos y también pensando en la situación de las escuelas en las que se pudiera llegar a poner en práctica el programa y éstas se aplicaron una vez a la semana durante dos meses, en donde se trató de propiciar la convivencia entre los alumnos a partir de juegos cooperativos.

También se llevaron a cabo actividades bimestrales, dos de ellas se trabajaron con padres de familia, esto con el fin de unir lazos entre padres e hijos y empezar a involucrar a los padres en su formación académica; dentro de estas actividades se llevaron a cabo una convivencia familiar, una recreación acuática y un campamento.

En cada actividad se realizaron entrevistas a padres de familia para saber su opinión acerca de la actividad, así mismo se escucharon los comentarios de los alumnos; para así poder al final hacer un balance de nuestros objetivos y los logros que se obtuvieron a partir de estas actividades, tanto académicos como emocionales en los alumnos.

RESULTADOS

El programa de formación “Juego, convivo y me divierto” realizada en la escuela telesecundaria “Frida Kahlo” y en la primaria “Nueva creación” se obtuvieron resultados satisfactorios en mejora de la convivencia escolar y familiar, y por lo tanto los estudiantes de ambas escuelas mostraron un cambio en su actitud y en cuanto a los aprendizajes se notó una mejora.

El interés por realizar las actividades de educación física se hizo notorias en los alumnos, porque se mostraban motivados, inclusive eran temas de conversación en la hora del receso y con compañeros de otros grados de la institución. Las relaciones de amistad entre alumnos también mejoraron porque los alumnos que se mostraban más alejados y no se involucraban a los intereses de la mayoría o al trabajo en equipo, se incluyeron con algún grupo de amigos y para las actividades en clase ya se observaba que no había tantos problemas para integrar equipos de trabajo. Al igual las agresiones disminuyeron tanto dentro del salón como fuera con sus semejantes.

Un aspecto muy rescatable fueron las aportaciones que realizaron las madres de familia al momento de realizar las entrevistas acerca de la evaluación de las convivencias que se llevaron a cabo, puesto que en su mayoría comentaron que ante las situaciones familiares, se les olvida jugar con sus hijos, incluso ellas mismas, se les olvida darse el tiempo necesario para olvidarse del estrés cotidiano en que viven. Les pareció buena idea la ejecución de las convivencias con sus hijos y apoyaron totalmente con la realización de las sesiones en clase de educación física para que los alumnos no faltaran y cumplieran con los materiales solicitados.

Aunque en ambas escuelas, no existió la presencia de ambos padres, se trabajó principalmente con las madres, porque ellas mencionan que son las encargadas de las cuestiones escolares de sus hijos, por lo que en este proyecto nos faltó motivar a los padres y se hicieran partícipes de las actividades y los logros hubieran sido más satisfactorios.

Otra cuestión que interrumpe las planeaciones de las actividades es la disponibilidad de tiempo de los tutores, porque son familias donde ambos padres tienen que trabajar o realizar actividades en el hogar, y se tuvieron que modificar los tiempos porque se necesitaba la participación de la mayoría de madres, incluso se ejecutaron algunas actividades en fin de semana y fue como la participación fue satisfactoria y al mismo tiempo no se interrumpió con el calendario escolar establecido.

CONCLUSIONES

Durante el desarrollo del proyecto “Juego, convivo y me divierto” se planteó un objetivo general y seis objetivos específicos que dieron pauta al desarrollo de toda la investigación. La implementación de actividades lúdicas permitió lograr el interés de los alumnos de ambos niveles educativos, al igual que los padres de familia o tutores, lo que favoreció para que todas las actividades planeadas logran sus objetivos establecidos. Al mismo tiempo iban encaminadas a mejorar la convivencia escolar de manera personal de cada alumno tanto en el salón de clases como con su familia.

El proyecto impacto en las demás asignaturas, porque los alumnos se mostraban entusiastas para realizar las actividades diarias, pero lo que más se noto fue la participación de las madres, tanto en las actividades educativas, como aquellas de interés de sus hijos, por lo que la comunicación entre madre y alumno tuvo un reforzamiento.

Al termino de las actividades los alumnos que menos se involucraban en el aula, ya mostraban mejores relaciones intra e interpersonales, porque se rescataron las habilidades motrices de cada alumno, y al trabajar las acciones con diferentes equipos, cada integrante mostraba las fortalezas que posee para sacar adelante los retos que se les presentaban. Las clases de educación física generaron grandes expectativas tanto para el salón donde se implementó el proyecto, como en los otros grados de la institución.

En el desarrollo de las actividades, se consideró el trabajar con las emociones de los alumnos puesto que es un tema poco abordado en los hogares, e incluso se observaba en las actitudes que mostraban los alumnos, también en el hecho de que la relación con sus padres no era la más adecuada, porque mostraban el desafío a personas adultas. Por lo cual en las sesiones de las clases de educación física, se ponían en juego un sinnúmero de emociones pero siempre se rescató el hecho de que se divirtieran, disfrutaran las actividades y trabajaran la autorregulación de sus emociones porque hubo momentos en que las actividades eran fáciles de realizar por algunos y difíciles para otros. Tuvieron la oportunidad los alumnos de aprender de sus errores y reforzar sus fortalezas para sacar adelante el trabajo.

El trabajo realizado con los padres de familia en las convivencias, genero la empatía entre las familias e incluso con los participantes, porque se observó un verdadero trabajo colaborativo para ejecutar cada misión, pero sobre todo se notó la felicidad de los alumnos y padres por estar trabajando ambos en actividades escolares. Lo que se reflejó en el trabajo posterior, de las demás asignaturas, porque los alumnos aún se mostraban entusiastas por continuar conviviendo fuera del hogar con sus padres. A lo cual los padres hacían mención, que salían de la rutina la cual, los lleva a vivir monótonamente.

Otra habilidad que se desarrolló con el proyecto, fue mejorar y reforzar la motricidad de los educandos, porque las clases de educación física comúnmente, se limitan a un deporte e incluso algunos docentes no le toman importancia. Pero en las dos instituciones, los alumnos mejoraron habilidades que al igual ayudaron a que el

estudiante pudiera realizar otras actividades vinculadas con las demás asignaturas, por lo cual, se puede retomar que la educación física permite el desarrollo físico, personal y social del alumno.

El uso de materiales no convencionales permitió al alumno motivarse para la realización de las sesiones. Incluso se notó buena participación tanto de los padres, porque los materiales que eran solicitados, eran buscados o adquiridos, para que el alumno pudiera participar en las clases. Al igual que se notó buena participación en la asistencia de la recreación acuática, convivencia con padres y el campamento escolar.

La planeación de cada una de las estrategias empleadas, también generó interés en los alumnos y padres de familia porque su entusiasmo y participación en las acciones se notó. Incluso solicitaron continuar con el proyecto el siguiente ciclo escolar e involucrar a los padres de familia porque no existió una colaboración por parte de ellos.

La práctica de valores también estuvo presente en la realización del proyecto porque se trabajó con una convivencia sana entre todos los participantes, entonces se practicó la colaboración, el respeto y solidaridad principalmente porque fueron los valores que estuvieron más presentes en cada una de las actividades y para poder lograr los objetivos, aunque no cabe descartar que al igual se presentaron otros valores que permiten un sano desenvolvimiento entre pares y que permiten a los estudiantes y padres desenvolverse en la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Blández Ángel, Julia (2005); La utilización del material y del espacio de Educación Física, España: INDE

Blázquez Sánchez, Domingo *et al* (1998); Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria. Vol. I, España: INDE

Díaz Lucea, Jordi.(1999). *La enseñanza y el aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. España: INDE.

Horacio Gómez, Raúl (2004); La enseñanza de la Educación Física, Argentina: Stadium editorial.

Castañer & Camerino (1996); La Educación Física en la enseñanza primaria, España: INDE

Florence, Jaques (1991); Tareas significativas en Educación Física escolar, España: INDE

Bisquerra, R. (2000). Educación Emocional y Bienestar. Barcelona: Praxis.

Reeve, J. (1995). Motivación y Emoción. Madrid: McGRAW-HILL.

Casassus, J. (2006). La educación del ser emocional. (1a ed.). Universidad Virtual del Instituto Tecnológico de Monterrey, México: Ediciones Castillo.

Bassedas E. (2002). Entorno familiar y social. Barcelona.

Cardona, J. (2011). La participación de los padres en las tareas escolares: “un reto educativo actual”.

REVISTA DE INVESTIGACIÓN VOL.9 SEPTIEMBRE -OCTUBRE ISSN2448-9131

INCAING

INVESTIGACIÓN Y CIENCIA APLICADA A LA INGENIERÍA

Correo para envío de trabajos:
revistaitssna@gmail.com

Teléfonos:

+52 2381306807

+52 2381225340

Página oficial
www.incaing.com.mx

Revistas digitales
https://incaing.com.mx/revista