

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS

CAPITÁN SILVERIO BLANCO NÚÑEZ

SANCTI SPÍRITUS

TESIS EN OPCIÓN AL GRADO ACADÉMICO DE MASTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

MENCIÓN EDUCACIÓN PREESCOLAR

ACTIVIDADES PARA LA PREPARACIÓN DE LAS FAMILIAS PARA LA FORMACIÓN DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS PREESCOLARES.

Autora: Lic. Adiela Mercedes Toledo Álvarez.

2011

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS
CAPITÁN SILVERIO BLANCO NÚÑEZ
SANCTI SPÍRITUS

TESIS EN OPCIÓN AL GRADO ACADÉMICO DE MASTER EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN EDUCACIÓN PREESCOLAR

ACTIVIDADES PARA LA PREPARACIÓN DE LAS FAMILIAS PARA LA
FORMACIÓN DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS
PREESCOLARES.

Autora: Lic. Adiela Mercedes Toledo Álvarez.

Tutor: Dr C. Leonardo Marin Llaver

2011

ÍNDICE

| Contenidos | Página |
|---|--------|
| Introducción. | 1 |
| CAPÍTULO I: REFLEXIONES TEÓRICAS Y METODOLÓGICAS ACERCA DE LA PREPARACIÓN DE LAS FAMILIAS PARA LA FORMACIÓN DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS PREESCOLARES. | 9 |
| 1.1 La preparación de las familias. Un reto en la Educación Preescolar. | 9 |
| 1.2. La vinculación escuela – familia en la Educación Preescolar. | 15 |
| 1. 3. La preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares. | 21 |
| CAPÍTULO II. RESULTADOS DE LA CONSTATACIÓN INICIAL. FUNDAMENTACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS. RESULTADOS EN EL PRE TEST Y EL POS TEST. | 29 |
| 2.1. Resultados del diagnóstico inicial. | 29 |
| 2.2. Fundamentación y descripción de las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares. | 33 |
| 2.2.1 Actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares | 38 |
| 2.3. Análisis de los resultados que permiten comprobar el pre test y el pos test. | 58 |
| 2.3.1 Resultados del pre test. | 58 |
| 2.3.2 Análisis de la efectividad de su aplicación | 62 |
| 2.3.3. Resultados del pos test. | 65 |
| Conclusiones | 70 |

| | |
|------------------|----|
| Recomendaciones. | 71 |
| Bibliografía. | 72 |
| Anexos. | |

SÍNTESIS

La preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales está concebida como una primacía en la Educación Preescolar por la importancia que estas tienen para la formación integral de las niñas y los niños, por lo que se exige trabajar una educación familiar que permita transformar las necesidades educativas de las familias de las niñas y los niños con los que conviven, para contribuir a esta problemática se desarrolla esta investigación titulada: **ACTIVIDADES PARA LA PREPARACIÓN DE LAS FAMILIAS PARA LA FORMACIÓN DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS PREESCOLARES**, orientada a solucionar el problema científico siguiente ¿Cómo contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares? Es propósito en la misma: Aplicar actividades que contribuyan a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad. Empleándose como métodos científicos analítico - sintético, inductivo-deductivo, análisis documental, observación científica, entrevista, encuesta, el experimento pedagógico (pre-experimento) y el cálculo porcentual. La aplicación de las actividades permitió validar su efectividad en la elevación del nivel de preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio Trinidad. Recomendándose su aplicación en otros contextos similares para enriquecer los mismos, a partir de los resultados que se alcancen.

INTRODUCCIÓN

La sociedad contemporánea del siglo XXI caracterizada por grandes desafíos en un nuevo modelo técnico-productivo que se sustenta en el saber, la innovación, el adelanto tecnológico, el conocimiento y el desarrollo de las capacidades de los sujetos, constituyen factores determinantes en el avance económico y social de los países. De este modo, el fenómeno educativo alcanza gran trascendencia como herramienta básica para la formación de una ciudadanía que pueda desempeñarse en los nuevos escenarios de la época actual, a partir de un proceso que se inicia desde las edades más tempranas.

La sociedad cubana en consecuencia con las exigencias de este mundo contemporáneo se encuentra enfrascada en la formación del hombre nuevo sobre la base de los principios Martianos y del Marxismo-Leninismo, y presta una especial atención al logro de la finalidad esencial de la educación, que es precisamente el desarrollo multilateral y armónico de la personalidad de las nuevas generaciones.

La consecución de las aspiraciones anteriormente expuestas requieren de un largo y complejo proceso educativo encaminada a alcanzar en los niños y las niñas un adecuado nivel de desarrollo dirigido a la adquisición y desarrollo de conocimientos, habilidades y hábitos, aspectos estos que son imposibles lograr sin una adecuada labor educativa de la familia.

La familia como célula fundamental de la sociedad juega un rol esencial en la educación de sus descendientes, pues el niño desde que nace, interactúa con diferentes agentes educativos de todos ellos corresponde a la familia un papel preponderante, por ser en ella, donde se inicia el proceso de socialización del niño, donde se le trasmite todo el legado histórico cultural de la humanidad.

El carácter permanente de la educación deslumbra los más altos valores de la cultura del siglo pasado, determinan la necesidad e importancia de aprovechar al máximo todos los instantes de la vida de la niña y el niño para educarlo acertadamente.

La Educación Preescolar tiene sus antecedentes en la historia de la pedagogía ligada fundamentalmente a los nombres de J. A. Comenius (1592-1670), J. H. Pestalozzi (1746-1827), J. J. Rousseau (1772-1778), sus ideas pedagógicas, coinciden en la enorme importancia que tiene la educación de los niños en edades tempranas y su

vinculación con todo su posterior aprendizaje y desarrollo. Le conceden un importante papel a la familia en la educación en estos. Sus ideas trascienden hasta los más distinguidos pedagogos cubanos, Félix Varela (1788-1853), José de la Luz y Caballero (1800-1867), José Julián Martí Pérez (1853-1895) y Fidel Castro (1926), quienes también le otorgaron un lugar principal a la educación familiar desde las primeras edades.

El Estado Cubano le da prioridad a la educación familiar, establecido esto, en la Constitución de la República, el Código Penal, el Código de la Niñez y la Juventud, el Código de la Familia., así como en los Objetivos Priorizados del Ministerio de Educación y en las precisiones de la Educación Preescolar. Por tal razón se hace necesario preparar a las familias, para que esta influya positivamente en la educación integral de su niña o niño.

Diversas han sido las investigaciones realizadas por sociólogos, psicólogos, pedagogos e investigadores como: Rodríguez F, (1996), Cueto R, (1997) F Martínez (1998), S García (1999), P Arés (2001), C Martínez (2002), Martín Calá, M, (2003) Sobrino. E, Rodríguez, N (2003), Pomares Ortega UC (2005), E Núñez (2005), Villa Y (2008), Castillo González, M (2008), Rodríguez Aróstica, S (2010) entre otros, consideran necesaria la urgencia de las acciones hacia la familia provenientes de las instituciones escolares e infantiles, pues a pesar que se ha incursionado en este sentido subsisten dificultades en el cumplimiento de su función educativa y exigen las tareas simultáneas de los padres y las escuela en la educación familiar.

Se coincide con estos investigadores en la necesidad de preparación que requieren las familias, por su influencia en la educación integral de sus hijos en la cual se encierra la formación de los diferentes hábitos que se forman y adquieren en el seno familiar, dándoles una mayor importancia a la formación de hábitos nutricionales desde las edades más tempranas.

La formación de hábitos nutricionales ha sido un tema muy debatido por psicólogos, pedagogos, dietistas y nutriólogos y otros especialistas, quienes consideran que las primeras edades de la vida constituyen períodos sensitivos para la formación de los diferentes hábitos y dentro de ellos los nutricionales.

Múltiples investigadores en diferentes momentos han incursionado en el tema de la formación de hábitos nutricionales Calvo Yáñez, M (1978), Calzada Valverde, V (1980), Marín González, Y (1999), López Hurtado J (2000), Rojas Estévez, J (2004), Franco García, O (2005), Carrillo Rodríguez, E (2008), González Calzada, D (2009), Navaro Jiménez, V (2009), quienes se refieren a que en las primeras edades se presentan hábitos incorrectos de alimentación y aseguran la necesidad de la formación de hábitos nutricionales para evitar conductas impropias que pudiera llevar a hábitos inadecuados con repercusiones nocivas en el futuro, así como la preocupación que debe tener la familia para contribuir a una correcta formación de estos hábitos.

En esta misma dirección se pronuncia el centro de Referencia Latinoamericano para la Educación Preescolar que a través de múltiples investigaciones(2005-2006) sobre nutrición, crecimiento y desarrollo han demostrado científicamente que las primeras edades son decisivas para la formación de hábitos nutricionales y que estos influyen definitivamente en la vida futura del individuo con respecto a una cultura alimentaría. Puntualizan además la falta de preparación que poseen las familias al brindar una correcta educación nutricional, para formar buenos hábitos que también depende de la sistematicidad con que se realice, el amor que lo acompaña y el insustituible ejemplo del adulto.

Se coincide con estos investigadores, pues precisamente en la experiencia profesional fue posible constatar a través del proceso educativo al realizarse las diferentes actividades con las niñas y los niños que a pesar de todo el trabajo que se realiza en la escuela para formar los hábitos nutricionales se observa que las niñas y los niños no ingieren todos los alimentos que se le ofrecen, no siempre respetan el orden y la mezcla de los alimentos, utilizan en la mayoría de las veces incorrectamente los cubiertos y la servilleta. Por lo que se deduce que la influencia y preparación que poseen las familias para contribuir a desarrollar hábitos nutricionales en sus hijos, está influyendo en estas dificultades.

Situación que se corrobora en la práctica pedagógica a través de diferentes vías como: reuniones de padres, actividades conjuntas de las escuelas de padres, visitas a los hogares, intercambio con las familias, constatándose que a estas les falta preparación para contribuir en el cumplimiento de su función educativa a la formación de hábitos

nutricionales en su niña o niño al poseer escasos conocimientos de: los hábitos nutricionales que se trabajan con las niñas y los niños preescolares, los procedimientos específicos para formar un hábito y su aplicación correcta en la práctica, las actividades que pueden desarrollar con su niña o niño para formar hábitos nutricionales.

Situación que le permite a la autora reflexionar y determinar **como problema científico de la investigación**. ¿Cómo contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares? Este problema se inserta en el **objeto de estudio**: Proceso de preparación de las familias. Delimitado como **campo de acción**: Preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

El análisis del problema científico a resolver y la precisión del objeto de estudio y campo de acción condujo a la formulación del **objetivo de la investigación**: Aplicar actividades que contribuyan a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Las **interrogantes científicas** que orientaron el proceder metodológico de la investigación son las siguientes:

1. ¿Cuáles son los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares?
2. ¿Cuál es la situación real que presentan las familias en su preparación para trabajar la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad?
3. ¿Qué características deben tener las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad?
4. ¿Qué resultados se obtendrán con la aplicación de las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad?

Las interrogantes científicas orientaron la elaboración de las tareas científicas para la búsqueda de la solución del problema declarado, estas son las siguientes:

1. Determinación de los fundamentos teóricos y metodológicos que sustentan la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.
2. Determinación de la situación real que presentan las familias en su preparación para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.
3. Elaboración de las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.
4. Validación de la efectividad originada con la aplicación de las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Sobre la base del método materialista-dialéctico se determinaron los siguientes **métodos científicos:**

Del nivel teórico:

Analítico- sintético: se utilizaron durante todo el proceso de la investigación, en la sistematización y profundización de la bibliografía que tiene relación con el tema que se investiga, en el diagnóstico inicial, pre test y pos test para la interpretación de los datos empíricos obtenidos. Además se determinaron las principales dificultades existentes en la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Inductivo- deductivo: utilizados en la sistematización para fundamentar el objeto de estudio de la investigación, para determinar las dimensiones e indicadores de los instrumentos y para sustentar las actividades. Además para comprobar cómo se comportó la transformación del estado de la muestra durante y después de la aplicación de la variable independiente y arribar a las conclusiones finales que comprueban su efectividad.

Del nivel empírico:

Análisis documental: Utilizado en diagnóstico inicial de la investigación para comprobar, teniéndose en cuenta la revisión y análisis de diferentes documentos, si se conciben orientaciones para la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

La observación pedagógica: se utiliza en el diagnóstico inicial, para constatar durante las observaciones a las familias en las actividades conjuntas de las escuelas de padres el nivel de preparación que poseen para la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño y es utilizada en el pre test y el pos test para constatar a través de las visitas a los hogares el nivel de preparación que poseen las familias para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Entrevista: se aplica a las familias para constatar en el diagnóstico inicial, de la investigación el nivel de preparación que poseen para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Encuesta: Se aplicó en el, pre test y en el pos test para comprobar el nivel de preparación que poseen las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Experimento pedagógico: se empleó la variante de pre-experimento, utilizado en la etapa de pre test con la aplicación de instrumentos para conocer el estado real y las causas del problema que se investiga, durante la aplicación de la vía de solución con la introducción de la variable independiente en el grupo experimental, las actividades, para evaluar en la práctica la efectividad de su implementación, así en el pos test para comprobar los efectos producidos por estas en la muestra una vez aplicadas.

Del nivel estadístico y matemático.

El cálculo porcentual: Se empleó el cálculo porcentual como elemento básico para el análisis de los resultados obtenidos empíricamente, para constatar los resultados del diagnóstico inicial, el pre test y el pos test una vez aplicadas las actividades,

organizando la información en tablas y gráficos para el análisis, comparación y valoración de los resultados obtenidos.

Población y muestra.

Para el desarrollo de esta investigación la muestra coincide de manera intencional con la población por ser el grupo donde trabaja la autora, la que quedó constituida por las 25 familias de las niñas y los niños del grado preescolar A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad.

Las familias de la muestra son funcionales, poseen un nivel cultural adecuado, ocho son universitarios, 15 con 12 grado y 2 con 9 grado, sensibilizadas con su función educativa y formativa, mantienen una activa participación en las diferentes actividades que desarrolla la escuela, pero presentan dificultades para la formación de hábitos nutricionales en sus niña o niño.

Conceptualización y operacionalización de las variables.

Variable independiente: Actividades. Se asume el concepto dado por la MS c Gladis Jimeráñez García quien la define como: diversas y diferentes operaciones y acciones que respondiendo a las potencialidades y necesidades del individuo permiten su transformación asumiendo actitudes consecuentes con la realidad (Jimeráñez García, G., 2010: 7)

Variable dependiente: Nivel de preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy. Considerado como el dominio de los conocimientos teóricos y procedimentales básicos que les permiten a las familias en correspondencia con lo establecido en la Educación Preescolar trabajar con su niña o niño en el cumplimiento de su función educativa la formación de los hábitos nutricionales.

Operacionalización de la variable dependiente

Dimensión Cognitiva

Indicadores

1.1 Conocimiento de los hábitos nutricionales que se forman en el sexto año de vida. (Respetar el orden y la mezcla de los alimentos, ingerir todos los alimentos que se le ofrecen, uso correcto de los cubiertos, uso correcto de la servilleta).

1.2 Conocimiento de los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales.

1.3 Conocimiento de las actividades que se pueden realizar para formar hábitos nutricionales.

Dimensión Procedimental

2.1. Aplicación correcta de los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales.

2.2 Aplicación de las diferentes actividades para la formación de hábitos nutricionales.

La **novedad científica** está en las actividades elaboradas que permiten a través de diferentes vías de educación familiar generar en las familias un mayor sentido de responsabilidad en su función educativa, mayor compromiso social e incentiva su participación protagónica a partir del intercambio de saberes y de la reflexión colectiva al elevar su preparación para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

El aporte práctico de este trabajo está en las actividades que permiten a través de las vías de educación familiar ofrecer conocimientos teóricos y prácticos a las familias teniendo en cuenta las insuficiencias comunes a estas familias para prepararlas y transformar sus conocimientos y proceder con respecto a la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

La Tesis está estructurada en dos capítulos, además de la **Introducción**. El **Capítulo I:** Aborda las consideraciones teóricas y metodológicas acerca de la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares. El **Capítulo II:** contiene la fundamentación de las actividades, la descripción de las mismas y el análisis de los resultados. Al final se relacionan las **conclusiones, recomendaciones, la bibliografía consultada** y los **anexos**.

CAPÍTULO I: REFLEXIONES TEÓRICAS Y METODOLÓGICAS ACERCA DE LA PREPARACIÓN DE LAS FAMILIAS PARA LA FORMACIÓN DE HÁBITOS NUTRICIONALES EN LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS PREESCOLARES.

En este capítulo se dará respuesta a la tarea número uno de la investigación ofreciéndose un resumen del resultado del análisis crítico de la bibliografía consultada que sirve de fundamento a la propuesta elaborada. Se reflejan elementos que se consideran importantes en la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares.

1.1 La preparación de las familias. Un reto en la Educación Preescolar.

En el proceso de educación e instrucción del individuo la familia ha jugado siempre un papel trascendental, pues ella ocupa las posiciones claves en la lucha por el hombre nuevo, en ella se forma la personalidad en su tono general, el carácter de los intereses y las habilidades para las relaciones mutuas.

La familia tiene deberes que le son propios en medida mucho mayor que cualquiera institución educativa, por eso es importante conocer sobre ella aspectos principales y los procesos que tienen lugar en la misma durante su existencia y desarrollo para tenerlos en cuenta y manejarlos atendiendo a las características de su grupo familiar concreto y a los de la etapa de vida de sus miembros.

Respecto a la familia los fundadores de la Filosofía Marxista sentaron las bases para comprender su razón social de ser, su determinación y funciones más generales. Ellos se vieron en la necesidad de estudiar a la familia como institución social al elaborar su concepción materialista de la historia, y fueron los primeros en revelar las determinantes sociales fundamentales sobre la institución familiar y su papel en la reproducción social.

Estos autores dejaron establecido, en una época tan temprana del desarrollo de las ciencias sociales, que la familia no es una relación primordialmente biológica sino que tiene un doble carácter natural y a la vez social, constituyendo las relaciones de cooperación entre sus miembros su esencia social. Se fundamenta lo anterior en las ideas de los pedagogos cubanos del pasado quienes también les otorgaron a las familias un papel fundamental en la educación:

Félix Varela (1788-1853) designaba a los padres una gran responsabilidad en la educación de sus hijos, lo que se pone de manifiesto cuando escribió: “Si conducimos al hombre, por decirlo así, desde la cuna, con unos pasos fundados en la naturaleza, enseñándole a combinar sus ideas, y apreciarlos según los grados de exactitud que ellos tengan, le veremos formar un plano científico el más luminoso, una prudencia práctica la más ventajosa a la sociedad” (Torres Cuevas, E., 1997:88).

José de la Luz y Caballero (1800-1862) reconoce el papel primordial de la familia en la educación del hombre. Papel que hace visible al escribir: “La educación empieza en la cuna...” (Chávez, Rodríguez, J. A, 1992:62)

José Martí Pérez (1853-1895). En sus ideas sobre educación al referirse a la familia también le concedió un lugar cimero en la formación del individuo, puesto que su primer contacto con el mundo se produce en el seno familiar. Al respecto, en su obra “Músico, poetas y pintores” de la Edad de Oro, escribió. “La educación empieza con la vida...” (Martí Pérez, J., 1976: 390).

Al analizarse lo que plantearon los pedagogos del pasado se es del criterio que para ellos la educación familiar era primordial, veían en las familias a los primeros educadores de sus hijos y contribuyeron en gran medida a que se comprendiera la importancia de la educación familiar para la formación del hombre, aspecto este latente en estos tiempos.

La familia como categoría social histórica y psicológica está en interacción continua en sus relaciones internas y externas, a partir de lo cual se va estructurando su desarrollo. Para la preparación de la familia es imprescindible conocer esa dinámica y considerar la necesidad de estudiar el desempeño familiar desde todas sus aristas con un enfoque multilateral. El hombre vive en familia, aquella en la que nace y la que él mismo crea, en ambos debe encontrar satisfacción y felicidad.

Después de un estudio bibliográfico la autora de esta investigación, considera la idea central de la filosofía de la educación acerca de la educabilidad del hombre. Considerar a la familia como el espacio insustituible de socialización y educación, requiere de atención continua, para lograr su preparación para el cumplimiento de sus funciones y así garantizar el cumplimiento del objetivo de la educación cubana.

En la familia es donde mediante fuertes lazos afectivos se forman la personalidad, los hábitos, las cualidades morales de las niñas y los niños en los primeros años de vida. Esta interacción que se da en el grupo familiar es esencialmente afectiva, la familia forma parte de la estructura de la sociedad, donde existen los intereses, las alianzas, las motivaciones y los conflictos los cuales definen el comportamiento de cada uno de sus miembros.

En el seno familiar, el ser humano tiene la primera y más perdurable determinación social de su personalidad. Las acciones que el niño realiza en estrecha comunicación con los padres y que están encaminadas a satisfacer sus necesidades, en todo momento son dirigidas y reguladas por el adulto, y en proporción a las condiciones de estimulación afectiva y de socialización necesaria para la formación ulterior de la personalidad, tarea que más adelante compartirán los padres con los educadores.

La alegría de tener un hijo es única y trae aparejada una gran responsabilidad la de educarlo, es necesario que la familia además de disfrutar esta acontecimiento tan importante, se prepare para contribuir al desarrollo y a la felicidad del pequeño desde los primeros momentos de su vida.

Para el correcto cumplimiento de la función educativa es necesario ante todo que la familia tome iniciativas de que es insustituible y para obtener buenos resultados en la educación de las niñas y los niños no es suficiente desearlo, sino que es imprescindible prepararse para ello. La educación familiar se puede ejercer sin propósito consciente, no tiene el carácter sistemático de la educación escolar para los padres tiene una potencialidad educativa que la instituciones sociales y educativas deben estimular convenientemente.

En la Constitución de la República de Cuba se plantea: ...”El estado reconoce en la familia la célula fundamental de la sociedad y le atribuye responsabilidades y funciones esenciales en la educación de las nuevas generaciones”..., más adelante señala... “la familia, la escuela, los órganos estatales y las organizaciones de masas y sociales tienen el deber de prestar atención a la formación integral de la niñez y la juventud”. (1992:18).

La familia ha sido definida de diversas maneras, unos autores defienden el criterio consanguíneo, otros el de convivencia y otros siguen un criterio muy importante, el

afectivo. Pedro Luís Castro Alegret define... "familia es para la sociedad una institución con cierto estatus jurídico, con una situación material determinada, con normas de la conciencia social que la regula, etc.; pero para sus miembros es el grupo humano en el cual viven, donde manifiestan importantes motivaciones psicológicas y las realizan en diversas actividades. Es también el grupo más cercano con el cual se identifican y desarrollan un fuerte sentimiento de pertenencia, donde enfrentan y tratan de resolver los problemas de la vida de convivencia". (Castro Alegret, P.L., 1999:17)

- "La familia es el grupo natural del ser humano, jurídicamente se organiza sobre la base del matrimonio, el cual suele definirse como la institución social en la que un hombre y una mujer se unen legalmente con el fin de vivir juntos, procrear, alimentar y educar a sus hijos" (Ares, P. 1998: 1)

Muchas definiciones no se corresponden con los cambios actuales; porque como plantea Patricia Ares (2003:19) existe el fenómeno de la diversidad y complejidad familiar. Las uniones pueden o no ser legales, pueden ser para toda la vida; pero son muy frecuentes los divorcios, los miembros de la unión no siempre son heterosexuales, entre otros aspectos.

En el presente trabajo se asume la siguiente definición: "La familia, para sus miembros, es el grupo humano en que viven, satisfacen y desarrollan complejos procesos materiales y afectivos estrechamente relacionados, donde adquieren hábitos de conducta, normas de vida y valores. Por eso resulta una institución mediadora entre la sociedad y el individuo, con una potencialidad educativa que el círculo infantil, la escuela y el resto de las instituciones sociales no pueden desestimar". (Castro, P. L. 2005: 17).

Todas las definiciones comparten el hecho de que sus miembros se interrelacionan de algún modo; es decir, interaccionan con patrones de comportamientos específicos, llevando a cabo funciones importantes para sus miembros y también para la sociedad.

Las funciones históricamente asignadas al grupo familiar como institución social, han sido reunidas en cuatro grandes grupos. Función económica. Función biosocial. Función espiritual-cultural. Función educativa.

La familia no es viable sin que exista cierta armonía entre estas funciones. La función económica abarca las actividades relacionadas con la reposición de la fuerza de trabajo

de sus integrantes, el presupuesto de gastos de la familia sobre la base de sus ingresos; las tareas domésticas del abastecimiento, el consumo, la satisfacción de necesidades materiales individuales, cuidados para asegurar la salud de sus miembros, también se incluyen la distribución de los roles hogareños y el descanso.

La función biosocial comprende la procreación y crianza de los hijos, así como las relaciones sexuales y afectivas de la pareja, también se incluyen las relaciones que dan lugar a la seguridad emocional de los miembros y su identificación con la familia.

La función espiritual-cultural comprende entre otras cuestiones, la satisfacción de las necesidades culturales de sus miembros, superación, esparcimiento cultural, así como la educación de los hijos; es decir, referida a las condiciones espirituales de existencia (relativa a valores), la misma también es el fruto del cumplimiento de todas las funciones familiares.

Esta función, denominada educativa por otros autores, permite a la familia el desarrollo total del hombre, en lo que difícilmente puede ser sustituida por otros grupos sociales o instituciones que intervienen en la educación. Para analizar cómo se cumple la función educativa por parte de la familia es necesario valorar cuáles son sus expectativas, procedimientos educativos, atención de la vida escolar de los hijos, el aprovechamiento del tiempo y el espacio familiar para favorecer las interrelaciones entre los miembros y contribuir a la formación de intereses y valores en diferentes esferas de la vida.

Los padres deben adquirir conocimientos que los preparen para la importante labor social. Ante todo conocer las etapas de evolución por la que transcurre la vida del niño, desde que nace hasta los cinco años de edad, la forma en que deben influir para lograr el desarrollo adecuado de sus capacidades físicas, psíquicas en intelectuales y cómo debe organizarse el régimen de vida para lograr una influencia sana y feliz a fin de sentar las bases de hombre nuevo que se aspira.

La familia es un núcleo esencial de la sociedad, por tanto, tiene gran valor para todos y muy especial para las niñas y los niños que nacen y crecen en su seno. El medio familiar en que se desarrollan es muy importante, ya que este es de donde procede la estimulación para desarrollarles capacidades intelectuales y emocionales. Se insiste en las necesidades de ellos y cómo se debe satisfacer, pues estas posibilitan que aprendan, se eduquen y desarrollen sentimientos superiores y valores humanos.

Aunque la familia es lo que cada día permite vivir, satisface o preocupa, resulta bien complejo estudiar ese mundo íntimo. Cada día en que se vive en los hogares están presentes muchos afectos, de profundas raíces, pero se suele ignorar algunas de ellas, o no ser capaces de ganar en objetividad para explicar las cosas.

La familia educa en todo momento de mejor o peor forma, de manera consciente o inconsciente, sistemática o asistemática y de la manera en que se comporte las relaciones de todos estos factores, cada familia con sus particularidades y modos de vida propios, estarán cumpliendo con sus mayores o menores resultados su función educativa, tanto para ella como para la sociedad, lo que demuestra la función educativa de la familia y el cumplimiento de uno de los principios de la Educación Cubana que es la participación democrática en las tareas de la educación. Todas las familias de una u otra manera reconocen su papel formativo, aunque de hecho no desarrollan acciones conscientes para hacerlo.

De ello se infiere la enorme importancia que reviste el trabajo de educación familiar, la necesidad de conocimiento de las características de cada núcleo y las particularidades de cada lugar, pues las familias de hoy día no pueden seguir moldeándose por las viejas fórmulas, ni debe admitirse que se promuevan otras que atenten contra el cumplimiento de sus funciones principales. Hay que promover formas de funcionamiento familiar que reflejen, verdaderamente, la dialéctica actual de la vida para facilitar así que los padres puedan asumir con mayor conocimiento la formación integral de sus hijos. Al referirse a esta situación Makarenko (1979: 108) explicaba:

En busca de la necesaria preparación que requiere la familia para cumplir su función educativa desde edades tempranas, se pronuncia el Centro de Referencia Latinoamericana para la Educación Preescolar, que en estudios e investigaciones recientes de las neurociencias, revelan las enormes potencialidades de aprendizaje y desarrollo del niño en estas edades iniciales y hacen reflexionar a las autoridades educacionales acerca de la necesidad de optimizar ese desarrollo, de potenciar al máximo mediante una acertada dirección pedagógica todas las potencialidades, que la gran plasticidad del cerebro humano permitiría desarrollar al rebelar las potencialidades del niño desde que nace.

Ofrecen variadas formas de estimulación desde el seno del hogar y han corroborado el papel decisivo de la familia en las primeras edades en lo referente a la formación o asimilación de hábitos de vida y de comportamiento social en las niñas y los niños.

La familia constituye un espacio propicio con ascendentes potencialidades y por ser el contexto donde transcurre en esencia la formación y desarrollo del ser humano en todas las etapas de su vida desde las primeras edades, las acciones educativas en el medio familiar se realizan desde el embarazo y permiten elevar su nivel de preparación psicológico y pedagógico. Al respecto Franklin Martínez expresó: “La educación del niño desde el primer momento de su nacimiento, es un proceso ininterrumpido que no termina sino con la muerte” (Martínez Mendoza, F., 1998: 44)

Estas palabras de Franklin reconocen la definitiva participación de la familia en la educación del niño desde el primer momento del nacimiento y durante su vida, por lo que es necesario la preparación de esta para que pueda enfrentar su función educativa, jugando un rol fundamental en esta preparación la educadora quien tiene la alta responsabilidad de influir en ella y proporcionarles los conocimientos para que pueda contribuir a al desarrollo integral de su hijo.

La familia debe estar preparada para asumir la educación de sus hijos pero lograr este objetivo no es fácil y es aquí donde entra a jugar un rol importante el personal que se enfrentará a esta tarea, desarrollando vías de preparación efectivas que proporcionen a los padres saberes para conducir acertadamente su función educativa. Es evidente el papel que hoy debe desempeñar la familia en la educación de las niñas y los niños pero no siempre se encuentra preparada para llevar a cabo un proceso educativo que responda a los principios y exigencias de la Educación Preescolar, de ahí la necesidad de garantizar un correcto vínculo escuela- familias, aspecto que será abordado en el siguiente acápite.

1.2. La vinculación escuela – familia en la Educación Preescolar.

En los escenarios del proceso de socialización se han de propiciar la formación sociocultural de los niños en correspondencia con su vida práctica y su realidad más inmediata, conjugando las necesidades e intereses individuales y de la sociedad, en función de la formación ciudadana. Resulta necesario enfocar como sistema integral la

relación escuela — familia sin desconocer su independencia relativa, en tanto tienen funciones específicas como instituciones socializadoras en su labor educativa:

La escuela como medio para alcanzar la más alta síntesis de los valores educativos a través del conocimiento organizado, sistemáticamente dirigido como proceso intelectual y afectivo para la formación del individuo y orientado en función de la vida cotidiana.

La familia, para sus miembros es el grupo humano en que vive, satisfacen y desarrollan complejos procesos materiales y afectivos estrechamente relacionados, donde adquieren hábitos de conducta, normas de vida, valores. Por esto resulta una institución mediadora entre la sociedad y el individuo; con una potencialidad educativa que la escuela y el resto de las instituciones sociales no pueden desestimar.

La escuela en sus relaciones con la familia tiene un “carácter activador” para influir en el proceso educativo intrafamiliar y lograr la convergencia de las acciones sobre el desarrollo, lo cual al tratarse de madres y padres de niños de edades preescolares adquiere una mayor dimensión pues, en la mayoría de los casos, son personas aún muy jóvenes los cuales en ocasiones, tratan de educar a sus hijos de igual forma a como ellos fueron educados, o se sienten inseguros en cómo ejercer responsablemente su función.

A la escuela, como es lógico, le corresponde una acción marcadamente dirigida a desarrollar en el niño habilidades, modos de actuar, hábitos culturales y de aseo, entre otros, es obvio que para ello tenga que contar con los padres que han de darle la continuidad a este proceso, a partir de su comprensión de la necesidad de que el sistema de influencias del hogar no contradiga a lo que establece la institución.

La proyección de la escuela hacia la familia puede resumirse en dos palabras: CONOCER Y ORIENTAR.

El trabajo de educación familiar consiste fundamentalmente en orientar a los padres en aspectos relacionados con la forma en que ellos pueden y deben darle continuidad al trabajo educativo de la escuela; lograr que adopten una actitud de cooperación y participación activa en sus menores hijos en la escuela, y apoyen sus tareas y objetivos, seguros de que son los más adecuados para obtener los resultados óptimos a los que ambos (familia y escuela) aspiran.

El sistema familiar actúa sobre la institución educativa, en la medida en que el hijo o hija es portador de valores y conductas que reflejan su medio familiar. También los padres promueven vínculos con aquella, al estar motivados por la educación de sus hijos. La práctica educativa y las investigaciones realizadas han corroborado que la integración de los padres a la propia dinámica de la escuela, en asociaciones o agrupaciones que colaboran directamente con el centro, dirigidas por ellos mismos, son una vía efectiva de apoyo al trabajo educativo de la institución y a la labor con los propios padres. Esta acción organizada cohesiona a las familias en torno a los objetivos educacionales, pero también las compromete y propicia su interrelación con la comunidad.

La activa participación de la familia en su proyección hacia la escuela, su incorporación a las tareas mencionadas y a otras dirigidas a su propia superación (promoción de lectura de materiales relacionados con la educación de sus hijos, por ejemplo) sitúan a la familia en condiciones de poder exigir a la escuela un trabajo cada vez de mayor calidad.

La proyección del trabajo hacia la comunidad, debe ser algo que emerja de los propios protagonistas del acto educativo, el centro educa, la familia educa y el beneficio se concretiza en cada niño o niña, que transita por su educación preescolar mejor atendido, sin contradicciones entre exigencias de educadores y padres, en un ambiente de afecto y comprensión, de respeto y ayuda mutua, en que los padres como adultos preparados y conscientes se constituyen en parte activa ¡y tanto! del “Equipo educativo”

La familia y la escuela comparten un objetivo común; la formación integral y armónica del niño a lo largo de los distintos períodos del desarrollo humano y del proceso educativo, estas dos agencias de socialización aportarán los referentes que les permitan integrarse en la sociedad. Indiscutiblemente, estos sistemas de influencias necesitan converger para garantizar la estabilidad y el equilibrio para una formación adecuada de los niños.

La relación escuela-familia ha transitado por diferentes facetas. En otros momentos los padres han abogado por la exclusividad en cuanto a la formación de la personalidad de los hijos y los maestros aceptaban su influencia en el plano de la instrucción. En la actualidad identificamos a padres que depositan en los maestros mayor responsabilidad

en la formación de los niños y maestros que reclaman mayor participación de los padres en la preparación de sus hijos para la vida.

La escuela enfrenta a los niños al saber culturalmente organizado que trasciende a la experiencia individual y sus rutinas cotidianas. Sin embargo, los niños aprenden tanto en ese contexto educativo planificado y formal como en el contexto educativo no formal (la familia). La colaboración de los padres en la escuela contribuye a la continuidad de las influencias educativas.

La relación familia y escuela emerge por la necesidad de complementar la acción educativa. Padres y maestros saben sus fortalezas y limitaciones y reconocen los beneficios que generan la complementariedad lograda si se entrecruzan los impactos educativos. La implicación de los padres en el proyecto educativo es un rasgo común de los programas con efectos más estables y duraderos. La participación de la familia en la escuela les confiere a los padres otra perspectiva sobre el niño y su educación y les aporta nuevas actitudes y diferentes estilos de relación y prácticas estimulantes, las que se acercan más a la visión de los educadores.

En la actualidad, la participación de los padres en la escuela se ha adoptado como un criterio de calidad y garantía de eficiencia de la acción educativa, sin que la colaboración de los padres no admita la pérdida de autonomía como padres, ni identificarse con la intención de cambiar su comportamiento con el hijo. También los maestros abogan por esa autonomía para ellos mismos, ambos pueden aprender uno de los otros a compartir sus experiencias sin perder espacio ni autoridad.

Los padres representan una valiosa fuente de información sobre su hijo y el reconocerlo favorece el vínculo con la escuela, por el protagonismo que les confiere, la confianza que le muestra el maestro además de revelar la preocupación de la escuela por el niño. Todo ello gratifica su autoestima como padre y lo hace sentir seguro en el vínculo con el maestro.

En la Educación Preescolar las educadoras y maestras conocen mejor a sus niñas y niños a través de los padres. Estos últimos se enteran de los progresos de su niño en el círculo infantil o la escuela por medio de la conversación que mantiene con las educadoras y maestras. La comunicación entre padres y educadoras constituye el

fundamento de una relación efectiva para la formación de los niños estables, seguros intelectual y emocionalmente lo que favorece el alcance de los logros del desarrollo.

Los padres, educadoras o maestras deberían ser socios activos en la tarea de educar, por lo que es necesario que los padres puedan demostrar cuánto y cómo les importa la educación de sus hijos, involucrándose en la tarea educativa. Es necesario que el interés por los hijos se refleje en actitudes concretas y que haya un esfuerzo por satisfacer las demandas que la institución educativa les hace a los padres, como por ejemplo la generación de hábitos, la asistencia a reuniones. Mantenerse informado también es un requisito mínimo para que la sociedad entre padres y educadoras o maestras funcione.

Acompañar a las niñas y los niños es una tarea central de los padres. El círculo infantil o escuela es un aspecto muy significativo en sus vidas por lo tanto la presencia cercana de los padres y la compañía que sean capaces de entregar, será un elemento decisivo para el buen desarrollo de estos en las primeras edades.

La relación escuela – familia es posible si existe una clara delimitación de los roles y las responsabilidades, confianza de los padres en el saber hacer profesional de los maestros y cuando estos han de reconocer a la familia como primeros educadores.

Las consideraciones referidas anteriormente permiten comprender el papel que en estos tiempos corresponde a la escuela y a la familia con niñas y niños de la Educación Preescolar para garantizar su formación integral a partir de lograr en ellos el máximo desarrollo posible desde su concepción hasta los seis años, si ambas tienen presente que en las condiciones contemporáneas del desarrollo social la escuela y la familia desempeñan un papel importante en el trabajo educativo, pues son tiempos que requieren un marcado que las nuevas generaciones de cubanos y cubanas se preparen con correctos hábitos y valores para enfrentar los retos de estos tiempos.

Hoy en día es evidente que la educación de las nuevas generaciones es una tarea que implica grandes responsabilidades para la familia, ya que en el hogar se refuerza el trabajo educativo de la escuela y se apoya en su conjunto la labor educativa de la sociedad socialista.

El proceso educativo en las familias a pesar de ser estimulado por la sociedad en sentido general, responde también a un sistema de regularidades propias para cada

una, determinado en gran medida por las normas morales, tradiciones y criterios acerca de qué debe educarse en los niños y las niñas.

Todas las familias de una manera u otra reconocen su papel formativo aunque de hecho no desarrollen acciones conscientes para hacerlo. Estas tienen en mayor o menor grado conciencia de sus metas o aspiraciones para con los hijos mientras más concientizadas están, más acciones educativas concretas realizan de manera consciente. Los profundos cambios socio-económicos ocurridos después del triunfo de la Revolución crearon condiciones favorables para la constitución de un nuevo modo y estilo de vida familiar.

Dada la relación individuo-sociedad la escuela como institución socializadora cumple una importante labor educativa que debe promover un cambio de actitud en las personas, despertar en ella la capacidad para solucionar sus problemas, el deseo de desarrollarse y de progresar mediante su propio esfuerzo. Esto ha de tenerlo muy en cuenta los educadores al realizar tanto el trabajo directo con los niños como en el trabajo de educación a las familias.

La escuela debe aportarles a la familia métodos y estilos educativos; las prepara para el cambio que biológica y psicológicamente se produce en sus hijos; le recomienda modos de actuación que favorezcan la atmósfera emocional en el hogar; cómo contribuir a la formación de hábitos correctos en los niños y las niñas ; le enseña cómo atender la diversidad que en algunos hogares existe y a su vez la familia con su presencia, su cooperación y sus reflexiones le permite a la escuela revisar constantemente su quehacer pedagógico diario.

El estrecho vínculo que se establece entre la escuela y la familia para la atención temprana y preescolar se sustenta en una sólida concepción teórico – práctica, como parte de la concepción sociohistórico – cultural en la comprensión del carácter interactivo del desarrollo humano y se valora altamente el rol de la enseñanza en el proceso de estimulación y desarrollo integral de las niñas y los niños.

La enseñanza, como medio que conduce el desarrollo, es el eje central de la atención que reciben los niños desde las edades más tempranas mediante la familia, las instituciones educacionales y la sociedad., puesto que los primeros años de vida constituyen para Vigostky el período más denso y lleno de valor del desarrollo en

general, por lo que el medio social en el que se desarrollan y educan los niños es vital, para ello la preparación de la familia, en particular de los padres es la mayor contribución a este desarrollo y sin lugar a dudas a la escuela le corresponde el papel fundamental en garantizar esa preparación.

Las orientaciones, los consejos, los apoyos y las ayudas que se intercambian con las familias consiguen inevitablemente un ajuste sociofamiliar y mejoran las relaciones entre las niñas y los niños con sus padres, a partir de la asimilación paulatina de destrezas necesarias de quienes se encargan de la educación infantil en el hogar.

El trabajo de educación familiar debe estar encaminado a lograr el carácter integral de los esfuerzos de todos, los que de una forma u otra, influyen en el desarrollo armónico e integral de las niñas y los niños, por lo que la escuela consciente de su función debe realizar múltiples tareas para perfeccionar el proceso educativo y lograr utilizar diferentes vías y procedimientos para vincular más a las familias.

Es muy importante que la escuela cada vez más oriente su trabajo con la familia hacia la unificación de criterios educativos que garanticen una dirección acertada en la formación de las nuevas generaciones. Al existir problemas en la preparación actual de la familia es necesaria la búsqueda de métodos novedosos que posibiliten la orientación pedagógica por parte de la escuela para garantizar que la familia se encuentre en condiciones de llevar adelante la educación de sus hijos, una vez estando preparada.

Precisamente el análisis de lo expuesto anteriormente condujo a desarrollar el próximo acápite donde se plasma la necesidad de preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares.

I. 3. La preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares.

La Pedagogía Cubana actual es una pedagogía revolucionaria, no solo porque se ha centrado en un país con una Revolución Social, sino porque en su concepción está presente el carácter transformador de la ciencia y su estrecho vínculo con la realidad educacional, asumiendo el encargo social de influir sobre la familia para que pueda cumplir su función educativa, la tarea de educar a los padres como actividad pedagógica específica, para lo cual los maestros tienen la enorme responsabilidad de

garantizar una labor de preparación a la familia con condiciones pedagógicas que favorezcan un clima de confianza, receptividad, dialogo y reflexiones valorativa de esta como agente educativo.

La función educativa y socializadora de la familia se torna hoy un tema complejo de abordar en los diferentes contextos sociales, en las cuales esta se inserta, contexto caracterizado internacionalmente por una tendencia la globalización de la cultura social. Fenómenos como estos ponen a prueba el alcance del sistema familiar y complejiza su influencia en la formación de sus integrantes, lo que infiere la necesidad de elevar cada vez más la preparación de las familias con niñas y niños preescolares para garantizar en ellos la formación de hábitos y cualidades imprescindibles en ser humano.

En las primeras edades la formación de hábitos adquiere una enorme significación, por cuanto constituyen una vía importante para la instauración de las primeras normas morales que la sociedad les plantea al niño y a la niña. Los hábitos constituyen, tanto una vía de expresión de las normas morales como una premisa valiosa en la formación de cualidades de la personalidad.

La formación de los diferentes hábitos y dentro de ellos los nutricionales son premisas indispensables en la adquisición de normas de conductas que constituyen soporte fundamental de la formación del futuro ciudadano.

Si se tiene en cuenta que la salud es un estado de bienestar físico, mental y social, que no solo significa ausencia de enfermedad, sino que implica un número de factores que ayuden a mantenerla, se ve la necesidad que tiene la familia de conocer los correctos hábitos de alimentación para tener una influencia positiva en el desarrollo integral del niño y de la niña. En la familia, la madre suele ser el primer agente de salud.

Como consecuencia de la falta de conocimientos sobre la salud de los miembros de esta entidad, se comete errores que por supuesto repercuten negativamente en la salud del niño.

La alimentación adquiere dimensiones emocionales y psicológicas en la interacción madre-hijo-sociedad. Además, proporcionar alimentos sólidos a una edad temprana que llevan al aumento rápido de peso, puede parecerle a algunas madres, sino a todas, un símbolo de buen cuidado maternal y un motivo de orgullo.

Se mantienen criterios que relacionan un incremento rápido de peso en el niño y la niña, con un concepto de belleza y salud, tal vez en nuestra preocupación por combatir la desnutrición, inconscientemente contribuimos a la obesidad en los niños y las niñas.

Los hábitos nutricionales tienen raíces en varios siglos, por tanto es lógico que sea difícil cambiarlos. Para esto es necesario un amplio programa que no se limite al aspecto funcional individual sino que también incluye al social económico. Por eso la educación nutricional debe tener como base la familia prestando apoyo a esta, las instituciones infantiles y las escuelas. Además se necesita la colaboración de los organismos relacionados con la alimentación y los medios de difusión masiva.

Los hábitos desempeñan un importante papel en la alimentación y de la correcta formación de ellos depende que se haga una selección adecuada de los elementos para la dieta. Es de señalar la importancia que tiene el círculo infantil y la escuela en la educación de la familia, ya que estos son los continuadores de la labor educativa que se desarrolla e inicia en la misma.

Si se analiza la formación de hábitos desde el punto de vista evolutivo, se observa que algunos adquieren mayor importancia que otros en determinados períodos evolutivos, por la función que cumplen y por el nivel de desarrollo que alcanzan las niñas y los niños.

Mientras más pequeño es el niño y la niña, mayor es el papel que desempeña el adulto, ya que al organizarle su vida, garantiza que de la misma manera y a la misma hora coma, duerma, esté limpio y mantenga una vigilia activa, todo lo cual creará las bases para la formación de hábitos y un buen estado emocional.

Según los estudiosos de la Pedagogía Preescolar como Yadeshko y Sojin, un hábito es la asimilación y consolidación por medio de ejercicios, del modo de actuar, es decir son acciones que por repetirse las realizamos sin necesidad de dirección, conocimiento o voluntad. (Yadeshko V. y Sojin F. A. 1989: 19)

La formación de hábitos tiene una enorme trascendencia en la formación de la personalidad, cuestión que deben conocer todos los que de una forma u otra se dedican a la educación de los niños y las niñas en estas edades.

Analizándose lo anteriormente expuesto se impone la necesidad de elevar el nivel de preparación de las familias para que influya en la formación de hábitos nutricionales en

las primeras edades, pues mientras más temprano se inicie con los niños y las niñas el trabajo de formación de hábitos, mayores serán los éxitos que se alcancen, siempre que exista una total unificación de criterios educativos que han de aplicar entre la escuela y el hogar.

Los hábitos nutricionales son las acciones que realiza el hombre favorablemente a la alimentación; el suministro de una dieta balanceada; la enseñanza el consumo y aprovechamiento de todos los tipos de alimentos (Yadeshko V. y Sojin F. A. 1989: 23) Criterio que se asume por ser abordado por uno de los estudiosos de la Pedagogía Preescolar en correspondencia con lo que exige la formación de estos hábitos en las primeras edades.

Para formar los hábitos nutricionales se hace necesario que las instituciones infantiles como la familia tengan en cuenta los siguientes los siguientes procedimientos didácticos específicos: Explicación clara y precisa del adulto sobre lo que el niño y la niña debe hacer. Demostración por parte del adulto. Ejecución de la actividad del niño y la niña. Control y evaluación de la actividad realizada por el preescolar.

El ambiente y la educación modifican y mejoran las actitudes hacia los alimentos y así se forma el hábito que se convierte en costumbre. El hábito es un mecanismo importante que ayuda a conservar los modales útiles de comportamiento.

Cuando se refiere a los hábitos nutricionales se debe comprender el rol preponderante que juegan en la alimentación y cómo de su correcta formación depende de la adecuada selección de los alimentos que comprenden la dieta. La educación nutricional es un proceso multilateral que implica transferencia de información, desarrollo de motivaciones y modificaciones de hábitos nutricionales. Es muy importante que los padres sepan la influencia que los alimentos ejercen sobre la eficiencia física y mental, ya que una coordinación muscular y nerviosa varía con el estado de nutrición.

Es posible cambiar los errores alimentarios, las pautas de alimentación, lograr la adaptación de los que sean más racionales y adecuados para la salud del hombre, todo es tarea de la educación nutricional.

Los hábitos nutricionales a trabajar y formar en los niños y las niñas de edad preescolar contemplan: el orden y la mezcla de los alimentos, el uso correcto de los cubiertos, el uso de la servilleta e ingerir todos los alimentos que se le ofrecen.

El orden y la mezcla al alimentar al niño y a la niña.

Los alimentos se les darán ordenadamente de forma tal que se una la proteína con el plato feculento (puré de viandas, frijoles, pastas, cereales, etc.) en pequeñas porciones, después el postre y por último la leche y el agua que se puede ingerir en cualquier momento. Atendiendo al valor nutricional de la leche y las características individuales, se puede ofrecer antes y durante el proceso.

A partir de 3^{er} año de vida los niños y las niñas ingerirán por sí solo los alimentos y los adultos, docentes o padres les ofrecerán ayuda u orientaciones verbales en los casos que lo requieran.

En uso correcto de los cubiertos.

Los niños y las niñas en 4^{to} año de vida, logran utilizar bien la cuchara y la cucharita y se introduce el tenedor para el puré semisólidos, carnes, pastas, ensaladas fundamentalmente a partir del segundo semestre. El tenedor se toma en la misma forma que la cuchara. En el 5^{to} año de vida se consolida su uso con todos los alimentos que lo requieran, se introduce el cuchillo en el segundo semestre para iniciar la familiarización con su empleo. Este se coge entre los dedos del medio y pulgar, con el dedo índice colocado en la parte superior del mismo, los dedos anular y meñique servirán de apoyo y en la otra mano se sostendrá el tenedor.

En las instituciones infantiles la introducción de los cubiertos a partir del 3^{er} año de vida debe hacerse con pocos niños y niñas (4 ó 5) para poder mostrarles la forma correcta de utilizarlos. En este proceso es imprescindible tener en cuenta el desarrollo y por consiguiente las posibilidades de los niños y de las niñas, por lo que podrá introducirse un nuevo cubierto si ya se han logrado usar correctamente los anteriores.

Resulta muy importante que tanto los docentes como los padres controlen la introducción paulatina de estos utensilios y estimulen a los niños y a las niñas en forma agradable, con voz adecuada a que ingieran todos los alimentos. Se debe evitar agobiar al niño con señalamientos y no obligar a los niños y a las niñas zurdas a comer con la mano contraria.

El uso de la servilleta.

A los niños y a las niñas de 3^{er} año de vida se les enseñará a utilizar la servilleta cada vez que tengan la boca sucia, propiciando así la ejercitación pero la exigencia mayor está dirigida a que la usen al finalizar la alimentación. A los de 4^{to}, 5^{to} y 6^{to} años de vida se le enseñará además a utilizarla antes y después de tomar líquidos.

Debe evitarse agobiarlos con reiteraciones cuando no utilicen la servilleta en la forma orientada.

La servilleta puede doblarse de diferentes formas:

En cuatro

Triangular

Rectangular

Se colocará en el lado izquierdo del plato o bandeja. En el caso de los niños y las niñas que se encuentren en 6^{to} año de vida se les enseñará que al sentarse, los varones se la pueden colocar abiertas o a la mitad sobre el muslo izquierdo y las hembras sobre los dos muslos.

Ingerir todos los alimentos que se le ofrecen.

Los niños y las niñas deben ingerir todos los alimentos que se le ofrecen en cualquier tipo de presentación.

Cuando se trabaja porque los niños y niñas alcancen y desarrollen los hábitos nutricionales anteriormente expuestos se puede decir que se ha logrado un estado nutricional satisfactorio que es la base fundamental para que los niños y las niñas de edad preescolar alcancen un crecimiento y desarrollo adecuado. En correspondencia con esto, una alimentación normal que cumpla los requisitos de ser suficiente, completa, equilibrada y adecuada, es el elemento básico que permite cubrir los ingresos relativamente grandes de alimentos y satisfacer los requisitos metabólicos basales y los de crecimiento rápido inherentes a las etapas tempranas de la vida.

Para garantizar la formación de hábitos nutricionales correctos se requiere de una buena educación familiar que no es más que la que ejercen los miembros de la familia

para modelar la conducta del niño y su actitud ante la vida. Es importante y fundamental durante toda su vida pero en especial en la edad temprana y preescolar por constituir prácticamente su primera escuela, además la influencia de la familia, tiene tal fuerza que, se transmite de una generación a otra y permite establecer los modos de actuar, las costumbre, etc.

Las familias deben encontrarse preparadas en aquellas actividades que aprovechando las potencialidades que proporciona el hogar y la comunidad se pueden desarrollar para la formación de hábitos nutricionales es esencial no solo conocerlas sino saberlas aplicar para que sean efectivas en este sentido. Tienen que dotarse de conocimientos sobre cuentos, poesías y adivinanzas que por su contenido se puede trabajar la formación de los hábitos nutricionales, la realización de juegos didácticas con este fin, es importante el trabajo con títeres y conversaciones con los niños para que comprendan la necesidad de alimentarse y cómo hacerlo, pero sobre todo es esencial que comprenda que el ejemplo del adulto es un factor definitivo para la formación de estos hábitos.

Todos los padres por su propia experiencia saben que nada en la vida es más apasionante ni más responsable que criar a un hijo, es la obra más propia y legítima de la familia que lo trajo al mundo, lo protegió y le enseñó desde la primera palabra y el primer paso hasta los preceptos morales y los valores ideológicos que hacen al hombre ciudadano y al revolucionario.

Para que realmente la familia alcance su papel protagónico en la educación de sus hijos necesita de un largo proceso de actividad y comunicación que conlleve a un mejor desarrollo de cada niño. Si se parte de la teoría Vigotskiana, la interrelación del hombre con los demás hombres mediante la actividad y la comunicación favorecen el desarrollo de la personalidad, puesto que el medio familiar y social es decisivo en la educación del hombre lo que requiere que la familia se interrelacione constantemente con el niño y la niña a través de su actividad para garantizar la formación correcta de sentimientos, cualidades y hábitos.

La pedagogía y la psicología marxista-leninista postulan que solo en la actividad se logra la formación de las cualidades estables de la personalidad por lo que es necesario para formar convicciones, motivos, hábitos, un adecuado y positivo sistema

de relaciones entre el niño y la niña con su medio familiar y social. Por lo que se trata entonces en este caso de lograr la preparación de la familia para la formación de hábitos nutricionales en los niños y las niñas preescolares.

Las consideraciones anteriormente expuesta permite reflexionar la necesidad de una adecuada interrelación entre la maestra - familia por la responsabilidad que ambas tienen en la educación de las nuevas generaciones; le corresponde a la crear vías y métodos que propicien conocimientos y procedimientos acerca de la formación de hábitos nutricionales para lo cual deben emplear las actividades que se proponen las cuales se abordarán en el próximo capítulo.

CAPÍTULO II RESULTADO DE LA CONSTATAción INICIAL. FUNDAMETACIÓN Y DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS. RESULTADOS EN EL PRE TEST Y EL POS TEST.

En este capítulo se dará respuesta a las tres restantes tareas, iniciando con los resultados del diagnóstico inicial, luego la fundamentación de la propuesta y finalmente la validación de la propuesta con los resultados del pre test y el pos test.

2.1 Diagnostico inicial.

Dada la complejidad del objeto de investigación, así como la necesidad de conocer la situación inicial de la muestra seleccionada en la primera fase de la investigación se aplicó un diagnóstico inicial, para el cual se utilizó el análisis documental (Anexo I), la guía de observación a las familias en las actividades conjuntas (Anexo II) y la entrevista (Anexo V) a las familias, donde se pudo constatar la existencia real del problema.

Para el análisis documental se seleccionaron.

- Objetivos Priorizados del Ministerio de Educación.
- Precisiones de la Educación Preescolar.
- Programa y Orientaciones Metodológicas del tercer ciclo.
- El libro “ La formación de hábitos nutricionales en los niños y la niñas de 0 a 6”

En el análisis de los Objetivos Priorizados de Ministerio de Educación se pudo constatar que en ellos se establece la orientación y preparación de las familias como uno de los procesos a priorizar en cada unas de las educaciones, pero no aparece el cómo hacerlo, ni se orienta que se debe hacer en la Educación Preescolar para trabajar con las familias y prepararlas con respecto a la formación de hábitos.

-Al analizarse las precisiones de la Educación Preescolar, se comprueba que el trabajo con familia aparece como una prioridad, se refleja de manera lo relacionado con la caracterización de la familia y la estrategia para prepararla, pero estas orientaciones son generales, no se especifica cómo prepararlas para la formación de hábitos nutricionales en las condiciones del hogar.

-En los programa y Orientaciones Metodológicas del cuarto ciclo, se comprueba que aparecen los hábitos nutricionales que se deben formar en las niñas y los niños, se plantea que se debe orientar a las familias acerca de ellos, pero no aparecen los procedimientos didácticos específicos para formarlos, ni se orienta a las maestras como

desarrollar el trabajo con las familias para prepararlas en la formación de hábitos nutricionales.

En el libro “La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años” de Lázaro Mora Llanos, se precisan todos los hábitos nutricionales y la explicación de cada uno de ellos pero no aparecen los procedimientos didácticos específicos, ni se ofrecen orientaciones de como trabajarlos con la familia.

Al valorarse los resultados arrojados en el análisis documental se aprecia que a pesar que estos documentos constituyen materiales de consulta esenciales en la preparación de los docentes de la Educación Preescolar, no aparecen en ellos orientaciones precisas sobre cómo preparar a las familias para la formación de hábitos nutricionales en las condiciones del hogar que permitan que el docente, pueda consultarlos y garantizar una mejor calidad en la planificación y ejecución del trabajo con las familias para la formación de hábitos nutricionales.

En las observaciones efectuadas a las familias en las actividades conjuntas de las escuelas de padres, según guía observación (Anexo II), se obtuvieron los siguientes resultados:

En las observaciones efectuadas, en el aspecto uno, solamente seis familias para un 24% demuestra conocimiento en el primer y tercer momento de la actividad conjunta de dos de los hábitos nutricionales que se trabajan con sus niñas o niño y 19 familias para un 76 % demuestran conocimiento de uno de los hábitos nutricionales. En el aspecto dos se comprueba que seis para un (24%) de las familias demuestran conocimiento en la actividad conjunta de dos procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales y 19 para un (76%) de las familias conocen uno de los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales.

En el tercer aspecto se observó que seis familias que representan (24%) conocen cuatro de las actividades que se les orientan desarrollar en la actividad conjunta para formar hábitos nutricionales en su niña o niño y 19 familias que representan el (76%) conocen dos de las actividades orientadas.

En el aspecto cuatro en las situaciones que se crean en la actividad conjunta para que las familias trabajen con su hijo la formación de hábitos nutricionales, seis familias que representan (24%) aplican dos de los procedimientos didácticos específicos para

formar hábitos nutricionales y 19 familias que representan el (76%) solamente aplican uno de esos procedimientos.

En el aspecto cinco se comprueba que seis familias que representan (24%) de la muestra aplican correctamente cuatro de las actividades que se orientan durante la actividad conjunta para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños y 19 familias que representan el (76%) solamente aplican dos de esas actividades.

Se considera al valorarse los resultados que se obtienen en la observación aplicada que las familias poseen muy mínimos conocimientos para formar los hábitos nutricionales en su niña o niño, al faltarle la preparación necesaria acerca de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, los procedimientos que deben aplicar para formarlos y las actividades a desarrollar para su formación.

Para constatar el nivel de preparación que poseen las familias para la formación de los hábitos nutricionales, se aplicó una entrevista según guía de entrevista (Anexo V) Las preguntas que se realizan en la guía no sugieren respuestas exactas, sino más bien las opiniones de los entrevistados, para que aporten datos necesarios a la investigación. Se tuvo en cuenta al registrar las respuestas que estas fueran completas y no imprecisas. Se trató por todos los medios que la entrevista no se convirtiera en un interrogatorio, sino, en una conversación con ellas para que pudieran ofrecer sus opiniones y valoraciones.

En la pregunta uno al responder qué hábitos nutricionales se deben formar en las niñas y los niños preescolares, solamente seis familias para un (24%) de la muestra conocen dos hábitos nutricionales, estos son: no mezclar los alimentos e ingerir todos los alimentos que se le ofrecen y las restantes 19 familias para un 76 % de la muestra solo conocen uno de los hábitos nutricionales, el referido a ingerir todos los alimentos que se le ofrecen.

En la segunda pregunta, seis familias para un (24%) conocen dos de los procedimientos para formar los hábitos nutricionales con su niña o niño en el hogar, hacen referencia a la explicación del adulto a la niña o al niño sobre lo que deben hacer; y la realización de la actividad por ellos y 19 familias para (76%) conocen uno de los procedimientos

didácticos para formar los hábitos nutricionales en el hogar refiriéndose a la explicación del adulto sobre lo que el niño o la niña debe hacer.

En la tercera pregunta se constata que seis familias para un 24 % consideran cuatro actividades que se pueden realizar en el hogar para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños entre ellas: conversar sobre los alimentos y la importancia de ingerirlos, enseñar cuentos en los que su contenido permita la formación de hábitos nutricionales, hacer juegos relacionados con esos hábitos, cantar canciones y preguntarle sobre lo que plantea de los hábitos y 19 familias para un 76% consideran dos actividades a través de juegos y conversaciones sobre los alimentos.

Al analizarse los resultados arrojados en la entrevista se determina que prevalece un nivel de preparación bajo para la formación de los hábitos nutricionales, al no encontrarse las familias preparadas para formarlos en el hogar con su niña o niño ya que de manera general presentan dificultades en el conocimiento de los hábitos nutricionales que se forman y como hacer para formarlos.

Teniéndose presente los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial se determinaron desde el punto de vista cualitativo, las siguientes dificultades:

- Son escasos los conocimientos que poseen de los hábitos nutricionales que se forman con las niñas y los niños preescolares y los procedimientos didácticos específicos para formarlos.
- Poseen conocimientos mínimos de las actividades que puede aplicar en el hogar para formar hábitos nutricionales.
- La falta de conocimientos acerca de los procedimientos didácticos específicos y las actividades para formar hábitos nutricionales provoca que en las condiciones del hogar no los puedan aplicar correctamente al incidir en su niña o niño.

Se determinaron además como potencialidades en la muestra las siguientes: El 92 % de las familias tienen un nivel cultural alto. Están concientizadas y comprometidas con la educación de sus hijos. Existe un buen vínculo escuela – familia. En las familias de manera general se aprecian buenos hábitos nutricionales.

En correspondencia con los resultados del diagnóstico inicial se procedió a la elaboración de las actividades para su posterior aplicación en la muestra seleccionada, de lo que se hará referencia en el próximo acápite.

2.2 Fundamentación y descripción de las actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Al tenerse en cuenta las dificultades que se presentan con respecto a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares y sus potencialidades, se elaboran las actividades, para contribuir a a solucionar la problemática que presentan.

En las fuentes bibliográficas revisadas hay términos coincidentes respecto a la definición de actividades: Vigostky revela que las funciones internas se dan primero en una actividad colectiva concreta, luego surge una función psíquica individual, bajo la influencia de los colaboradores que forman esta actividad concreta.

Considera que las necesidades humanas se desarrollan en función histórica cultural dada y creado por la propia actividad de producción y transformación de su realidad es por medio de la actividad que se produce el desarrollo de los procesos psíquicos y la consiguiente aspiración de la cultura por lo cual la actividad humana es siempre social e implica por tanto la relación con otras personas, por la comunicación entre estos siendo en esta interrelación con otros que surge el mundo espiritual de cada una de su personalidad, la actividad tendrá un fundamento pedagógico, fisiológico y psicológico.

Nancy Montes de Oca y Evelio F. Machado, consideran que: “La actividad humana presenta en unidad las dos formas funcionales de regulación: inductora y ejecutora. La instrumentación inductora abarca las motivaciones, los intereses, objetivos de las personas, mientras que la ejecutora incluye cualquier tipo de manifestaciones de la persona, acciones, operaciones y condiciones”. (Montes de Oca, N y Machado, E.F., 1997:2)

Plantean que: “Cada actividad humana se distingue por la motivación que las induce y existe a través de las acciones. A su vez, la acción es una instrumentación ejecutora determinada por la representación anticipada del resultado a alcanzar y la puesta en práctica del sistema de operaciones requerido para accionar, las operaciones son las vías, las formas mediante las cuales transcurre la acción con dependencia de las condiciones en que se debe alcanzar el objetivo”. (Montes de Oca, N y Machado, E.F., 1997:2)

Carlos M. Álvarez de Zayas define la actividad como: "...el proceso de carácter práctico y sensitivo, mediante el cual las personas entran en contacto con los objetos del mundo circundante e influyen sobre ellos en aras de su satisfacción personal, experimentan en sí su resistencia, subordinándose éstos a las propiedades objetivas de dichos objetos. Mediante la actividad el hombre transforma y conoce el mundo que le rodea." Por tanto, cualquier forma de realización de una actividad precisa de componentes ejecutores e inductores, se realiza a través de acciones y operaciones que constituyen los componentes ejecutores de la misma. (Álvarez de Zayas, C.M., 1999: 69)

En esta investigación se asume el concepto de actividad dado por la MsC Gladis Jimeráñez García (2010) al considerarlo completo y acabado en correspondencia con el propósito de este trabajo y la posición teórica de la autora, el mismo aparece en la introducción al conceptualizar la variable independiente.

Las actividades que se aplican están sustentadas en la filosofía marxista-leninista asumiendo las leyes generales de la dialéctica materialista, la teoría del conocimiento, el enfoque complejo de la realidad y la práctica como fuente del conocimiento.

Se tuvo presente que el sustento de la educación cubana es la filosofía dialéctico materialista conjugado con el ideario martiano y fidelista. Queda entonces de esta forma la filosofía de la educación cubana comprometida con un proyecto social cuya finalidad en estas primeras edades, es contribuir al máximo desarrollo de cada niña y niño a través de la preparación e influencia de las familias. En tal sentido se destaca la preparación de estas para el conocimiento de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, aspecto que debe obtenerse mediante un trabajo sistemático de la escuela, empleando nuevas vías de educación familiar. En la búsqueda de la solución a tal propósito se proyectan actividades que se proponen.

En la elaboración de las actividades se tuvo presente desde el punto de vista sociológico que el objetivo general de la educación se resume en el proceso de socialización del individuo: apropiación de los contenidos sociales válidos y su objetivación, puesto que el individuo se convierte en personalidad con las relaciones que establece por medio de la actividad y la comunicación, en las edades preescolares la niña y el niño se apropia de hábitos nutricionales, a partir de las relaciones que establece con el adulto y con sus coetáneos y el medio que los rodea.

Este objetivo se tuvo en cuenta pues se preparan a las familias para que en las relaciones que establecen con el niño en el hogar pueda con el cumplimiento de su función educativa, contribuir a formar en ellos los hábitos nutricionales.

Para elaborar las actividades, se asumen las tesis fundamentales del paradigma histórico- cultural de L. V. Vigostky (1896-1934) y sus seguidores que ofrecen una profunda explicación acerca de las grandes posibilidades de aprender y educarse que tiene el individuo desde las primeras edades, si se tiene en cuenta los períodos sensitivos del desarrollo y las características psicológicas en cada momento de su vida.

Aspecto que se tuvo en consideración en las actividades para preparar a las familias.

Se considera lo anteriormente expuesto ya que se parte de que toda teoría pedagógica está vinculada con una teoría psicológica, lo que permite lograr que la psicología llegue a la práctica educativa mediada por la reflexión pedagógica, con la realización de estas actividades, se pretende la preparación de las familias para formar los hábitos nutricionales con las niñas y los niños preescolares.

En consonancia con el fundamento filosófico que se esgrimen se opta por una psicología histórico-cultural de esencia humanista, basada en el materialismo dialéctico y particularmente postulados de Vigostky, en los que encuentran continuidad las fundamentales ideas que constituyen las raíces más sólidas históricamente construidas y que permiten ponerse a la altura de la ciencia psicológicas contemporánea. Esta concepción parte inicialmente de la idea marxista y martiana del elemento histórico que condiciona todo fenómeno social, por tanto la instrucción y educación del hombre no puede ser analizado fuera de su contexto histórico en el cual se desarrolla.

Además se tuvo en cuenta la zona de desarrollo actual que presenta la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares como soporte al nuevo conocimiento para llegar a la zona de desarrollo próximo a través de las actividades diseñadas que garantizan que este proceso se produzca en el marco de interacción en la que las familias que aprenden son guiadas por la maestra, logrando su correcta preparación en este sentido.

El enfoque histórico-cultural de la psicología pedagógica hace consciente a las familias de las grandes potencialidades que tiene la niña y el niño de estas edades para incidir en ellos y desarrollar los hábitos nutricionales, de acuerdo con las exigencias de la

edad, sus características psicopedagógicas y el nivel de desarrollo que deben alcanzar. Esta teoría ofrece a los que educan en las edades preescolares argumentos científicos para la dirección del desarrollo, y para la formación de la personalidad de la niña y el niño, que unido a las leyes, principios y categorías de la pedagogía, permiten que el conocimiento se adquiera más fácilmente con una participación protagónica del educador, la familia y los niños.

La educadora debe conocer todas las potencialidades que tienen las familias para trabajar con ellas y prepararlas en los hábitos nutricionales, lo que permitirá que pueda formarlos en la niña y el niño en las condiciones del hogar actividades, si se tiene presente las categorías fundamentales de la pedagogía, que según el criterio de Josefina López Hurtado y otros en el libro *Compendio de Pedagogía*, reconocen las categorías educación – instrucción, enseñanza-aprendizaje y formación-desarrollo, sin desconocer el papel que ocupan otros estrechamente vinculados entre sí. (López Hurtado, J y otros., 2000:54)

La categoría educación-instrucción se tiene presente en las actividades ya que se prepara a las familias para que ésta en el cumplimiento de su función educativa pueda incidir en su hijo y formar con ellos los hábitos nutricionales en correspondencia con la edad. La categoría enseñanza-aprendizaje está presente porque las familias una vez preparadas, incidirán en sus hijos al formar los hábitos nutricionales, orientándolos y preparándolos en diversas situaciones que permitirán que bajo la dirección intencionada, directa o indirecta de ellas se apropien de todo aquello que le va a permitir una adecuada formación de hábitos nutricionales.

La categoría formación-desarrollo se tuvo presente durante la preparación de las familias, para que estas a partir de los conocimientos que adquieran con respecto al desarrollo de los hábitos nutricionales en esta edad, puedan realizar un proceso esencialmente educativo en las condiciones del hogar que contribuya a la formación y desarrollo de sus hijos al aprovechar las potencialidades que les brinda el hogar y la comunidad.

Para la elaboración de las actividades se tuvo en cuenta algunos principios que sustentan el programa de la Educación Preescolar:

El adulto como rector del proceso educativo: Se pone de manifiesto ya que las familias se preparan en la escuela para contribuir a formar en el hogar los hábitos nutricionales en sus niñas y niños, teniendo la misma la responsabilidad de orientarlos y enseñarlos a partir del ejemplo del adulto. **El protagonismo y participación de la familia y la comunidad en el proceso educativo.** Se ve en la participación que tienen las familias en las diferentes actividades que se les brindan para prepararlas en como formar hábitos nutricionales, para que incida en las niñas y los niños y conjuntamente con la comunidad contribuir a desarrollar éstos en ellos.

El principio de la vinculación del niño con el entorno: Se consideró porque se encuentra en la base de todo programa educativo, además las actividades preparan a las familias para transformar la situación educativa con respecto a la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños, desarrollándose mediante las experiencias que viven, las relaciones directas que establecen en el hogar y el ejemplo del adulto.

Además de estos principios se consideró tener presentes algunos **principios didácticos** como:

El principio del carácter científico: Se pone de manifiesto pues las actividades elaboradas están sustentadas en la teoría del conocimiento, permitiéndole a las familias alcanzar conocimientos para formar los hábitos nutricionales de forma real y objetiva. **El principio de la asequibilidad:** Las actividades elaboradas son asequibles al nivel y características de las familias, permitiéndoles prepararse para que puedan formar los hábitos nutricionales en la niña y el niño, partiendo de lo conocido a lo desconocido y de lo más fácil a lo más difícil.

Principio de la vinculación de la teoría con la práctica: Este principio está en correspondencia con el carácter científico que parte de la teoría del conocimiento, ya que se prepara de manera práctica a las familias a través de las actividades para que éstas materialicen en las condiciones del hogar los conocimientos adquiridos para formar los hábitos nutricionales.

Al elaborar esta propuesta se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Dificultades y potencialidades detectadas en el diagnóstico inicial.

- Importancia y necesidad de preparación de las familias para formar los hábitos nutricionales.
 - Características de las familias a las que está dirigida la propuesta de solución.
 - Características de los hábitos nutricionales en el sexto año de vida.

Características de las actividades elaboradas.

- Las actividades garantizan el papel activo, protagónico y la comunicación entre la maestra y las familias, lo que permite obtener el resultado previsto: contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.
- Las actividades propician la unidad entre la teoría y la práctica, entre lo cognitivo instrumental y lo afectivo motivacional.
- Las actividades proporcionan conocimientos a las familias para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares y despiertan el interés, la satisfacción, la motivación por prepararse como muestra de identificación con el papel que le corresponde como los primeros educadores de sus hijos.

Las actividades que se proponen encaminadas a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares pueden desarrollarse a través de diferentes vías como: las escuelas de padres, visitas a los hogares, despachos, momentos educativos, consultas de familias, charlas pedagógicas, intercambios, encuentros individuales, reuniones de padres, entre otras. Las mismas están conformadas de la siguiente forma: título, objetivo, vía de educación familiar, introducción, desarrollo, conclusiones, evaluación y control.

Están sujetas a un proceso de retroalimentación y actualización sistemática; a partir de los resultados que se obtengan en los controles que se realicen por la investigadora en cada una de ellas y que permitirán comprobar el comportamiento de la muestra durante la aplicación de las mismas. Se pueden emplear en las diferentes preparaciones a las familias.

2.2.1 Actividades para contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Actividad 1.

Título: Los hábitos nutricionales que se deben formar en las niñas y los niños preescolares.

Objetivo: Preparar a las familias sobre los hábitos nutricionales que se deben formar en las niñas y los niños preescolares.

Vía de educación familiar: Charla educativa.

Introducción.

Se inicia la charla presentándose la siguiente afirmación. “La familia juega un papel fundamental en la formación de hábitos nutricionales en sus hijos desde edades tempranas. Los hábitos nutricionales que logre formar en ellos repercutirán para toda su vida.” Se invitará a la familia a expresar sus opiniones al respecto. Escuchados sus criterios se le dará a conocer el tema y objetivo de la charla.

Desarrollo.

Se les presenta la siguiente interrogante. ¿Qué es un hábito? ¿Qué son los hábitos nutricionales?

Se dejará que la familia se exprese, y posteriormente se les dará a conocer diferentes definiciones ofrecidas por varios autores sobre hábito y hábitos nutricionales, los conceptos serán analizados y posteriormente entre todos determinarán lo que existe de común en ellos. La maestra precisa el concepto de hábitos nutricionales que la familia debe conocer.

Posteriormente se presenta un esquema en el cual aparecen los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares y se explica en qué consiste cada hábito y que debe saber y hacer la niña y el niño en cada uno de ellos para poder lograr tener el hábito formado.

En la medida que se realice la explicación, las familias pueden hacer preguntas, aclarar dudas y emitir criterios con respecto a los hábitos presentados.

Conclusiones:

La maestra precisa los hábitos nutricionales que se tienen que formar en las niñas y los niños y la importancia de lograr entre la escuela y la familia una correcta formación de los mismos.

Control y evaluación: Se realizaran las siguientes preguntas: ¿Conoce usted qué son los hábitos nutricionales? ¿Cuáles son los hábitos nutricionales que se trabajan en esta edad?

Se evalúa a cada familia en dependencia de la participación que tuvo durante la charla.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981) “Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez”. *Revista Simiente*. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo*. 1ra y 2da Parte La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Mora Llanos, Lázaro J. *La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 – 6 años* (Una tarea de la institución y la familia). La Habana: Pueblo y educación, 2000.

Actividad 2

Título: Algunos alimentos que deben ingerir mi niño para formar ese hábito.

Objetivo: Preparar a las familias acerca de la necesidad que el niño ingiera los alimentos que se le ofrecen.

Vía de educación familiar: Momento educativo.

Introducción.

Se inicia el momento educativo preguntándole a las familias ¿Cuáles son los alimentos que sus hijos aceptan y cuáles no? Escuchados sus criterios se les orienta el tema y objetivo del momento educativo.

Desarrollo.

Se les explica que no siempre los niños aceptan todos los alimentos que se les ofrece y que dentro de los que menos aceptan se encuentran los vegetales, por lo que se invitan

a visualizar sobre las diferentes manifestaciones que presentan las niñas y los niños ante la aceptación de los vegetales en el proceso de alimentación en el hogar; así como la actitud del adulto ante esta situación. Se les entregará una guía de observación para el análisis y debate.

Aspectos a observar:

Presencia del vegetal para aceptación por los miembros del hogar.

Se estimula al niño para que acepte el vegetal o los vegetales.

Existe unión de criterios por las familias durante el proceso de alimentación delante de la niña o el niño.

¿Qué haría usted en ese caso?

Concluido la parte inicial del momento educativo se precisan las conclusiones a las que se arribaron a partir del debate realizado y se invita a las familias a buscar una de las ilustraciones que aparecen en cesta (Anexo VIII) y leerán las actividades que se les ofrecen transcurrido un tiempo cumplirán las mismas y se producirá un debate reflexivo entre todos a la vez que se irán autoevaluando con respecto a este hábito a partir de las respuestas ofrecidas.

En las ilustraciones aparecen las siguientes actividades

- Identifica qué vegetal soy.
- Tú niño me acepta. Qué hace usted para que me acepte.
- Si su niño no me acepta qué haría usted para lograrlo. Demuéstrelo.
- ¿Por qué es importante que su niña o niño ingiera vegetales?
- ¿Actúa usted correctamente al formar en su hijo el hábito de ingerir todos los alimentos que se le ofrecen y dentro de esos alimentos los vegetales?
- ¿Cómo se evalúa usted con respecto a su proceder en el hogar para formar este hábito nutricional en su niño?

Conclusiones:

La maestra aclara las dudas presentadas por las familias y las invita a reflexionar sobre el anuncio que aparece entre los vegetales de las ilustraciones (Anexo VIII)

“Enseña a tu niño a ingerir y aceptar los vegetales. Nosotros somos muy útiles para su salud. No lo olvides”.

Control y evaluación: Se realizaran a partir de la participación de cada familia en el momento educativo.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981) “Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez”. *Revista Simiente*. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Mora Llanos, Lázaro J. *La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 – 6 años* (Una tarea de la institución y la familia). La Habana: Pueblo y educación, 2000.

Actividad 3.

Título: ¿Cómo formar un hábito nutricional?

Objetivo: Preparar a las familias sobre los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales.

Vía: Charla educativa.

Introducción.

Se inicia la actividad presentándoles a las familias la siguiente situación, para que sea analizada y puedan responder según sus propios saberes, lo que consideren al respecto.

-Carlos es un niño de sexto año de vida, en el hogar le ofrecen una alimentación balanceada y se le dice que tiene que comerse todos los alimentos de una forma correcta, usar los cubiertos y la servilleta, sin embargo el niño tiene muy malos hábitos nutricionales.

Se pregunta. ¿Por qué consideran ustedes que Carlos tenga tan malos hábitos nutricionales? Se escuchan los criterios de las familias y se les comunica que al concluir la actividad se le dará la respuesta correcta a esa interrogante. Se orienta el tema y objetivo de la charla.

Desarrollo.

- La maestra recordará el concepto de hábitos nutricionales trabajado y cuáles son los que se deben formar en las niñas y los niños preescolares. Posteriormente preguntará. ¿Cuál consideran ustedes sea el papel de las familias en la formación hábitos nutricionales en sus hijos? Escuchadas las respuestas, se precisará el papel de las familias en este sentido y se les explicará que para lograr la formación de estos hábitos existen procedimientos didácticos específicos que se deben de cumplir. Preguntándoles. ¿Por qué se les llamarán procedimientos didácticos específicos? Se escuchan las opiniones y se les explica que quiere decir **procedimientos didácticos específicos**. Se presenta en un esquema (Anexo IX) los procedimientos didácticos específicos que se deben cumplir para la formación de hábitos nutricionales y se explicará como se procede en cada uno de ellos. Se aclaran las dudas que presenten las familias.

Conclusiones:

Se retoma la interrogante dejada de la situación planteada al inicio de la charla para debatirla y se comprende que para lograr la formación de hábitos nutricionales es necesario cumplir con estos procedimientos de manera sistemática hasta que el niño tenga formado el hábito.

Control y evaluación: Se realizará la siguiente pregunta. ¿Cuáles son los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales? Se evalúa a cada familia por su participación en la charla.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981) “Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez”. Revista Simiente. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Mora Llanos, Lázaro J. (2000). *La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 – 6 Años*. (Una tarea de la institución y la familia). La Habana: Pueblo y Educación.

Actividad 4.

Título: Los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales.

Objetivo: Preparar a las familias sobre los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales.

Vía: Momento educativo.

Introducción.

Se inicia el momento educativo recordando lo trabajado en la actividad anterior. Se pregunta. ¿Cuáles fueron los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales que se trabajaron en la actividad anterior? Se orienta el tema y objetivo a trabajar.

Desarrollo.

Posteriormente se les explica que el momento educativo se realizará a través de la técnica participativa “La ruleta preguntona” Se presenta la técnica participativa y se explica la misma.

Desarrollo de la técnica participativa.

- Las familias se sentarán en forma de círculo. La maestra colocada en el centro del mismo hará que la ruleta gire hasta que se detenga la fecha roja que esta tiene frente a una de las familias.

- La familia señalada debe dirigirse hasta la ruleta y seleccionar una de las preguntas colocadas en tarjetas que en ella aparecen. La debe leer en alta voz, pensar, meditar, y luego decir la respuesta.

-Sí alguna familia no logra responder su pregunta, se le da derecho a que lo haga cualquier otro que sepa la respuesta. De esta manera se procederá hasta concluir las preguntas.

Las preguntas que aparecen en las tarjetas que están en la ruleta son las siguientes:

- ¿Qué papel juega la familia en la formación de hábitos nutricionales?
- ¿Cuáles son los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales? Explíquelos.
- ¿Cómo haría usted para formar hábitos nutricionales en su hijo?

- Demuestre cómo usted aplica los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales al trabajar con su niña o niño en el hogar.

Se escuchan las respuestas de las familias, se analizan y debaten a partir de los criterios, opiniones o sugerencias que expresen otras de las familias.

- La maestra precisa lo fundamental trabajado hasta el momento sobre los hábitos nutricionales y clara las dudas que tengan las familias.

Conclusiones:

La maestra a partir de un ejemplo demuestra cómo se aplican los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales.

Control y evaluación: Se realiza a partir de la participación de las familias en el momento educativo.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981) "Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez". *Revista Simiente*. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.*
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Actividad 5.

Título: Actividades para contribuir a formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Objetivo: Preparar a las familias sobre las actividades que pueden realizar para contribuir a formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Vía: Reunión de padres.

Introducción.

Se inicia la reunión invitando a las familias a completar la siguiente frase.

La _____ es responsable de la formación de hábitos_____ en sus hijos, estos se comienzan a formar en el seno_____, por lo que es necesario desarrollar _____ que contribuyan a su formación.

Completada la frase. Se orienta el tema y objetivo de la reunión.

Desarrollo.

Se les explica a las familias que para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños es fundamental aprovechar todas las potencialidades que existen en el hogar, por lo que se tienen que realizar diversas actividades que permitan ir trabajando con los niños los hábitos hasta lograrlos.

Se les pregunta. ¿Qué actividades se deberán realizar para contribuir a la formación de hábitos en las niñas y los niños. Las familias se expresaran a partir de sus ideas y criterios.

La maestra explicará ejemplos de actividades que se pueden realizar para la formación de hábitos nutricionales. En la medida que mencione la actividad, la explica y demuestra. Después le pide a las familias que digan y demuestren otras que ellas realicen en el hogar.

Conclusiones:

La maestra precisa la importancia que tiene realizar diferentes actividades con la niña o el niño para la formación de hábitos nutricionales y no solamente esperar el momento de un proceso de alimentación en el hogar para hacerlo.

Control y evaluación: Se realiza a partir de la participación de las familias en la reunión.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981) "Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez". *Revista Simiente*. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- .- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas*. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Actividad 6.

Título: Valorando actuaciones en familias, puedo analizarme y valorarme yo.

Objetivo. Valorar actuaciones correctas e incorrectas acerca de la formación de hábitos nutricionales manifestadas por las familias a través de escenificaciones.

Vía: Momento educativo.

Introducción.

Se invita a las familias a desarrollar un momento educativo para lo cual se requiere una observación detallada de cada uno de ellos a lo que se va a escenificar para que puedan después valorar y dar opiniones, orientado el tema y objetivo de la actividad.

Desarrollo.

Se procede a explicar en que consiste el momento educativo. Se escenificará por parte de otros docentes de la escuela el cumplimiento o incumplimiento por las familias de la formación de los diferentes hábitos nutricionales, teniendo en cuenta los que se trabajan en el sexto año de vida y los procedimientos didácticos específicos para formarlos, así como la repercusión que ha tenido en las niñas y los niños del hogar.

-Se realizarán diferentes escenificaciones, al concluir cada una se procederá al análisis y debate de las mismas basándose en los siguientes aspectos.

- Hábito o hábitos que estaba trabajando la familia.
- Procedimientos que utilizó para hacerlo.
- Forma de proceder la familia y valoración de la misma

Al concluir todas las escenificaciones y el análisis de ellas, cada familia debe hacerse una valoración de cómo está procediendo al trabajar con su hijo la formación de hábitos nutricionales, tratando de ser lo más sincero posible, para poderle brindar ayuda si la requiere. La educadora realizará precisiones con respecto a la formación de los hábitos nutricionales en estas primeras edades y aclarará las dudas que presenten las familias.

Conclusiones:

La maestra explica la importancia que tiene el ejemplo del adulto para la formación de hábitos nutricionales, así como la necesidad de unificar criterios en el hogar con respecto a estos hábitos.

Control y evaluación: Se le pide a la familia que realicen la valoración de lo observado en las escenificaciones partiendo de su propio criterio. La evaluación se realizará a partir de la participación, criterios, sugerencias y valoraciones que realicen las familias.

Bibliografía

- Álvarez Martí, A. y Caridad Gómez Gonzáles. (1981). "Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez". *Revista Simiente*. La Habana. No.5 .sep-oct, p. 23-24.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas*.

Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Actividad 7.

Título. Me preparo en la actividad conjunta para la formación de hábitos nutricionales.

Objetivo. Preparar a las familias para formar hábitos nutricionales con las niñas y los niños preescolares a partir de.

- La narración del cuento.” Lo que le sucedió a Luisito”
- La formación de conjuntos por dos características: color y tamaño, (vegetales)
- El dibujo del vegetal preferido.

Vía de educación familiar. Actividad conjunta.

Introducción.

Se inicia diciéndoles a las familias que se desarrollará una actividad conjunta en la que se continuará preparándolas para la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño en las condiciones del hogar.

Desarrollo

Primer momento:

Se comenzará la actividad conversando con las familias sobre la encomienda dejada en la actividad anterior. Se les preguntará si les fue fácil trabajar con su niña o niño, la poesía *Las frutas de mi país*, explicarán como lo hicieron, las dificultades que presentaron ellos para hacerlo y las que confrontaron los niños. Algunos padres demostrarán como solucionar las dificultades presentadas.

Se orientan los objetivos de la actividad conjunta, luego se retoma el primer objetivo y se les explica la importancia que tiene trabajar con su niña o niño la narración del cuento “Lo que le sucedió a Luisito” para la formación de hábitos nutricionales. Se les pregunta. ¿Cómo lo trabajarías con tu niña o niño? Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias y la maestra resume como hacerlo precisando las imprecisiones que hayan tenido las familias tanto al explicar como al demostrar y como utilizar el cuento para la formación de hábitos nutricionales a partir del contenido del mismo.

Luego se les pregunta: ¿Recuerdan cuál es el segundo objetivo? Se les explica la importancia que tiene trabajar la formación de conjuntos por dos características: color y tamaño, (vegetales) y la importancia de esto para formar hábitos nutricionales. Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias y la maestra resume como hacerlo precisando las imprecisiones que hayan tenido las familias tanto al explicar como al demostrar, insistiendo en cómo aprovechar esa actividad para la formación de hábitos nutricionales.

Se recuerda el tercer objetivo. Se les explica la importancia que tiene trabajar el dibujo del vegetal preferido y su influencia para la formación de hábitos nutricionales.

¿Se les preguntará. ¿Cómo lo trabajarías con tu niña o niño? Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias y la maestra resume como hacerlo precisando las imprecisiones que hayan tenido las familias tanto al explicar como al demostrar, enfatizando en cómo aprovechar la actividad para trabajar la formación de hábitos nutricionales.

Comprobada la comprensión de lo que se va a desarrollar por las familias y aclaradas sus dudas se invita a pasar al segundo momento.

Segundo momento:

Las familias motivan a sus hijos para que se incorpore a la actividad e irán trabajando con ellos cada uno de los objetivos según lo oriente la maestra, la que circula por el lugar para observar como trabaja las familias con sus hijos, si alguna tiene dificultad otra familia puede demostrarle con su niño y la maestra atiende las diferencias individuales de las familias.

Tercer momento

Se conversa nuevamente con las familias sobre la actividad conjunta realizada, apoyándose en las siguientes interrogantes, logrando el papel protagónico de las familias tanto al responder como demostrar. ¿Les gustó la actividad? ¿Cómo trabajaron sus niños? ¿Qué dificultad presentaron al trabajar con el niño? ¿Qué dificultades se presentaron en el niño? ¿Por qué cree que su niña o niño presentó esa dificultad? ¿Qué familia le demuestra cómo puede solucionar esa dificultad presentada por el niño? ¿Cómo lo trabajó usted?

En este intercambio con las familias si en algún momento estas presentan alguna dificultad que no pueda ser solucionada por ellas, entonces la maestra realizaría las explicaciones o demostraciones que fueran necesarias. Se le pregunta cómo trabajarían ellas estos objetivos en el hogar y se precisa cómo hacerlo. Se les ofrecen sugerencias al respecto.

Se le deja como encomienda trabajar en el hogar la descripción de frutas y vegetales. Se les explica y demuestra como hacerlo, primero se les pide sugerencias a las familias y posteriormente la maestra lo demuestra, se le insiste en como aprovechar esa actividad para trabajar la formación de hábitos nutricionales.

Para finalizar la actividad conjunta se desarrollará un **momento educativo**.

Se invita a las familias a debatir la importancia de formar hábitos nutricionales desde las primeras edades y el papel que le corresponde jugar a las familias en este sentido. Se debate. ¿Qué temas sugieren para el próximo encuentro? ¿Qué persona creen que puede impartirlo?

” Lo que le sucedió a Luisito.”

Había una vez un niño que se llamaba Luisito, su familia se fue de vacaciones para la playa, cuando llegó conoció muchos amiguitos de otros lugares que compartió con ellos en las actividades que por el verano se realizaban. Carlos un niño de otra provincia lo invitó a conocer su casa, Luisito se lo comunicó a su mamá y esta lo dejó ir, jugó y se divirtió mucho, cuando llegó la hora de comer ¡Qué sorpresa se llevó Luisito!, cuando vio en la mesa muchos vegetales, lo que no acostumbraba ver, se puso un poco triste, Carlito le comentó: ¿ Por qué te has puesto triste, es que le echas menos a tu mamá, a lo que le respondió Luisito, es que no me gustan los vegetales.

La mamá de Carlito que los estaba escuchando le explicó la importancia de comer vegetales, nombrándole cada uno de ellos y lo invitó a probarlos, este se sonrió y expresó ¡Qué deliciosos son! Desde ahora siempre comeré vegetales.

Conclusiones:

Como conclusiones de la actividad desarrollada la maestra le da las gracias a las familias que participaron, estimula aquellas que más se destacaron.

Evaluación y control. Se realizará a partir de la participación y preparación demostrada por las familias en los tres momentos de la actividad conjunta.

Bibliografía

- Acosta Gardel, S. (1983). "Importancia de la educación familiar, forma de trabajo con los padres". *Revista Simientes # 21*. La Habana: Ministerio de Educación.
- Burke Beltrán, M. T. (1988). *¿Cómo continuar en el hogar el trabajo que realiza la escuela?* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación

Actividad 8.

Título: Aprendiendo en la actividad conjunta como trabajar con mi niña o niño la formación de hábitos nutricionales.

Objetivo. Preparar a las familias para la formación de los hábitos nutricionales con las niñas y los niños preescolares a partir de.

- La creación de adivinanzas sobre su alimento preferido.
- La reproducción de la poesía "Ya sé comer".
- La realización del juego didáctico " Frutas y vegetales"

Vía de educación familiar. Actividad conjunta.

Introducción.

Se inicia diciéndoles a las familias que se desarrollará una actividad conjunta en la que continuarán preparándose para formar en las condiciones del hogar los hábitos nutricionales en su niña o niño.

Desarrollo

Primer momento:

Se comenzará la actividad conversando con las familias sobre la encomienda dejada en la actividad anterior. Se les preguntará si les fue fácil trabajar en el hogar la descripción de las frutas y los vegetales para formar los hábitos nutricionales, explicarán como lo hicieron, las dificultades que presentaron ellos para hacerlo y las que confrontaron los niños. Algunos padres demostrarán como solucionar las dificultades presentadas.

Se orientan los objetivos de la actividad conjunta, luego se retoma el primer objetivo. La maestra les explicará la importancia que tiene trabajar con las niñas y los niños la

creación de adivinanzas sobre sus alimentos preferidos, para la formación de hábitos nutricionales. Luego se les pregunta. ¿Cómo lo trabajarías con tu niña o niño? Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias y la maestra resume como hacerlo precisando las imprecisiones que hayan tenido las familias tanto al explicar como al demostrar, insistiendo en cómo aprovechar el contenido de las adivinanzas creadas por los propios niños para contribuir a la formación de hábitos nutricionales.

Luego se les pregunta: ¿Recuerdan cuál es el segundo objetivo? La maestra les explicará la importancia que tiene la reproducción de la poesía “Ya sé comer” para la formación de hábitos nutricionales.

Se les preguntará. ¿Cómo trabajarías con tu niña o niño la reproducción de la poesía? Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias y la maestra resume como hacerlo precisando las imprecisiones que hayan tenido las familias tanto al explicar como al demostrar, haciendo énfasis en aprovechar la poesía para trabajar la formación de los hábitos nutricionales.

Se recuerda el tercer objetivo. La maestra les explica la importancia que tiene trabajar el juego didáctico “Frutas y vegetales” para la formación de hábitos nutricionales. Se les preguntará a las familias ¿Cómo consideran ellas se puede realizar el juego? Se expresan. ¿Quién demuestra cómo lo haría con su niño? Se hacen demostraciones por parte de las familias, concluidas las demostraciones de las familias, la maestra explica y demuestra en qué consiste el juego y cómo se desarrollará.

Juego “Frutas y vegetales”

Preparación para el juego: La familia selecciona tarjetas que representan frutas y vegetales conocidos por su niña o niño. (Anexo X)

Acción del juego: La mamá o familia que esté en la actividad conjunta hará de vendedor y el niño de comprador, este se acercará a la mesa sobre la que están colocadas las tarjetas y sin decir el nombre de la fruta o vegetal señalará las características de lo que quiere comprar, ejemplo dirá: “quiero comprar una fruta que es redonda, amarilla, de cáscara lisa, cuando se abre tiene semillas pequeñas, puede exprimirse y da jugo, además sus hojas son olorosas”

Así sucesivamente el niño comprador le irá diciendo a su mamá vendedora las características de las frutas o vegetales que desea comprar, esta al vendérselo le preguntará: ¿Cómo se llama esta fruta o vegetal? ¿Por qué lo deseas comprar? ¿Qué importancia tiene que los niños coman frutas o vegetales?

Reglas del juego: El niño describe la fruta o vegetal respondiendo a lo representado en la tarjeta, de forma tal que la mamá vendedora llegue a comprender qué desea el comprador. La mamá le entregará la tarjeta que representa la fruta o vegetal solamente cuando el niño describa correctamente y responda las preguntas que ella le hace.

Comprobada la comprensión de lo que se va a desarrollar por las familias y aclaradas sus dudas se invita a pasar al segundo momento.

Segundo momento:

Las familias motivan a sus hijos para que se incorpore a la actividad e irán trabajando con ellos cada uno de los objetivos según lo oriente la maestra.

La maestra camina por el lugar para observar cómo trabaja las familias con sus hijos, si alguna tiene dificultad otra familia puede demostrarle con su niño y la maestra atiende las diferencias individuales de las familias.

Tercer momento

Se conversa nuevamente con las familias sobre la actividad conjunta realizada, apoyándose en las siguientes interrogantes, logrando el papel protagónico de las familias tanto al responder como al demostrar. ¿Les gustó la actividad? ¿Cómo trabajaron sus niños? ¿Qué dificultad presentaron al trabajar con el niño? ¿Qué dificultades se presentaron en el niño? ¿Por qué cree que su niña o niño presentó esa dificultad? ¿Qué familia le demuestra cómo puede solucionar esa dificultad presentada por el niño? ¿Cómo lo trabajó usted?

En este intercambio con las familias si en algún momento estas presentan alguna dificultad que no pueda ser solucionada por ellas, entonces la maestra realizaría las explicaciones o demostraciones que fueran necesarias.

Se le pregunta como trabajarían ellas estos objetivos en el hogar y se precisa cómo hacerlo. Se les ofrecen sugerencias al respecto.

Se le deja como encomienda trabajar en el hogar la narración del cuento “Los modales de Albertico”. Se les explica y demuestra como hacerlo, primero se les pide sugerencias a las familias y posteriormente la maestra lo demuestra.

Para finalizar la actividad conjunta se desarrollará un **momento educativo**.

En este momento se invita a las familias debatir la importancia de una dieta balanceada para la formación de buenos hábitos nutricionales. Se debate.

¿Qué temas sugieren para el próximo encuentro? ¿Qué persona creen que puede impartirlo?

Conclusiones:

Como conclusiones de la actividad desarrollada la maestra le da las gracias a las familias que participaron, estimula aquellas que más se destacaron.

Evaluación y control. Se realizará a partir de la participación y preparación demostrada por las familias en los tres momentos de la actividad conjunta.

Poesía “Ya sé comer”

Aprendiendo a comer
con mi familia comencé.
En la escuela muy contento
al comedor yo siempre iré,
diciéndole a mi maestra
¡Mira que bien sé comer!
Utilizo los cubiertos
y la servilleta también,
todos los alimentos, yo me los comeré
respetando cómo hacerlo
yo nunca los mezclaré,
y al terminar contento
limpio siempre estaré.
¡Qué alegría siento ahora
cuando ya yo sé comer!

Bibliografía.

- Burke Beltrán, M. T. (1988). *¿Cómo continuar en el hogar el trabajo que realiza la escuela?* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.*
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Actividad 9.

Título: Actividades para contribuir a la formación de hábitos nutricionales en mi niña o niño.

Objetivo. Preparar a las familias acerca de las diferentes actividades que pueden realizar para contribuir a la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño.

Vía: Momento educativo.

Introducción.

Se inicia el momento educativo recordando que actividades han aprendido se pueden realizar para contribuir a la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño. Escuchadas sus respuesta se orienta el tema y objetivo del momento educativo, explicándoles que para que la actividad tenga éxito es necesario que entre todos realicen análisis, reflexiones y muy importante sean creativos.

Desarrollo.

Se explicará que a partir de los saberes que la familia han adquiridos y consultando algunas bibliografías trabajarán en equipos, para los cuales formarán tres equipos por afinidad. Se orienta el trabajo en equipo y se entrega la bibliografía a consultar.

Cada uno de los equipos crearán actividades que pueden realizar para en las condiciones del hogar puedan contribuir a la formación de hábitos nutricionales en sus niños. Además deben demostrar como lo harían.

Concluido el trabajo en equipos se procede a la exposición de estos y los demás equipos pueden hacer sugerencias, preguntar dudas e intervenir para enriquecer las actividades presentadas. La maestra precisa lo fundamental trabajado por los equipos y aclara las dudas que tengan las familias.

Conclusiones:

La maestra a modo de conclusiones hace un resumen acompañado de demostraciones de diferentes actividades que se pueden realizar para la formación de hábitos nutricionales e invita a las familias a conocer una actividad que gusta mucho a los niños y ellas pueden realizar. Se trata del trabajo con títeres.

La maestra presenta diferentes títeres (Anexo XI), explica como se confeccionan estos y utilizando en el hogar estos y otros materiales las familias los pueden crear. Les explica y demuestra cómo utilizarlos para trabajar la formación de hábitos nutricionales. Aclara todas las dudas que tengan las familias.

Evaluación y control. Se realizará a partir de la participación, debate y demostraciones realizadas por las familias en el momento educativo.

Bibliografía

- Acosta Gardel, S. (1983). "Importancia de la educación familiar, forma de trabajo con los padres". *Revista Simientes # 21*. La Habana: Ministerio de Educación.
- Burke Beltrán, M. T. (1988). *¿Cómo continuar en el hogar el trabajo que realiza la escuela?* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.*
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Actividad 10.

Título: Recordando lo aprendido acerca de la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Objetivo. Ejercitar los conocimientos adquiridos sobre la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Vía: Momento educativo.

Introducción.

Se inicia el momento educativo informándoles a las familias el tema y objetivo del mismo, el cual se realizará a partir de una técnica participativa para que tengan la posibilidad y todos participar y exponer sus experiencias en el trabajo que desarrollan en su hogar para la formación de hábitos en sus hijos.

Desarrollo.

Se presenta la técnica participativa. “La pelota preguntona” Se presenta la técnica participativa y se explica la misma.

Desarrollo de la técnica participativa.

- Las familias se sentarán en forma de círculo. La maestra se colocará fuera del círculo, a su lado estarán colocadas pelotas con una tarjeta pegada que contiene una pregunta y la familia a la que va dirigida. La maestra coge una pelota y dice la frase “La pelota pregunta” lanza la pelota a la familia que va dirigida. Esta debe leer en alta voz su pregunta, pensar, meditar, y luego decir la respuesta y devolver la pelota a la maestra que procede la técnica hasta que todas las familias participen.
- Sí alguna familia no logra responder su pregunta, se le da derecho a que lo haga cualquiera otra que sepa la respuesta.
- De esta manera se procederá hasta concluir la primera ronda.

Las preguntas que aparecen en las tarjetas que están en las pelotas son las siguientes:

- ¿Qué son los hábitos nutricionales?
- ¿Cuáles son los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares?
- ¿Qué procedimientos didácticos específicos se utilizan para la formación de los hábitos nutricionales?
- ¿Cómo aplicarías en las condiciones del hogar los procedimientos didácticos específicos se utilizan para la formación de los hábitos nutricionales? Demuéstrelos.
- ¿Qué actividades usted desarrollaría con su niña o niño para contribuir a la formación de hábitos nutricionales en ellos?
- En la medida que las familias responden y demuestran la maestra realiza aclaraciones o precisiones si es necesario.
- Concluida la primera ronda inicia la segunda donde se procede de la misma manera con la diferencia que en esta, se les pide exponer sus experiencias en el trabajo que desarrollan en su hogar para la formación de hábitos en sus hijos. La maestra lanza la pelota y la familia a la que fue dirigida se pone de pie y dice la frase “La pelota expone”, dando a conocer sus experiencias.

Conclusiones:

La maestra pide criterios a las familias sobre la preparación que han recibido y las estimula entregándoles un plegable a cada una con consejos que pueden aplicar para la formación de hábitos nutricionales en sus hijos. (Anexo XII)

Evaluación y control. Se realizará a partir de la participación de las familias en la actividad y su comportamiento durante toda la preparación desarrollada.

Bibliografía

- Acosta Gardel, S. (1983). "Importancia de la educación familiar, forma de trabajo con los padres". *Revista Simientes # 21*. La Habana: Ministerio de Educación.
- Burke Beltrán, M. T. (1988). *¿Cómo continuar en el hogar el trabajo que realiza la escuela?* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación Cuba. (1998). *Programa y Orientaciones Metodológicas. Cuarto Ciclo. 1ra y 2da Parte. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.*
- Pineda Pérez, S. (2006). *La formación de hábitos nutricionales en los niños y niñas de 0 a 6 años*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

2.3 Análisis de los resultados que permiten comprobar el pre test y el pos test.

2.3.1 Resultados del pre test.

La aplicación de los instrumentos al inicio del experimento a las familias implicadas en la muestra, permitió apreciar que existían dificultades en su preparación para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

Con el propósito de constatar el nivel de preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños, según los indicadores determinados en la dimensiones cognitiva y procedimental se aplicaron la guía de observación a las familias en las visitas al hogar (Anexo III) y la encuesta (Anexo VI). Los resultados alcanzados con las observaciones a las familias al realizar las visitas al hogar, según guía de observación (Anexo III), escala valorativa (Anexo IV) y los niveles de preparación establecidos (Anexo VII), son los siguientes.

En el aspecto uno se comprobó que de las 25 familias de la muestra, seis (24%) demuestran conocimiento de dos de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, por lo que se ubican en un nivel de preparación medio y 19 (76%) familias demuestran conocimientos de uno de los hábitos

nutricionales que se forman con su niña o niño, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo. (Se valora el indicador 1.1)

En el segundo aspecto, seis (24 %) familias demuestran conocimiento de dos de los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos en las niñas y los niños preescolares, ubicándose en un nivel de preparación medio y 19 (76%) familias conocen uno de éstos procedimientos, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo. (Se valora el indicador 1.2)

En el tercer aspecto se comprobó que 19 (76%) familias demuestran conocimiento de dos de las actividades que pueden realizar en el hogar para la formación de hábitos nutricionales en sus niñas y niños, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo y las restantes seis (24%) familias manifiestan conocimiento de cuatro actividades, por lo que se ubican en un nivel de preparación medio. (Se valora el indicador 1.3)

En el aspecto cuatro, se comprueba que seis (24%) familias aplican en las condiciones del hogar dos de los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, por lo que se ubican en un nivel de preparación medio y 19 (76%) familias solamente aplican un procedimiento, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo (Se valora el indicador 2.1)

En el aspecto cinco, seis (24%) familias aplican en las condiciones del hogar de manera correcta cuatro de las actividades para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares por lo que se ubican en un nivel de preparación medio y 19 (76%) familias solamente aplican dos de ellas, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo (Se valora el indicador 2.2)

Al valorarse los resultados obtenidos en la observación se evidencia que existen dificultades marcadas en la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales al demostrar carencias en los conocimientos y procederes necesarios para poder incidir en sus niñas o niños y a partir del cumplimiento de su función educativa contribuir a la formación de hábitos nutricionales en ellos.

En la encuesta aplicada para comprobar el nivel de preparación que poseen las familias para la formación de hábitos nutricionales con las niñas y los niños se alcanzaron los siguientes resultados.

En la pregunta uno, el 100% de las familias plantean conocer los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, pero al marcar cuáles son los nutricionales, seis (24%) familias marcan: ingerir todos los alimentos que se le ofrecen y el uso correcto de los cubiertos, ubicándolos en un nivel de preparación medio y 19 (76%) familias solamente marcan uno ingerir todos los alimentos que se le ofrecen, ubicándose en un nivel de preparación bajo. (Se valora el indicador 1.1)

En la pregunta dos referida al conocimiento de los procedimientos didácticos específicos el 100% de las familias marcan que si lo conocen pero al mencionarlos seis (24%) familias mencionan dos de estos: explicación del adulto sobre lo que el niño o la niña debe hacer y la ejecución de la actividad por ellos, explicando cómo los aplicarían en las condiciones del hogar para formar los hábitos nutricionales, ubicándose en un nivel de preparación medio y 19 (76%) solamente mencionan uno de estos: explicación del adulto sobre lo que el niño o la niña debe hacer y explican cómo lo aplicarían en las condiciones del hogar para formar los hábitos nutricionales, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo. (Se valora el indicador 1.2 y 2.1)

En la pregunta tres, referida a las actividades que se pueden desarrollar para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños, seis (24%) familias mencionan cuatro actividades: enseñar cuentos, canciones y poesías en las que su contenido propicie la formación de hábitos nutricionales y a través de títeres, explicando cómo las trabajan para formar hábitos nutricionales, por lo que se ubican en un nivel de preparación medio y 19 (76%) se refieren y explican dos actividades: a través de títeres y conversaciones sobre los alimentos, por lo que se ubican en un nivel de preparación bajo. (Se valora el indicador 1.3 y 2.2)

Se pudo comprobar que los resultados son bajos pues las familias demostraron deficiencia en cuanto a: El conocimiento de los hábitos nutricionales que se trabajan con las niñas y los niños preescolares. El conocimiento de los procedimientos

didácticos específicos y la aplicación de estos en las condiciones del hogar para formar los hábitos nutricionales en su niña o niño. El conocimiento de las actividades que pueden desarrollarse en las condiciones del hogar para formar hábitos nutricionales y la aplicación correcta de estas.

Para evaluar el comportamiento de los indicadores declarados se elaboró la escala valorativa que aparece en el (Anexo IV), los resultados obtenidos en los instrumentos anteriores permitieron ubicar a las familias en los niveles de preparación establecidos alto, medio y bajo (Anexo VII) en cada uno de los indicadores muestreados.

Estado de los indicadores en el pre test. Medición de los indicadores.

Dimensión 1: Cognitiva

Indicador 1.1: donde se mide el nivel de conocimiento acerca de los hábitos nutricionales solo seis (24%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al tener conocimiento de dos de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares y 19(76%) familias se ubican en un nivel de preparación bajo al conocer solamente uno de los hábitos nutricionales.

En el indicador 1.2 que establece lo referido al conocimiento de los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, seis (24%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al conocer dos de ellos, y 19(76%) familias se ubican en un nivel de preparación bajo al conocer un procedimiento.

En el indicador 1.3 que se establece lo referido al conocimiento de las actividades que se pueden realizar en el hogar para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, seis (24%) de las familias se ubican en un nivel de preparación medio al conocer cuatro actividades y 19(76%) se ubican en un nivel de preparación bajo al conocer dos actividades.

Dimensión 2: Procedimental

En el indicador 2.1 referido a la aplicación de los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, seis (24%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al aplicar dos de los procedimientos, y 19(76%) familias se ubican en el nivel de preparación bajo al aplicar un procedimiento.

En el indicador 2.2 donde se mide la aplicación correcta de las actividades para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares solo seis (24%) de las familias se ubican en un nivel de preparación medio al aplicar correctamente cuatro de las actividades que se pueden realizar, y 19(76%) familias se ubican en el nivel de preparación bajo al aplicar dos actividades.

Los resultados individuales de las familias y su ubicación en los niveles de preparación se ilustran con el apoyo de la tabla 1(Anexo XIII) ilustrándose en el gráfico 1 (Anexo XIV) los resultados alcanzados en el pre test en cada uno de los indicadores de la dimensión cognitiva y procedimental.

2.3.2 Análisis de la efectividad de las actividades.

Para la aplicación de las actividades se crearon las condiciones necesarias en cada uno de ellas se desarrollaron controles a las familias en las mismas que permitieron evaluar la preparación que iban adquiriendo y el cumplimiento del objetivo en cada actividad. Los resultados de dichos controles se exponen a continuación

En la actividad uno se pudo comprobar que el 100% de las familias se sensibilizaron con la necesidad de su preparación, se mantuvieron atentas e interesadas durante la charla, desarrollaron un profundo análisis de los diferentes hábitos que se forman en niñas y niños de edad preescolar, comprobándose al finalizar la charla que 23(92%) familias se apropiaron de los hábitos que se trabajan en esa edad y dos (8%) familias confrontaron sus dificultades con la que se realizó un despacho individual para trabajar con ellas.

En la actividad dos se pudo comprobar que el 100% de las familias se mantuvieron atentas e interesadas durante el momento educativo, reflexionaron y analizaron sobre la importancia de lograr que las niñas y los niños ingieran los alimentos especialmente los vegetales expresando estas que esta actividad le había servido de mucho puesto que es una realidad que a sus hijos no les gustan los vegetales y que como son pequeños ellas no han trabajado para lograrlo aunque ellas como familias si los ingieren.

En la actividad tres se pudo constatar que al intervenir las familias con respecto a los procedimientos didácticos específicos para trabajar los hábitos nutricionales presentaron muchas dificultades y existieron discrepancias en cómo emplearlos al

trabajar con el niño, situación esta que provocó que en la charla se brindara atención diferenciada por la maestra, por lo que se hicieron consultas de familias en las que se le dio tratamiento por separado demostrándoles como hacerlo, alternativa esta que permitió lograr que 23(92%) familias ampliaran sus conocimientos al ser receptivas ante los señalamientos y las demostraciones hechas y dos (8%)familias no se comportaron al final al mismo nivel que las demás a las que se le siguió brindando atención individualizada.

En la actividad cuatro el 100% de las familias participaron en el momento educativo y aplicaron los conocimientos que habían adquirido en la charla sobre procedimientos didácticos específicos destacándose 23(92%) familias en las intervenciones y demostraciones hechas y solamente dos (8%)familias confrontaron algunas dificultades fundamentalmente al demostrar cómo aplicar estos procedimientos con las cuales se realizó un despacho individual para darle tratamiento a la dificultad que presentaron.

En la actividad cinco el 100% de las familias participaron en la reunión de padres fueron receptivas ante los análisis que se realizaron de las actividades que pueden realizar para la formación de hábitos nutricionales, preguntaron dudas e hicieron sugerencias que fueron compartidas entre todas las familias, destacándose 23(92%) familias que ampliaron sus conocimientos y dos (8%) familias no mantuvieron al misma participación a la que se le siguió brindando tratamiento en otro momento.

En la actividad seis fue muy motivante para las familias al analizar las situaciones presentadas, la diversidad de criterios que existían entre ellos al valorar cada una de las situaciones presentadas poniendo en práctica lo ya aprendido, por lo que la maestra tuvo que ejemplificar con una de las situaciones como hacerlo, garantizando que al final solamente dos (8%) familias se mantuvieran con alguna inseguridad en sus respuestas y el resto no presentó dificultad.

En la actividad siete el 100% de las familias participaron en la actividad conjunta, realizaron un buen debate en la misma y fueron muy receptivas al cumplir en el segundo momento todo lo demostrado y orientado en el primero, se destacaron 23(92%) familias y solamente a dos (8%) familias se les tuvo que brindar atención diferenciada en el segundo momento al trabajar los hábitos nutricionales a través de

la narración del cuento “Lo que le sucedió a Luisito”, al formar conjuntos por dos características color y tamaño, efectuándose con ellas demostraciones en despachos individuales.

La actividad ocho el 100% de las familias participaron en la actividad conjunta, realizaron un buen debate en la misma y fueron muy receptivas al cumplir en el segundo momento todo lo demostrado y orientado en el primero, se destacaron 23(92%) familias y solamente a dos (8%) familias se les tuvo que brindar atención diferenciada en el segundo momento al trabajar los hábitos nutricionales a través de la creación de adivinanzas, la reproducción de la poesía “Ya sé comer” y el juego didáctico desarrollado, demostrándoles en la propia actividad cómo hacerlo y orientándole cómo el debían darle continuidad en las condiciones del hogar.

En la actividad nueve esta actividad le gustó mucho a la familia al tener que aplicar sus propios saberes y su creatividad en la creación de actividades para trabajar la formación de hábitos nutricionales en la misma se preció un verdadero trabajo en grupo, donde partieron de los conocimientos individuales a los colectivos llegando a exponer y demostrar actividades creativas, además se motivaron mucho con la presencia de títeres comprendiendo la necesidad de emplear estos tipos de actividades por las características de los niños destacándose 23(92%) familias y solamente a dos (8%) familias se les tuvo que brindar atención diferenciada para que participaran con más seguridad.

La actividad diez: se constató que el 100% de las familias participaron con responsabilidad e interés en el momento educativo, 23(92%) de ellas, se destacaron en la técnica participativa aplicada y le brindaron atención a las dos familias con mayores dificultades, además expusieron sus experiencias en el trabajo que están desarrollando en el cumplimiento de su función educativa para la formación de hábitos nutricionales en sus hijos, destacando los positivo y provechoso de la preparación que habían recibido..

Durante la aplicación de las actividades se efectuaron observaciones a las familias durante las actividades conjuntas y las visitas a los hogares según las guías de observación elaboradas (Anexos II y III) para comprobar en la práctica la aplicación de la preparación adquirida por las familias al incidir en las niñas y los niños,

permitiendo estos instrumentos constatar que las familias se habían apropiado de los conocimientos acerca de la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares según los indicadores establecidos en la dimensión cognitiva y procedimental los que materializaron al trabajar con estos.

Los resultados anteriores permiten señalar que las actividades desarrolladas propiciaron un ambiente comunicativo, reflexivo y de adquisición de conocimientos de de las familias para la formación en las niñas y los niños preescolares, lo que favoreció su preparación en este sentido, influyendo positivamente estos y garantizando su transformación.

2.3.3 Resultados del pos test.

Al concluir la aplicación de las actividades se procedió a comprobar la efectividad originada en la práctica educativa y el estado de transformación de los sujetos tomados de la muestra

Para ello se aplicó nuevamente la observación a las familias en las visitas al hogar y la encuesta para evaluar el comportamiento de los indicadores declarados en la variable dependiente, a continuación se reflejan los resultados cuantitativos en las observaciones efectuadas según la guía de observación (Anexo III) en la siguiente tabla:

Tabla 2 Resultados de las observaciones efectuadas en el pos test.

| Aspectos a observar | Alto | % | Medio | % | Bajo | % |
|---------------------|------|----|-------|---|------|---|
| 1 | 23 | 92 | 2 | 8 | - | - |
| 2 | 23 | 92 | 2 | 8 | - | - |
| 3 | 23 | 92 | 2 | 8 | - | - |
| 4 | 23 | 92 | 2 | 8 | - | - |
| 5 | 23 | 92 | 2 | 8 | - | - |

Como se puede apreciar la tabla aparece dividida en siete partes en la primera se reflejan los aspectos medidos durante la observación, de la segunda a la séptima, los resultados alcanzados en cada aspecto según los niveles de preparación en cantidad y significado respecto a la muestra.

Se pudo constatar tal como lo refleja la tabla que los resultados del pos test mejoraron considerablemente evidenciándose cualitativamente en el nivel de

preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares al poseer el 92% de la muestra un nivel de preparación alto y solamente el 8% un nivel de preparación medio.

Estos resultados se corroboraron con la aplicación de la encuesta (Anexo VI) donde se muestran los resultados a continuación:

En la pregunta uno, el 100% de las familias plantean conocer los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, pero al marcar cuáles son los nutricionales, dos (8%) familias marcan: ingerir todos los alimentos que se le ofrecen y el uso correcto de los cubiertos, ubicándolos en un nivel de preparación medio y 23 (92%) familias marcan todos los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, ubicándose en un nivel de preparación alto. (Se valora el indicador 1.1)

En la pregunta dos referida al conocimiento de los procedimientos didácticos específicos el 100% de las familias marcan que si lo conocen pero al mencionarlos dos (8%) familias mencionan dos de estos: explicación del adulto sobre lo que el niño o la niña debe hacer y la ejecución de la actividad por ellos, explicando cómo los aplicarían en las condiciones del hogar para formar los hábitos nutricionales, ubicándose en un nivel de preparación medio y 23 (92%) familias mencionan y explica cómo aplicarían todos los procedimientos didácticos específicos por lo que se ubican en un nivel de preparación alto. (Se valora el indicador 1.2 y 2.1)

En la pregunta tres, referida a las actividades que se pueden desarrollar para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños, dos (8%) familias mencionan cuatro actividades: enseñar cuentos, canciones y poesías en las que su contenido propicie la formación de hábitos nutricionales y a través de títeres, explicando cómo las trabajan para formar hábitos nutricionales, por lo que se ubican en un nivel de preparación medio y 23 (92%) se refieren y explican todas las actividades que pueden desarrollar para la formación de hábitos nutricionales, por lo que se ubican en un nivel de preparación alto. (Se valora el indicador 1.3 y 2.2)

Es evidente al analizarse los resultados arrojados en la encuesta que estos son superiores en cantidad y calidad con respecto a los alcanzados en el pre test en el que no se encontraba ninguna familia ubicada en un nivel de preparación alto por no

poseer los conocimientos y procederes que se requieren para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños, una vez aplicadas las actividades se observan cambios significativos en la dimensión cognitiva y procedimental lo que demuestra el nivel de preparación alcanzado por las familias.

Estado de los indicadores del pos test. Medición de los indicadores.

Dimensión 1: Cognitiva

Indicador 1.1: donde se mide el nivel de conocimiento acerca de los hábitos nutricionales solo dos (8%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al tener conocimiento de dos de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares y 23(92%) familias se ubican en un nivel de preparación alto al conocer todos los hábitos nutricionales.

En el indicador 1.2 que establece lo referido al conocimiento de los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, dos (8%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al conocer dos de ellos, y 23(92%) familias se ubican en un nivel de preparación alto al conocer todos los procedimientos.

En el indicador 1.3 que se establece lo referido al conocimiento de las actividades que se pueden realizar en el hogar para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, dos (8%) de las familias se ubican en un nivel de preparación medio al conocer cuatro actividades y 23(92%) se ubican en un nivel de preparación alto al conocer todas actividades.

Dimensión 2: Procedimental

En el indicador 2.1 referido a la aplicación de los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, dos (8%) familias se ubican en un nivel de preparación medio al aplicar dos de los procedimientos, y 23(92%) familias se ubican en el nivel de preparación alto al aplicar todos los procedimientos.

En el indicador 2.2 donde se mide la aplicación correcta de las actividades para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares solo dos (8%) de las familias se ubican en un nivel de preparación medio al aplicar

correctamente cuatro de las actividades que se pueden realizar, y 23(92%) familias se ubican en el nivel de preparación alto al aplicar todas las actividades.

Los resultados individuales de las familias y su ubicación en los niveles de preparación se ilustran con el apoyo de la tabla 3(Anexo XV) ilustrándose en el gráfico 2 (Anexo XVI) los resultados alcanzados en el pre test en cada uno de los indicadores de la dimensión cognitiva y procedimental.

Se refleja en la tabla 4 (Anexo XVII) los resultados obtenidos en los indicadores medidos en las dimensiones cognitiva y procedimental durante el pos test de manera comparativa con los resultados alcanzados en el pre test. La autora considera necesario explicar esta tabla para una mejor interpretación de los resultados. La misma se encuentra dividida en cuatro partes en la primera se reflejan las dimensiones declaradas, en la segunda los indicadores de cada dimensión, en la tercera los resultados alcanzados en cada indicador durante el pre test y en la cuarta los resultados alcanzados en cada indicador en el pos test.

Al compararse los resultados es indiscutible el nivel de superioridad alcanzado en la preparación de las familias para la formación en las niñas y los niños una vez aplicadas las actividades se logra que en los tres indicadores de la dimensión cognitiva y en los dos de la procedimental, 23(92%) familias se ubiquen en un nivel de preparación alto al lograr: conocer todos los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, todos los procedimientos didácticos específicos para formarlos aplicándolos correctamente al trabajar con su niña o niño en las condiciones del hogar y todas las actividades que se pueden realizar para formar hábitos nutricionales las que aplican adecuadamente.

Estos resultados son superiores a los obtenidos en el pre test en un 100% al no tenerse en este ningún indicador en alto y 19(76%) familias en bajo en cada uno de los indicadores.

Además se alcanza que solamente dos (8%) de las familias se ubiquen en un nivel de preparación medio en cada uno de los indicadores al presentar en ellos algunas dificultades y no comportarse al mismo nivel que las demás, lográndose disminuir en un 16% la cantidad de familias ubicadas en nivel de preparación medio con respecto al pre test en el que existían seis familias en este nivel.

El análisis efectuado hasta aquí permite considerar la validez de la variable independiente y su influencia en la variable dependiente, ya que proporcionó la elevación del nivel de preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad, por los siguientes argumentos:

- Se elevó progresivamente su nivel de conocimiento acerca de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares.
- Aumentó paulatinamente su nivel de conocimientos sobre los procedimientos didácticos específicos para la formación de los hábitos nutricionales y las actividades que pueden realizar para formarlos.
- Las familias demuestran cambios en su proceder al aplicar correctamente en el cumplimiento de su función educativa los procedimientos didácticos específicos y las actividades para la formación de los hábitos nutricionales.
- Las familias demuestran cambios significativos en su proceder al incidir en su niña o niño, lo que ha influido favorablemente en estos al demostrar en sus modos de actuación correctos hábitos nutricionales.

Se considera necesario apuntar que es factible la aplicación de las actividades para la preparación de las familias con niñas y niños de edad preescolar en los tres componentes de la Educación Preescolar pues se concibió con la flexibilidad idónea para ser enriquecida en la práctica y adecuarla a las condiciones reales concretas. Para su utilización solo se precisa tener presente el carácter diferenciado que debe llevar la preparación en correspondencia con las potencialidades y necesidades de las familias.

No obstante a los resultados, durante el proceso investigativo se presentaron algunas barreras como:

- Falta de materiales suficiente para la autopreparación de las familias
- Escaso tiempo para desarrollar la preparación.

CONCLUSIONES.

-La preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares quedó fundamentada en los presupuestos teóricos y metodológicos a partir de la posición histórico-cultural de Vigostky y sus continuadores demostrando la significación y el papel preponderante que juega la familia en la formación de hábitos nutricionales en las primeras edades como fuerza motriz del desarrollo de la personalidad en formación.

-Los resultados obtenidos mediante los diferentes métodos de investigación, permitieron comprobar que existían dificultades marcadas en la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad, dado en el conocimiento de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños, los procedimientos didácticos específicos para formarlos, las actividades que se pueden realizar para su formación y la aplicación correcta de estos al trabajar con su niña o niño en las condiciones del hogar.

- Las actividades elaboradas para contribuir a la preparación de las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad, que permiten a través de diferentes vías de educación familiar generar en las familias un mayor sentido de responsabilidad en su función educativa, mayor compromiso social e incentiva su participación protagónica a partir del intercambio de saberes y de la reflexión colectiva son aportativas de conocimientos y procederes en aras de lograr el propósito declarado en este sentido.

- Los resultados obtenidos con la aplicación de las actividades demostraron que es factible y efectiva para contribuir a la preparación de las familias para la formación de los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy del municipio de Trinidad, en tanto fueron validadas mediante los resultados del pre-experimento pedagógico que se mostraron aportativos en la dimensión cognitiva y procedimental al lograrse que el 92% de las familias alcanzaran un nivel de preparación alto y el 8% un nivel de preparación medio.

RECOMENDACIONES:

- Desarrollar una línea de investigación que posibilite el estudio de los resultados obtenidos con la aplicación de las actividades en las propias familias. Aspecto éste que enriquecerá lo que este trabajo pudo aportar.
- Presentar al Consejo Científico Municipal las actividades para su introducción y generalización en el territorio, específicamente en la Educación Preescolar.
- Garantizar la preparación de las familias con niñas y niños de edad preescolar en los tres componentes de la Educación Preescolar sobre los hábitos nutricionales a través de diferentes vías de educación familiar.

BIBLIOGRAFÍA

- Abreu Suárez, G. (1992). *Para la vida*. La Habana: Pueblo y Educación,
- Aksárina, N. M. (1977). "Principios fundamentales y significación educativa de la alimentación, el sueño y otros procesos". *En revista Simientes*. La Habana, 1977, No 6. Nov – dic, p. 45-60.
- Álvarez Martí, Andrea y Caridad Gómez González. "Influencia de la familia en los hábitos nutricionales de la niñez". *En revista Simientes*. – Ciudad de la Habana, 1981, No. 5. Sep – oct, p. 23-24.
- Álvarez Suárez, Mayda. *Acerca de la familia actual*. La Habana: Academia, 1993.
- Alvero Francés, F. *Diccionario Cervantes. Manual de la Lengua Española*, T. II. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1976.
- Arés Muzio, Patricia. *Mi familia es así*. La Habana: Ciencias Sociales, 1990.
- Arias Beatón, Guillermo. *La educación familiar de nuestros hijos*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, (s. a.)
- Bell Rodríguez, R y López Machin, R.(2002).*Convocados por la diversidad*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Bizquerra, R. (2002). *Métodos de Investigación. Educativa*. España: Barcelona.
- Blanco Pérez, A (1999). *Introducción a la Sociología de la Educación*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Borgato Angelette, Alicia. "Importancia de la educación familiar". *En revista Simientes*. -Ciudad de La Habana, 1981, No. 1. Ene.-feb, p. 11-13.
- Bozhovich, L. I. *La personalidad y su formación en la edad infantil*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1976.
- Bunge, M. *La investigación científica*. La Habana: Ciencias Sociales, 1972.
- Burke Beltrán, M. T. (1988). *¿De quién es la responsabilidad: la escuela o la familia?* La Habana: Pueblo y Educación.
- _____. "Educa a tu hijo": Programa para la familia dirigido al desarrollo integral del niño. Orientaciones de cero a seis años. T. 9. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1998.
- Canovas Favelo, Lesvia. *Los niños y sus derechos*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1997.

- Carvajal Rodríguez, Cirela y otros. Educación para la salud en la escuela. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 2000.
- Castellanos, Beatriz y otros. Aproximación a un marco conceptual para la investigación educativa. CEE. ISPEJV. La Habana, 2001.
- Castro Alegret, Pedro Luis. “¿Qué es familia y cómo educa a sus hijos?” .En revista Pedagogía Cubana. La Habana. No. 5. Ene. – mar. 1990, p. 12-20.
- Castro Ruz, Fidel. Discurso pronunciado en el IV Congreso de la FMC. La Habana, marzo, 1985.
- Colectivo de autores. Pedagogía. Ciudad de la Habana: editorial Pueblo y Educación, 1989.
- Constitución de la República de Cuba. Suplemento Especial, en Granma. La Habana, 29 de septiembre, 1992.
- Cuba, Ministerio de Educación. Carrera Preescolar. _ Aprender es crecer. IPLAC, segunda edición, CD.
- Chávez Rodríguez, J. A. Del ideario pedagógico de José de la Luz y Caballero. La Habana: Pueblo y Educación, 1992.
- Chávez Rodríguez, J. A. Filosofía y Educación en América Latina. Pueblo y Educación, 1995.
- Chávez Rodríguez, J. A. Del ideario pedagógico de José de la Luz y Caballero. La Habana: Pueblo y Educación, 1992.
- Damiani, Astrea. "Importancia de la erradicación de los errores alimentarios". En revista Simientes. – Ciudad de la Habana, No 2. Mar – abr, p. 28-30.
- Domínguez Pino, Marta. EL conocimiento de si mismo y sus posibilidades. La Habana: Pueblo y Educación, 2004.
- Durán Gondar, Alberta. “¿Cómo es mi familia?” .En revista Educación. La Habana, No. 91. May – ago. 1997, p. 12-16.
- _____ y otros. Convivir en familias sin violencia. La Habana: Imágenes, 2005.
- Elitiz, C y otros. Métodos de investigación en las relaciones sociales. Ciudad de la Habana: Revolucionaria, 1986.
- Engels, Federico. El origen de la familia, la propiedad privada y el estado. Moscú: Progreso, (s.a.).

- González Calzada, A. D. (2009). *Estrategia pedagógica de preparación a las educadoras para la formación de hábitos nutricionales en niñas y niños*. Tesis en opción al grado académico de máster en Ciencias de la Educación. ISP Capitán Silverio Blanco Núñez. Sancti Spíritus.
- González Soca, Ana María y Carmen Reinoso Cápiro. *Nociones de sociología, psicología y pedagogía*. La Habana: Pueblo y Educación, 2002.
- Jimeráñez García, G. (2010). *Actividades para la preparación de las familias acerca de la educación en el patriotismo en las niñas y niños preescolares*. Tesis en opción al grado académico de máster en Ciencias de la Educación. ISP Capitán Silverio Blanco Núñez. Sancti Spíritus.
- Liubliskaia, A. *Psicología infantil*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1981.
- López Hurtado, Josefina. *Un nuevo concepto de Educación Infantil*. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 2004.
- Martí Pérez, J. *Obras Completas. T 18*. La Habana: Ciencias Sociales, 1973
- Martí Pérez, J. *Obras Completas. T 18*. La Habana: Ciencias Sociales, 1976.
- Martínez Gómez, Cristóbal. *Para que la familia funcione bien*. Ciudad de la Habana: Científico – Técnica, 2005.
- Martínez Mendoza, Franklin. *El proyecto educativo del centro infantil*. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 2004.
- Mendoza Portales, L. y otros. (2007). *La formación de valores, un proceso complejo*. CD Maestría en Ciencia de la Educación. Módulo I Primera Parte
- Microsoft Corporation. *Enciclopedia Microsoft Encarta 2000*. 1999.
- Ministerio de Educación, Cuba. (2005). *Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo I. Primera y segunda parte. Mención en Educación Preescolar* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación, Cuba. (2006). *Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo II. Primera y segunda parte. Mención en Educación Preescolar* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación. Cuba. (2007). *Maestría en Ciencias de la Educación. Módulo III. Segunda parte Mención en Educación Preescolar*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

- Ministerio de Educación, Cuba. (s/f). Material impreso sobre la Actividad Conjunta. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- MINED. 1998 En torno al Programa de Educación Preescolar. La Habana: Pueblo y Educación,.
- Ministerio de Educación, Cuba. (2006-2007). VII Seminario Nacional para Educadores. La Habana: Editorial Pueblo Educación.
- Ministerio de Educación, Cuba. (2007-2008). VIII Seminario Nacional para Educadores. La Habana: Editorial Pueblo Educación.
- Mora Llanos, Lázaro J. La formación de hábitos en los niños y niñas de 0 – 6 años (Una tarea de la institución y la familia). Ciudad de la Habana: Pueblo y educación, 2000.
- Nocedo, Irma y otros. Metodología de la investigación educacional (Segunda Parte). Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 2001.
- Núñez Aragón, Elsa. ¿Qué sucede entre la escuela y la familia? Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación, 1990.
- Pérez; Gastón y otros. Metodología de la investigación educacional (Primera Parte). Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 1996.
- Petrovsky, A. “Psicología y prioridades de la educación familiar”. En revista Perspectivas. París, No. 13. 1983, p.1.
- Pomares Ortega, Úrsula C. Metodología para la preparación de la familia en la formación del patriotismo de los escolares en la Educación Primaria (Tesis de doctorado). ISP "Félix Valera". Villa Clara, 2005.
- Regüeiferos Prego, Luis Alberto. El niño y su pequeño mundo. Ciudad de la Habana: Científico – Técnica, 2005.
- Rodríguez Rodríguez, J. La educación familiar en Cuba. Experiencias y posibilidades. ISPEJV. La Habana, 1990.
- Sierra Lombardía, V. M y C. M. Álvarez Zayas. Metodología de la investigación, en soporte magnético, 1997.
- Soporte Magnético. CD. Carrera Preescolar. Aprender es crecer. Segunda edición I .P \ C Latinoamericano y Caribeño.

- Soporte Magnético. CD. Maestría en Ciencias de la Educación. Edición I .P \ C Latinoamericano y Caribeño.
- Spirin, L. F. y otros. Métodos de investigación pedagógica. La Habana: Pueblo y Educación, 1975.
- Talleres. Disponible en: <http://wikipedia.ssp.rimed.cu>
- Tejeda del Prado, Lecsy. Ser y Vivir. Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación, 2001.
- Torres Cuevas, E y otros. Félix Varela. El que nos enseñó a pensar. T. 1. La Habana: Cultura Popular, 1997.
- Van Dalen, D. B y W. J. Meyer. Manual de técnicas de investigación educacional. México: Paidós, 1994.
- Venguer, Leonid. A. Temas de Psicología Preescolar. La Habana: Pueblo y Educación, 1987.
- Vega, René. Escuela de padres. La Habana: Científico-Técnica, 1998.

ANEXO I

GUÍA PARA EL ANÁLISIS DOCUMENTAL.

Objetivo: Comprobar teniéndose en cuenta la revisión y análisis de documentos si se conciben orientaciones para la preparación de las familias para formar los hábitos nutricionales con las niñas y los niños preescolares.

Documentos para analizar.

- Objetivos Priorizados del Ministerio de Educación.
- Precisiones de la Educación Preescolar.
- Programa y Orientaciones Metodológicas del cuarto ciclo.
- El libro “ La formación de hábitos nutricionales en los niños y la niñas de 0 a 6”

Aspectos de la guía.

1. Se plantea en los Objetivos Priorizados del Ministerio de Educación, orientaciones para preparar a las familias de la Educación Preescolar acerca de la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños.
2. En las precisiones de la Educación Preescolar está establecido el trabajo con las familias para la formación de hábitos nutricionales.
3. Se ofrecen en el Programa y Orientaciones Metodológicas del cuarto ciclo orientaciones para trabajar con las familias y prepararlas con respecto a la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños.
4. En el libro “La formación de hábitos nutricionales en los niños y la niñas de 0 a 6” se precisa el trabajo que la institución infantil debe realizar con las familias para la formación de hábitos nutricionales en la Educación Preescolar.

ANEXO II

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Objetivo: Constatar durante las observaciones a las familias en las actividades conjuntas de las escuelas de padres el nivel de preparación que poseen para la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño.

Aspectos a observar.

1. Demuestra conocimiento en el primer y tercer momento de la actividad conjunta de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares.
2. Demuestran conocimientos en la actividad conjunta de los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.
3. Demuestran conocimientos en la actividad conjunta de las actividades que se les orientan desarrollar para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.
4. En las situaciones que se crean en la actividad conjunta para que las familias trabajen con su hijo la formación de hábitos nutricionales, aplican los procedimientos didácticos específicos para formarlos.
5. Aplican correctamente las actividades que se orientan durante la actividad conjunta para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

ANEXO III

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Objetivo: Constatar a través de las visitas a los hogares el nivel de preparación que poseen las familias para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy.

Aspectos a observar.

- 1 -.Demuestran las familias conocimiento acerca de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares.
 - Respetar el orden y la mezcla de los alimentos.
 - Ingerir todos los alimentos que se le ofrecen.
 - Uso correcto de los cubiertos.
 - Uso correcto de la servilleta.
2. Demuestran las familias conocimientos de los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales en sus niñas y niños.
3. Demuestran las familias conocimientos de las actividades que pueden realizar en el hogar para la formación de hábitos nutricionales en sus niñas y niños.
4. Aplican en las condiciones del hogar los procedimientos didácticos específicos para formar los hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.
5. Aplican en las condiciones del hogar de manera correcta las actividades para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares.

ANEXO IV

Escala valorativa para medir la preparación que poseen las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares, del 1 al 3.

Alto.....3. Cuando tiene conocimientos de todos los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares (Respetar el orden y la mezcla de los alimentos, ingerir todos los alimentos que se le ofrecen, uso correcto de los cubiertos, uso correcto de la servilleta); conoce todos los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales, (explicación clara y precisa del adulto sobre lo que el niño o la niña debe hacer; demostración por parte del adulto; ejecución de la actividad del niño o la niña; control y evaluación de la actividad realizada por la niña y el niño) y los aplica correctamente; conoce todas las actividades que puede desarrollar y como aplicarlas en el hogar para formar hábitos nutricionales en sus niñas y niños.

Medio.....2 Cuando tiene conocimientos de dos de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, conoce dos de los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales y los aplica correctamente; conoce cuatro de las actividades que puede desarrollar y como aplicarlas en el hogar para formar hábitos nutricionales en sus niñas y niños.

Bajo.....1 Cuando tiene conocimientos de uno de los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares, conoce uno de los procedimientos didácticos específicos para formar hábitos nutricionales y lo aplica correctamente; conoce dos de las actividades que puede desarrollar y como aplicarlas en el hogar para formar hábitos nutricionales en sus niñas y niños.

ANEXO V

ENTREVISTA

Objetivo: Constatar el nivel de preparación que poseen las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy

Crear un ambiente agradable entre el entrevistador y el entrevistado.

Guía de entrevista.

1. ¿Cuáles son los hábitos nutricionales que considera usted se deben formar en su niña o niño?
2. ¿Cuáles son los procedimientos que usted emplearía para formar en su niña o niño los hábitos nutricionales?
3. ¿Qué actividades usted considera se pueden realizar en el hogar para formar hábitos nutricionales en las niñas y los niños?

ANEXO VI ENCUESTA

Objetivo: Comprobar el nivel de preparación que poseen las familias para la formación de hábitos nutricionales en las niñas y los niños preescolares del grupo A de la escuela primaria Mario Guerra Landestoy.

Esta encuesta es anónima. Su respuesta no tiene ninguna implicación, solamente queremos que conteste con sinceridad cada una de las preguntas. Gracias.

Cuestionario.

1. ¿Conoce usted los hábitos nutricionales que se forman en las niñas y los niños preescolares? Si ___ No__.

a). Marca con una x cuáles de los hábitos nutricionales que usted conoce.

- Uso correcto de la servilleta. _____
- Brindar cuando se ofrece algo. _____
- Pedir permiso_____
- Uso correcto de los cubiertos_____
- El orden y la mezcla de los alimentos_____
- Compartir sus pertenencias. _____
- Ingerir todos los alimentos que se le ofrecen

2. ¿Conoce usted cuáles son los procedimientos didácticos específicos para la formación de hábitos nutricionales en su niña o niño. Si___ No__

a) Pudiera usted referirse a cuáles son esos procedimientos y cómo los aplica en las condiciones del hogar.

3. Las familias en el hogar pueden desarrollar diferentes actividades encaminadas a formar hábitos nutricionales en su niña o niño.

a) ¿Conoce usted cuáles son esas actividades? Si _____ No_____

b) Mencione las que usted conoce y explique cómo las trabaja con su niña o niño para formar hábitos nutricionales.

ANEXO VII

- **Preparación de las familias: Nivel alto cuando alcanza (tres puntos) en el 50% o más (dos indicadores o más) de la dimensión cognitiva y (tres puntos) en el 50% o más (un indicador o más) de la dimensión procedimental.**
- **Preparación de las familias: Nivel medio cuando alcanza (dos puntos) en el 50% o más (dos indicadores o más) de la dimensión cognitiva y (dos puntos) en el 50% o más (un indicador o más) de la dimensión procedimental.**
- **Preparación de las familias: Nivel bajo cuando alcanza (un puntos) en el 50% o más (dos indicadores o más) de la dimensión cognitiva y (un puntos) en el 50% o más (un indicador o más) de la dimensión procedimental.**

Se establece además para otorgar el nivel de preparación analizando la calificación de las familias en los cinco indicadores esta especificidad:

- **Preparación de las familias: Nivel alto (tres puntos), cuando alcanza (tres puntos) en más del 50% (tres indicadores o más).**
- **Preparación de las familias: Nivel medio (dos puntos), cuando alcanza (dos puntos) en más del 50% (tres indicadores o más).**
- **Preparación de las familias: Nivel bajo (un puntos), cuando alcanza (un punto) en más del 50% (tres indicadores o más).**

ANEXO VIII

“Enseña a tu niño a ingerir y aceptar los vegetales. Nosotros somos muy útiles para su salud. No lo olvides.”

ANEXO IX

ANEXO X
Tarjetas

ANEXO XI

Títeres.

ANEXO XIII

Tabla 1. Resultados individual de las familias y su ubicación en los niveles de preparación alcanzados en el pre test

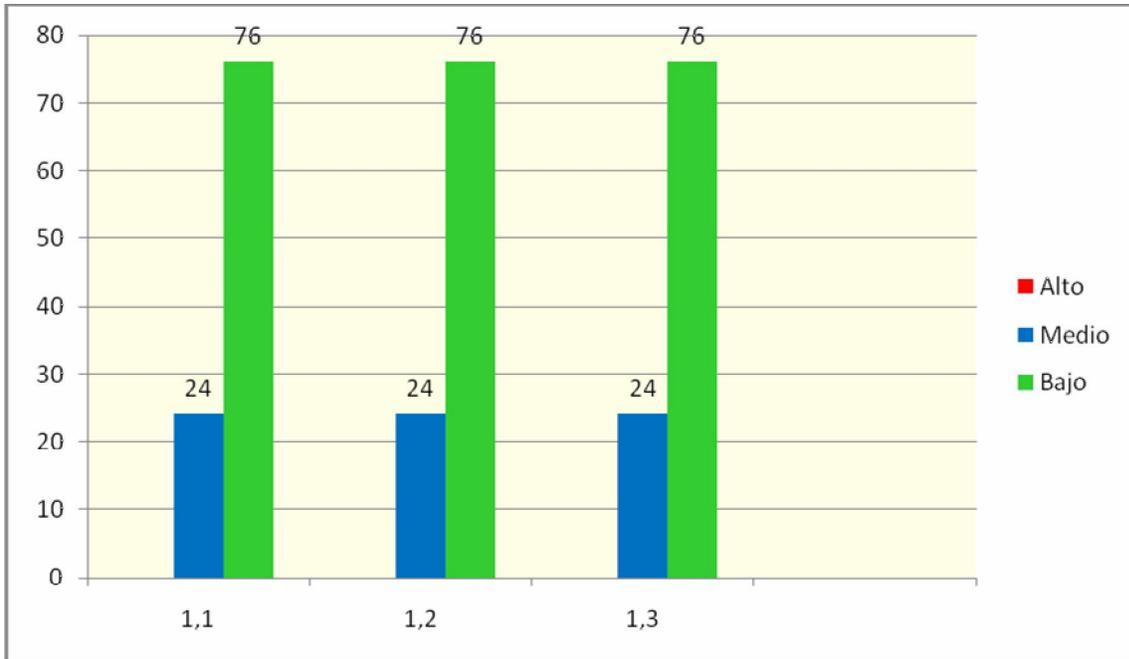
| Familias | Dimensión 1 | | | Dimensión 2 | | Niveles de preparación |
|----------|-------------|-----|-----|-------------|-----|------------------------|
| | 1.1 | 1.2 | 1.3 | 2.1 | 2.2 | |
| 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 6 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 7 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 10 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 11 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 13 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 14 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 15 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 16 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 17 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 18 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 19 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 20 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 21 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 22 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 23 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |
| 24 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 25 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | Bajo |

Leyenda: En la primera parte la relacionan de las familias, en la segunda y tercera parte las dimensiones y sus indicadores con la calificación que obtienen en ellas las familias y en la cuarta parte los niveles de preparación alcanzados.

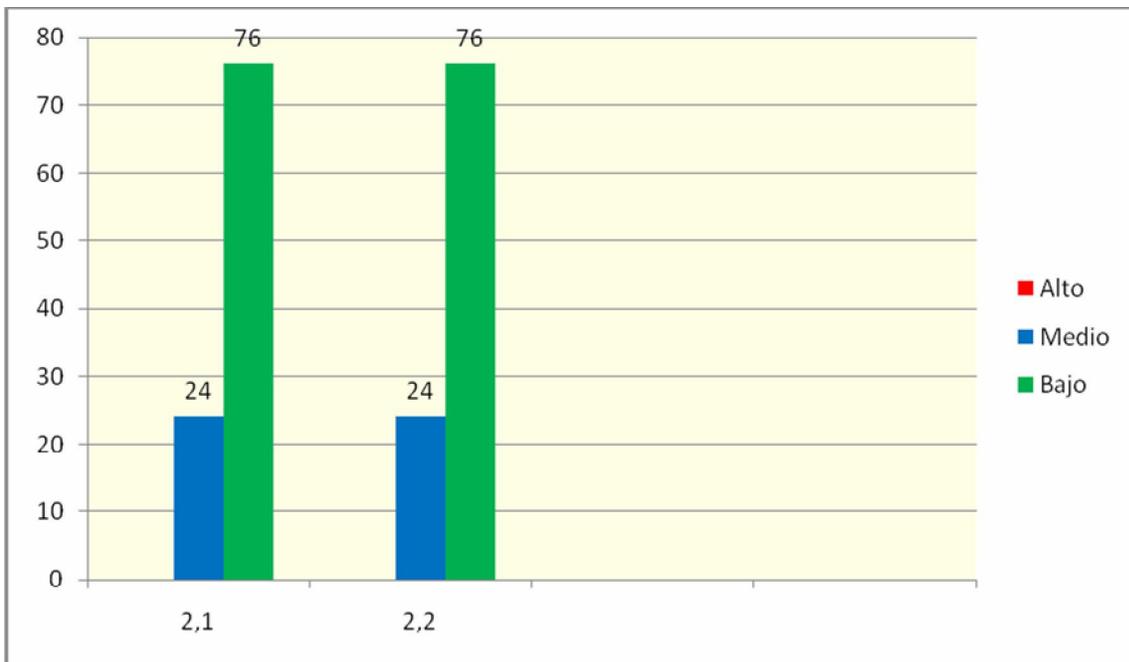
Anexo XIV

Gráfico 1

Dimensión 1: Antes de aplicada las actividades.



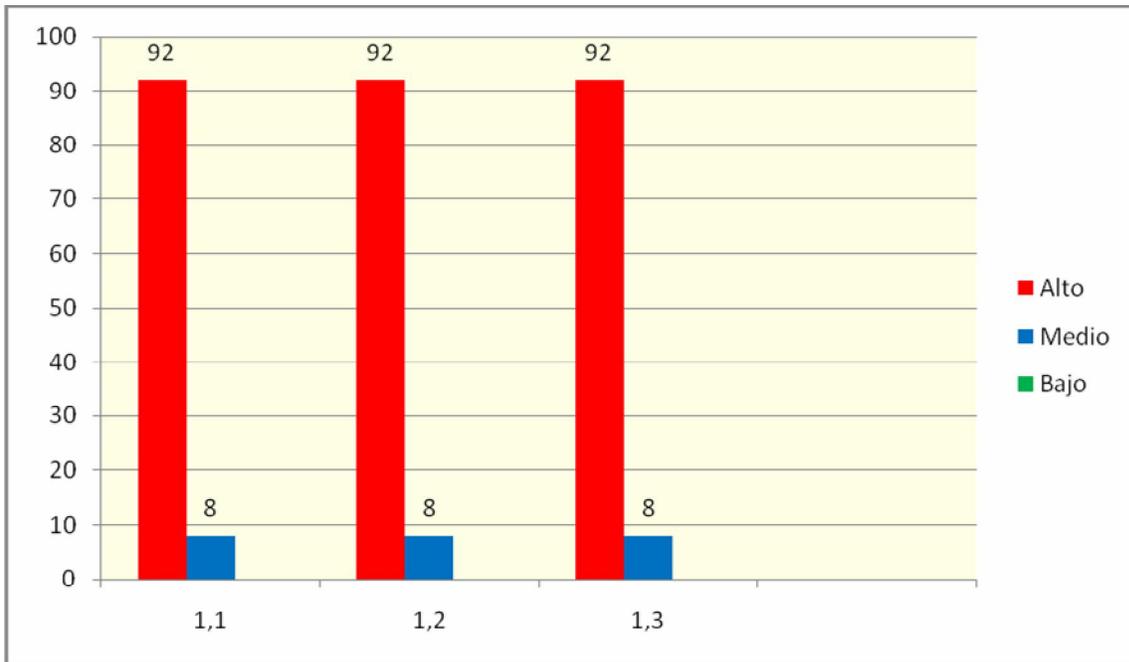
Dimensión 2: Antes de aplicada las actividades.



ANEXO XV

Gráfico 2

Dimensión 1: Después de aplicada las actividades



Dimensión 2: Después de aplicada las actividades.

ANEXO XVI

Tabla 3 Resultados individual de las familias y su ubicación en los niveles de preparación alcanzados en el pos test

| Familias | Dimensión 1 | | | Dimensión 2 | | Niveles de preparación |
|----------|-------------|-----|-----|-------------|-----|------------------------|
| | 1.1 | 1.2 | 1.3 | 2.1 | 2.2 | |
| 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 7 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 8 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 9 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 10 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 11 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 13 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 14 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 15 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 16 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 17 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | Medio |
| 18 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 19 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 20 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 21 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 22 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 23 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 24 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |
| 25 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | Alto |

Leyenda: En la primera parte la relacionan de las familias, en la segunda y tercera parte las dimensiones y sus indicadores con la calificación que obtienen en ellas las familias y en la cuarta parte los niveles de preparación alcanzados.

ANEXO XVII

TABLA 4. RESULTADOS COMPARATIVOS DEL PRE TEST Y EL POST TEST

| Dimensiones | Indicadores | Pre test | | | | | | Post test | | | | | |
|---------------|-------------|----------|---|-------|----|------|----|-----------|----|-------|---|------|---|
| | | Alto | % | Medio | % | Bajo | % | Alto | % | Medio | % | Bajo | % |
| Cognitiva | 1.1 | – | – | 6 | 24 | 19 | 76 | 23 | 92 | 2 | 8 | – | – |
| | 1.2 | – | – | 6 | 24 | 19 | 76 | 23 | 92 | 2 | 8 | – | – |
| | 1.3 | – | – | 6 | 24 | 19 | 76 | 23 | 92 | 2 | 8 | – | – |
| Procedimental | 2.1 | – | – | 6 | 24 | 19 | 76 | 23 | 92 | 2 | 8 | – | – |
| | 2.2 | – | – | 6 | 24 | 19 | 76 | 23 | 92 | 2 | 8 | – | – |