



*Facultad de Medicina.
Carrera de Educación Parvularia.*

***Propuesta Educativa para la Promoción de Hábitos de Vida
Saludable en un Jardín Infantil Promotor de la Salud.***

**Tesis para optar al Título de Educador/a de Párvulos
y al Grado Académico de Licenciado/a en Educación**

Septiembre, 2010

Autoras:

Pamela González Ahumada

Viviana González Rojas

Francisca Miranda García

Marcela Rodríguez Paredes

Profesora Guía:

Carola Cacciuttolo Juárez

Agradecimientos

Al finalizar esta etapa, necesito dar las gracias a las personas que hicieron posible que terminara mi carrera, mis padres, Jorge e Inés, sin duda ellos, han hecho inculcado en mi todo lo que soy, además de ayudarme e incentivar me con sus palabras a concluir este largo proceso, infinitas gracias por ser excelentes padres y abuelos de mi hijo.

En segundo lugar, gracias a mis hermanos, que de una u otra forma me han ayudado desde sus conocimientos en momentos en los cuales los necesité, ellos han sido un ejemplo a seguir a lo largo de mi vida y de mis estudios universitarios.

No puedo dejar de lado a la familia Pérez Fierro, que estuvieron cuando más los necesité, apoyando a mi familia y sobretodo a mí en el cuidado del ser máspreciado y amado que tengo, mi bebé, gracias por quererlo y amarlo tanto y estar en todos los lindos y difíciles momentos.

Finalmente, hijo te amo y gracias por existir, por haber llegado a mi vida, tú me haz hecho seguir adelante, por ti vale mucho más la pena terminar lo que costó tanto, Bastián te amo, por ti soy lo que soy, mi bebé.

Pamela González Ahumada

Quiero agradecer a todas las personas presentes durante esta importante etapa. En primer lugar quiero agradecer a Dios quien ha sido mi luz en cada momento de mi vida y pilar fundamental. Asimismo, agradezco a mis padres Eduardo y Nelly por brindarme la oportunidad de estudiar en la Universidad y obtener un título profesional, sacrificando su pena y preocupación permitiéndome partir del cálido hogar para alcanzar mis metas, por su cariño y valores que hoy me hacen la persona que soy.

A mi hermana Pamela, por estar siempre a mi lado en los momentos de alegrías y tristezas, por su preocupación y su compañía. A mis familiares cercanos que brindaron su apoyo con palabras de aliento y buenos deseos.

Agradezco a Carlos por compartir nuestras vidas hace 5 años convirtiéndose en mi gran compañía y apoyo incondicional, por su paciencia, su cariño, su amistad y sobre todo por su gran amor.

Además, quiero dar las gracias a mis amigos que han sido un pilar importante en mi vida, especialmente a Oscar y Elizabeth que han estado desde el comienzo de esta etapa compartiendo grandes momentos de tristeza y felicidad que aún nos mantienen unidos, gracias por su amistad.

Viviana González Rojas

Al finalizar esta etapa tan importante de mi vida, quiero dar las gracias a todas aquellas personas que me han acompañado en este largo proceso.

En primer lugar, quiero agradecer a mis Padres, Ingrid y Luis quienes confiaron en mí dándome la oportunidad de estudiar y ser profesional, apoyándome, guiándome, brindándome su cariño y comprensión en las acertadas y equivocadas decisiones. A mi Padre, por su constante optimismo y confianza depositada en mí y a mi Madre por su ayuda, consejos y cariño incondicional.

No puedo dejar de agradecer a Sebastian, la persona que ha acompañado todos mis años de estudio, brindándome su amor, apoyo, comprensión, por sus constantes incentivaciones para seguir adelante a pesar de las dificultades que se nos han presentado en el camino, y finalmente por su ayuda incondicional en esta nueva etapa de familia.

Por último, quiero agradecer a la personita más importante de mi vida, a mi hijo Gaspar, quien desde antes de su nacimiento ha sido la razón de todas mis decisiones e inspiraciones, quien me ha dado las fuerzas para seguir adelante en este largo pero necesario proceso y sin duda hoy es quien hace de mi vida una alegría.

Francisca Miranda García

Al llegar a este momento tan anhelado no puedo dejar de agradecer a quienes estuvieron a mi lado durante todo este proceso.

Para comenzar quiero agradecer a mi familia, pilar fundamental en mi formación y educación, quienes me han apoyado e inculcado valores, creencias e ideales que guían mi vida. En especial agradezco a mis padres, Héctor y Carmen Gloria, que con esfuerzo y dedicación, me han entregado las herramientas y facilidades para crecer como persona, así como las mejores oportunidades para obtener la herencia más preciada, mi educación. Agradecer también a mis hermanos, primos, tíos y tías, que siempre me han acompañado y estado presente en los momentos en que los necesité.

Aprovecho esta instancia para agradecer de todo corazón y hacer un homenaje a dos personas muy importantes en mi vida, que estuvieron siempre presentes, entregándome cariño y sabiduría y que en el transcurso de este año dejaron este mundo, para seguir acompañándome desde un lugar mejor. Este reconocimiento es para mi abuelita Norma y Abuelita Ana, quienes con perseverancia, valentía y sobre todo con amor, formaron los cimientos de lo que hoy es una sólida y unida familia, que las añora, extraña y que siempre las tendrá en sus recuerdos y corazones.

Para finalizar agradezco a todas las personas que han aportado algo a lo que soy hoy, amigas como Gabriela, Maite, Daniela, Manuela, Carla y Silvana, que siempre han creído en mí y han estado a mi lado. Profesoras de la carrera que me han instado a dar lo mejor de mí y a David, mi pololo, que me ha comprendido, acompañado y amado a pesar de la distancia.

Marcela Rodríguez Paredes

Índice

Introducción.....	1
Capítulo I	
I. Planteamiento del problema.....	4
I.1 Antecedentes Generales de la Investigación.....	5
I.2 Justificación y Relevancia.....	7
I.3 Delimitación.....	8
I.4 Preguntas de la Investigación.....	8
I.5 Objetivos.....	9
Capítulo II	
II. Marco Teórico Referencial.....	10
II.1 Educación y Salud: Nuevos desafíos.....	11
II.1.1 Políticas públicas.....	13
II.1.2 Leyes.....	16
II.2 Estilos de Vida Saludable.....	20
II.2.1 Condicionantes de la Salud.....	23
II.2.1.1 Alimentación.....	23
II.2.1.2 Actividad Física.....	23
II.2.1.3 Tabaco, Alcohol y Drogas.....	24
II.2.1.4 Medio Ambiente.....	24
II.2.1.5 Factores Protectores Psicosociales.....	25
II.2.2 Factores de la Salud a Considerar en la Propuesta.....	25
II.2.2.1 Alimentación Saludable.....	25
II.2.2.1.1 Excesos Nutricional, Obesidad.....	28
II.2.2.1.2 Déficit Nutricional, Desnutrición.....	30
II.2.2.2 Actividad Física.....	31
II.2.2.2.1 Sedentarismo.....	31
II.3 Promoción de la Salud.....	34
II.3.1 Jardines Infantiles Promotores de la Salud.....	38
II.3.2 Acreditación.....	40
Capítulo III	
III. Marco Metodológico.....	43
III.1 Tipo de investigación.....	44
III.2 Diseño metodológico.....	45
III.2.1 Fase I: Diagnóstico y Detección del Problema.....	46
III.2.2 Fase II: Elaboración de Propuesta Educativa.....	47

III.2.3 Fase III: Ejecución- Acción de la Propuesta Educativa.....	47
III.3 Unidad de análisis.....	50
III.4 Técnicas, Métodos y Procedimientos de recogida de análisis de información.....	50
III.4.1 Recopilación de Documentos: Documentos Oficiales.....	51
III.4.1.1 Proyecto Educativo Institucional (PEI).....	51
III.4.1.2 Planificación.....	51
III.4.2 Entrevistas.....	52
III.4.3 Notas de Campo Observacionales.....	53
III.4.4 Registros Abiertos.....	53
III.5 Análisis de Información.....	54
III.6 Propuesta Educativa.....	54
III.6.1 Fundamentos de la Propuesta.....	54
III.6.2 Objetivos.....	55
III.6.3 Ejes y Focos de la Propuesta.....	56
III.6.4 Principios Orientadores de la Propuesta.....	57
III.6.5 Estrategias Metodológicas para la Propuesta.....	59
III.6.6 Sesiones de Trabajo de la Propuesta.....	60
III.6.7 Evaluación de la Propuesta.....	63
III.7 Limitaciones de la Investigación.....	64

Capítulo IV

IV. Hallazgos.....	66
IV.1 Hallazgos en Relación a la Fase I.....	67
IV.1.1 Documentos Oficiales.....	67
IV.1.1.1 Análisis Proyecto Educativo Institucional (PEI).....	67
IV.1.1.2 Análisis Planificaciones.....	70
IV.1.1.3 Análisis Notas de Campo Observacionales de diagnóstico.....	70
IV.2 Hallazgos en relación a la Fase II.....	74
IV.2.1 Análisis Entrevistas Familia y Personal Educativo.....	74
IV.2.1.1 Categorías.....	75
IV.2.2 Análisis Entrevistas de Niños y Niñas.....	79
IV.2.2.1 Categorías.....	80
IV.3 Hallazgos en relación a la Fase III.....	83

IV.3.1 Evaluación Propuesta Educativa.....	83
IV.3.1.1 Análisis Entrevista Evaluativa Familia y Personal Educativo.....	83
IV.3.1.1.1 Categorías.....	84
IV.3.1.2 Análisis Registros Abiertos Niños y Niñas.....	87

Capítulo V

V. Conclusiones.....	89
V.1 Sugerencias.....	94

Bibliografía.....	97
--------------------------	-----------

Anexos.....	102
--------------------	------------

<i>Fase I.....</i>	103
Proyecto Educativo Institucional.....	104
Notas de Campo Observacionales.....	109
Pauta de acreditación para Establecimientos Educativos Promotores de la Salud.....	118

<i>Fase II.....</i>	124
Entrevista Personal Educativo.....	125
Entrevista Niños y Niñas Segundo Ciclo.....	126
Entrevista Familia.....	127
Planificaciones Propuesta.....	128
Planificación Taller de Alimentación Saludable y Actividad Física para la Familia.....	142
Planificación Taller de Alimentación Saludable y Actividad Física para el Personal Educativo.....	143
Tríptico.....	144

<i>Fase III</i>	146
Entrevista Familia.....	147
Entrevista Personal Educativo.....	148
Registros Abiertos.....	149
Transcripciones Niños y Niñas.....	163
Transcripciones Familia.....	167
Transcripciones Personal Educativo.....	173

CD: Evidencia fotográfica Propuesta Educativa

Introducción

Con los crecientes avances tecnológicos, en torno a los medios de comunicación que han facilitado la vida del ser humano y el camino a la modernidad de un país en vías de desarrollo como lo es Chile, se han generado problemas asociados, que traen nuevos factores de riesgo como la mal nutrición, sedentarismo, tabaquismo, entre otros, que pueden llevar a enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión, así como algunos cánceres.

La tendencia a la alza de estos problemas han llevado a que las autoridades mundiales y nacionales, formulen Políticas Públicas, planes y programas enfocados a la Promoción de la Salud, dentro de ésta, se cuenta con una intervención interdisciplinaria, que involucra a los gobiernos locales, regionales, municipales, establecimientos educativos y el área laboral.

De la misma manera, en el año 1999, comenzó su trabajo el Consejo Nacional para la Promoción de la Salud VIDA CHILE, el cual, con la colaboración de diversas instituciones, trabajan por entregar herramientas, conocimiento y concientizar a la población, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los chilenos.

En la Promoción de la Salud se ha considerado de vital importancia, la intervención en los establecimientos educacionales, tomando en cuenta la responsabilidad de éstos en la formación de hábitos en las personas y en el trabajo con la familia y la comunidad circundante. Con este mismo criterio, se incrementa la importancia de la educación inicial en el compromiso con el trabajo constante desde los primeros años de vida, sabiendo que una intervención precoz facilitará la incorporación de los conocimientos y la consiguiente prevención de problemas futuros.

Es en este contexto, el Consejo VIDA CHILE ha trabajado en la creación de estrategias en conjunto con el sector educativo, creando el Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud.

La labor como educadoras de párvulos es trascendental en el trabajo e intervención temprana, teniendo la responsabilidad de generar cambios sustanciales en la calidad de vida

de niños y niñas, que a futuro tendrán más posibilidades de ser adultos sanos, logrando una población más consciente y activa hacia la importancia de la salud.

Para esta investigación, se han considerado dos de los factores de la Promoción de la Salud, que a criterio de las investigadoras, predominan hacia la formación de hábitos de vida saludables y que son de mayor pertinencia trabajar en el Jardín Infantil, los cuales hacen referencia a la Alimentación Saludable y Actividad Física.

En el siguiente estudio, se indagará respecto al significado de los Jardines Infantiles Promotores de la Salud, y respecto a las Políticas Públicas que enmarcan su quehacer, para posteriormente crear estrategias y acciones a través de una propuesta que fortalezca la labor pedagógica en torno a la Alimentación Saludable y Actividad Física del Jardín Infantil Promotor de la Salud “Los Pequeños Conquistadores”, de la Provincia de San Antonio, V Región.

La investigación se divide en los siguientes capítulos:

- El Capítulo I, plantea el Problema de la Investigación, justificación y relevancia del problema, preguntas de investigación, objetivo general y objetivos específicos, con el fin de enmarcar la temática a tratar.
- El Capítulo II, aborda el Marco Teórico Referencial que sustenta la investigación, desarrollando los temas desde la importancia de la salud en la educación y el cruce entre ambos términos, los Estilos de Vida Saludables y la Promoción de la Salud a nivel general y a nivel de la educación formal.
- El Capítulo III, da cuenta del Marco Metodológico de la investigación, donde se explica el enfoque y tipo de estudio. Se presenta la unidad de análisis elegida, así como las técnicas de recogida, análisis de la información y la Propuesta Educativa diseñada por las investigadoras.
- El Capítulo IV, describe los Hallazgos obtenidos a partir del análisis de la información recolectada, a partir de categorías y subcategorías.

- El Capítulo V, por último, presenta las Conclusiones de la investigación, donde se visualiza un profundo análisis de los objetivos planteados durante el proceso y las proyecciones que a partir de éste se generan.

Finalmente se adjuntan los anexos de la investigación, tales como, entrevistas realizadas, experiencias de aprendizaje implementadas en el Jardín Infantil, así como también registros evaluativos, entre otros.

*Las palabras Promoción de la Salud, Estilos de Vida Saludable, Actividad Física, Alimentación Saludable y Propuesta Educativa, se escribirán con mayúscula al inicio de la palabra para destacarlas por ser palabras claves de la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

I.1 Antecedentes generales de la Investigación

La educación parvularia, entendida como la educación para niños y niñas desde los 3 meses hasta los 5 años 11 meses de edad, se preocupa por promover el desarrollo integral de éstos. Con el término integral, se hace referencia al desarrollo de todas las dimensiones de las personas con las que cuentan los párvulos para su crecimiento, considerando sus necesidades e intereses, utilizando la afectividad como herramienta esencial para el logro de aprendizajes significativos. Dentro de estas áreas fundamentales, ha cobrado en los últimos años suma importancia la promoción de una vida saludable, que procure la realización de experiencias educativas en el tema. Las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, expresan en relación a esto que, “Para promover la comprensión de Estilos de Vida Saludables es importante que los niños relacionen hábitos, ambientes y alimentos con un sano crecimiento y desarrollo. Para esto se sugiere realizar actividades físicas y de aventura al aire libre, organizar el cultivo de algunos vegetales y plantas, entre otros, en un contexto donde se aprecie el cuidado de la naturaleza”. (Ministerio de Educación, 2002, p.43).

A partir del año 2006, con la promulgación de la Ley de Acceso a la educación y a las metas estipuladas en el Gobierno de la Presidenta Michelle Bachelet, se ha aumentado la cobertura considerablemente de los Jardines Infantiles en todo el país, “implementando acceso gratuito a salas cunas o modalidades equivalentes, para niños y niñas cuya madre, padre o guardador/a, se encuentre trabajando, estudiando o buscando trabajo, y pertenezcan a hogares del 60% más vulnerable de la población nacional”.(Art.12, Ley 20.379). En este contexto, niños y niñas permanecen gran parte del día en los Jardines Infantiles, siendo éste junto al entorno familiar, la institución responsable de la construcción de nuevos conocimientos y formación de hábitos.

La Promoción de la Salud, es cada vez más importante en nuestra sociedad, en especial dentro de la primera infancia, debido a que se ha tomado conciencia de la relevancia de los primeros años de vida, como etapa fundamental del desarrollo humano.

Asimismo, se han considerado altos índices de problemas a edades tempranas, en torno a los hábitos que perjudican la salud y la escasa intervención que existe para mejorarlos, así lo afirma el MINSAL en su página web, donde menciona que 1 de cada 10 niños y niñas presentan obesidad.

Es por este motivo, que se ha considerado la necesidad de reducir estos índices de obesidad y sedentarismo, los cuales, como se ejemplificó en el párrafo anterior, comienzan a muy temprana edad y pueden traducirse en futuras enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), aumentando los índices actuales, que muestran que el 34 % de la población chilena tiene hipertensión arterial, 35% hipercolesterolemia, 30% hipertrigliceridemia, 16% intolerancia a la glucosa, 23% síndrome metabólico y 55% riesgo cardiovascular alto. (MINSAL 2003)

Tomando en cuenta la contingencia y relevancia de este tema, es que la Carrera de Educación Parvularia de la Universidad de Valparaíso, en el cuarto año de formación de sus estudiantes, ofrece la posibilidad de escoger entre dos menciones orientadas al área de la salud, entre éstas, la mención “Promoción de la Salud” que pretende inculcar en las educadoras que de sus aulas egresen, un sello que muestre diferencia con otros profesionales de la educación, ayudando a que las generaciones de niños y niñas que eduquen, tengan internalizado desde los primeros años de vida como llevar una vida sana y activa.

Por otro lado, investigaciones anteriores de alumnas tesisistas de la Carrera de Educación Parvularia, como *“Acciones para la Promoción de la Salud, en un Jardín Infantil acreditado como Promotor de la Salud: estudio de caso”* (Benavente G., Leiva I. y Mancilla R., 2009), evidencian la importancia de las acciones que se realizan en los Jardines Infantiles para la Promoción de la Salud, dando cuenta la relevancia de los Estilos de Vida Saludable en los Jardines Infantiles con este sello.

Asimismo, a través de las experiencias en prácticas de formación y profesional de las investigadoras, se han observado Jardines Infantiles que cuentan con la acreditación otorgada por el Comité VIDA CHILE, como Promotores de la Salud, que en sus rutinas diarias, evidencian la Promoción de Estilos de Vida Saludable, lo que les permite a los Niños y Niñas experimentar situaciones que fomenten sus hábitos saludables, con el fin de erradicar el sedentarismo, obesidad y prevenir futuras enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

A pesar de lo comentado anteriormente, se considera que las acciones visualizadas en los centros educativos, son escasas y no logran ser coherentes con el sello de

Promotores de la Salud, por lo que es necesario realizar nuevas propuestas que ayuden a fortalecer el trabajo educativo de estos Jardines Infantiles.

I.2 Justificación y Relevancia

Los índices de obesidad y sedentarismo en los últimos años se han incrementado notoriamente en la sociedad nacional y mundial, por tanto la obesidad, “Se constituye como la enfermedad metabólica más prevalente en los países desarrollados y en los en vías de desarrollo. Este hecho hace que se acuñe con el término de Epidemia del Siglo XXI...”. (Moreno, y otros, 2000, p.1).

De la misma forma, la sociedad actual mantiene un ritmo de vida cada vez más acelerado, tanto en el trabajo, escuela y el hogar, lo cual, impide realizar Actividad Física y mantener una alimentación equilibrada y saludable, teniendo por consecuencia, el incremento de ECNT, como una de las principales causas de muerte en nuestro país, así lo señala la Organización Panamericana de la Salud (OPS), en base a la Encuesta Nacional de Salud (ENS) del año 2003, donde se menciona que la mortalidad por ECNT corresponde a un 58% de las causas de muerte en Chile.

Por lo anterior, la siguiente investigación pretende obtener nuevos conocimientos sobre una de las problemáticas más importantes que aquejan a la sociedad, como son los malos hábitos en salud. Para lo cual, se considera fundamental indagar acerca de las percepciones sobre el tema, que presenta la comunidad educativa del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, donde dos de las investigadoras llevaron a cabo la práctica profesional, esto se realiza con el propósito de diseñar y llevar a cabo una propuesta que favorezca la Alimentación Saludable y Actividad Física.

La investigación, busca beneficiar a niños, niñas, familias y personal educativo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, con el fin que la comunidad educativa valore los Estilos de Vida Saludable, en torno a la Alimentación Saludable y Actividad Física.

Por otro lado, se considera relevante el beneficio de la investigación para otros profesionales de la educación, facilitando nuevas estrategias y permitiendo renovar conocimientos en relación a la Promoción de la Salud, propiciando una labor que genere

mayores beneficios para los educandos de otros Jardines Infantiles con el sello de Promotores de la Salud.

Finalmente, se pretende a largo plazo, entregar un beneficio a la sociedad que ayude a mejorar la calidad de vida y la reducción de gastos extras en el área de la salud para el estado, disminuyendo las altas tasas de sedentarismo y mal nutrición con la consiguiente prevención de ECNT.

I.3 Delimitación

La siguiente investigación se realizará en el Jardín Infantil Vía Transferencia de Fondos (VTF), supervisado por la Junta Nacional de Jardines Infantiles (JUNJI), “Los Pequeños Conquistadores”, acreditado como Promotor de la Salud, ubicado en la calle Manuel Montt s/n, comuna de San Antonio, región de Valparaíso, donde se realiza la práctica profesional de dos de las investigadoras.

El Jardín Infantil está conformado por 2 Educadoras de Párvulos, encargadas del nivel medio y sala cuna, y 5 técnicos de párvulos, 3 de ellas encargadas de sala cuna y 2 del nivel medio.

El primer ciclo está conformado por sala cuna mayor y menor y tiene la capacidad de atender a 15 niños y niñas, por otro lado, el segundo ciclo compuesto por un nivel heterogéneo del Jardín Infantil tiene una capacidad de 40 niños y niñas aproximadamente.

I.4 Preguntas de Investigación

- ¿Qué acciones pedagógicas se realizan en el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores” acreditado como Promotor de la Salud, que favorezcan los Estilos de Vida Saludable?
- ¿Qué estrategias pedagógicas se pueden implementar en el Jardín Infantil para fomentar los Estilos de Vida Saludable, en relación a la Actividad Física y Alimentación Saludable.

- ¿Cuáles son las percepciones que tiene la Comunidad Educativa, de una Jardín Infantil Promotor de la Salud, acerca de la Alimentación Saludable y Actividad Física?

I.5 Objetivos

I.5.1 Objetivo general

- Diseñar e implementar a partir de las percepciones recogidas, una Propuesta Educativa dirigida a la Comunidad Educativa del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores” que favorezca la Promoción de la Salud, enfocada a la Actividad Física y Alimentación Saludable.

I.5.2 Objetivos específicos

- Conocer las acciones implementadas por el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores” en torno a la Promoción de Estilos de Vida Saludable.
- Elaborar Propuesta Educativa para la mejora de la Promoción de la Salud en los aspectos de Alimentación Saludable y Actividad Física para niños y niñas, familia y personal educativo.
- Implementar una Propuesta Educativa relacionada con la Promoción de la Salud, en aspectos relacionados con la Alimentación Saludable y práctica de Actividad Física, en el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.
- Identificar las percepciones de la comunidad educativa en torno a la Propuesta Educativa aplicada.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

II.1 Educación y Salud: Nuevos desafíos

La Organización Mundial de la Salud (OMS), adoptó en el año 1958 el concepto de salud definido como: “El completo bienestar físico, psíquico y social y no sólo la ausencia de enfermedad o accidente”, nos referimos con esto, a una situación de equilibrio entre el individuo con su medio y a la capacidad de éste para adaptarse a los cambios del entorno, lo cual llevará a un bienestar integral. Asimismo, se debe considerar el concepto de educación como:

...Un proceso de adaptación constante del individuo al medio en el que desarrolla su existencia. Debe ser un proceso racionalmente organizado en que se debe procurar que dicha adaptación no se produzca tan solo en la línea de conseguir aquellas nuevas habilidades técnicas o destrezas sociales requeridas por la propia evolución de la sociedad, sino también en la línea de perfeccionar la dimensión moral de las personas. (Núñez y Romero, 2008, p.37).

Ambos conceptos se encuentran entrelazados, dependiendo el uno del otro, entendiendo de acuerdo a las definiciones, que ambos términos apuntan al bienestar integral tanto físico como psicológico de las personas, para aspirar a una buena calidad de vida, teniendo en cuenta, que el ser humano está constituido por aspectos biológicos, psicológicos, intelectuales, espirituales y sociales; por lo que una formación integral se logra al considerar , “Al ser humano como un sistema complejo, en el que cada subsistema crezca y se desarrolle armoniosa y proporcionadamente para así alcanzar la plenitud de cada parte, cuyo resultante será la plenitud del sistema total denominado PERSONA”. (Sierra, 2004).

Es por esto, que la Promoción en Salud en el ámbito escolar tiene una larga tradición en América Latina (Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003), comenzando por el programa de higiene en la escuela, inspirado por la experiencia Europea, donde fueron incorporadas las normas de higiene y control de enfermedades. Luego, en los años 50 se incorporaron programas de prevención como la vacunación y programas de nutrición. Posteriormente, en las décadas del 70 y 80 se realizan movimientos de “Salud para todos” (Alma Ata, 1978) y “Educación para todos.”

(Jomtien, 1990), que lograron dar un alcance político y social a los programas, fortaleciendo la Política Pública en salud, dando importancia a la salud escolar y la nutrición. (Sierra, 2004).

La importancia de la Promoción de la Salud desde la educación, lleva a que distintas organizaciones, como la Organización Panamericana de la Salud (OPS), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y agencias internacionales, como el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), Organización de las Naciones Unidas para la Educación (UNESCO) y el Banco Central, otorguen recursos y cooperación para asegurar el avance en el desarrollo de salud escolar, así se expresa, en el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica de Estilos de Vida Saludable, “Se hace necesario desarrollar estrategias educativas en materias de salud, ya que, es por todos nosotros sabido que precozmente se adquieren los hábitos y conductas que perdurarán de por vida y que tendrán mucha influencia en la calidad de vida futura y en la aparición de trastornos físicos y mentales” (Ministerio de Educación, 2002, p.5).

Asimismo, la escuela se ha convertido en una instancia esencial para la Promoción de la Salud, esta importancia ha llevado a que el Plan Nacional de Promoción de la Salud (MINSAL, 1998) , para cumplir las metas impuestas con respecto a las prioridades sanitarias, desarrolle dentro de las estrategias que utiliza, la implementación de espacios saludables, especificando entre éstos, los establecimientos educacionales, dando la importancia de la educación en la formación de hábitos, conocimientos y la influencia que ésta tiene en la vida de los estudiantes, familia y comunidad. De esta manera, un educando que se encuentra saludable psicológica y físicamente, estará con una mejor disposición para el aprendizaje, más atento y participativo, logrando así un mejor rendimiento en su educación.

En conclusión, los nuevos desafíos de la educación y salud, se enmarcan en un trabajo colaborativo, el Dr. Henri Jouval, (2003), menciona que la educación y la salud se fortalecen mutuamente, considerando que el tema de la educación no sólo está involucrada en la enseñanza formal, sino que también en la informal, la cual se adquiere en otros ámbitos de la vida cotidiana y que puede actuar como una fuerza poderosa para promover la salud.

II.1.1 Políticas públicas

La Promoción de la Salud y la educación en Estilos de Vida Saludable, han tomado fuerza e importancia en los últimos tiempos, debido a la creciente alza de factores de riesgos y ECNT asociadas, detectadas en la población chilena. En este sentido, se pueden apreciar las siguientes tablas publicadas por el Instituto Nacional de Estadísticas (INE), a través de la Encuesta Nacional de Vida y Salud, realizada entre Noviembre y Diciembre del año 2001, éstas se basaron en 6.228 encuestas realizadas a personas mayores de 15 años, que habitan las viviendas consultadas en todo el país, utilizando como base muestral el marco definido por el Censo de Población y Vivienda del año 1992. En referencia al tema de los hábitos alimenticios se presenta lo siguiente:

Tabla 1: Percepción del peso

	Frecuencia.	Porcentaje.	Porcentaje válido.	Porcentaje acumulado.
Válido.				
Bajo peso	850169	7,6	7,6	7,6
Normal	6546159	58,2	58,4	65,9
Sobre peso y obeso	3739126	33,2	33,3	99,3
No sabe	80526	0,7	0,7	100,0
Total	11215977	99,7	100,0	
Perdidos Sistema	36500	0,3		
Total	11252477	100,0		

* Fuente Encuesta Nacional de Vida y Salud, INE, 2006, p.25.

Tabla 2: Mantención del peso

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
No	7387701	65,7	65,7	65,7
Si	3864776	34,3	34,3	100,0
Total	11252477	100,0	100,0	

*Fuente Encuesta Nacional de Vida y Salud, INE, 2006, p.24.

En relación a la primera tabla, en la cual se muestra la percepción que tienen los encuestados de su propio peso, se observa que el 33,2% de los encuestados consideran que se encuentran en la clasificación de sobre peso u obesos, un 7,6% dice considerarse bajo peso y un 58,2% cree que su estado es normal, haciéndose una contradicción al observar la segunda tabla que indica el porcentaje de encuestados que realizan alguna acción para mantener un peso adecuado, donde un 65,7% de la muestra expresa no hacer nada por este fin.

En cuanto a la Actividad Física se puede apreciar la siguiente tabla, donde se representa que la gran parte de la población encuestada expresa realizar escaso ejercicio físico.

Tabla 3: Frases de Actividad Física

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Estoy básicamente sentado y camino poco	2676454	23,8	23,8	23,8
Camino bastante pero no realizo esfuerzo vigoroso	4577155	40,7	40,7	64,6
Hago esfuerzos vigorosos constantemente	1393674	12,4	12,4	77,0
Mi actividad es básicamente vigorosa y de mucha actividad	3588390	23,0	23,0	100,0
Total	11235672	99,9	100,0	
Perdidos en el sistema	16805	0,1		

Total	11252477	100,0		
--------------	----------	-------	--	--

* Fuente Encuesta Nacional de Vida y Salud, INE, 2006, p.26

Teniendo en cuenta estos índices y el incremento de la mortalidad a causa de las ECNT, se han formulado Políticas Públicas que apuntan a optimizar estos aspectos y mejorar la calidad de vida de la población chilena. “Las políticas públicas son en general, las que crean las posibilidades para que las personas puedan disfrutar de una buena calidad de vida” (Albala, C y otros, 2004, p.1). Estas políticas, deben ser diseñadas pensando en qué hace saludable a la población, teniendo en cuenta, consideraciones valóricas, situación de salud y calidad de vida de las personas y deben enfocarse en los determinantes sociales y los condicionantes de la salud, particularmente cuando se relacionan con las nuevas realidades generadas por la modernización, globalización, y el impacto del modelo de sociedad en la salud de la población.

Por otro lado, las Políticas Públicas deben crear las condiciones necesarias para desarrollar Estilos de Vida Saludable, permitiendo que se brinde a la población las oportunidades para cambiar su conducta, existiendo así, una preocupación explícita por la salud.

Con este criterio, desde el año 1997, el Ministerio de Salud ha trabajado en conjunto con el área de educación, una estrategia para la Promoción de la Salud. En Noviembre del año 1999, se generó en Chile

Una Política de Estado en Promoción de Salud, de carácter intersectorial y participativa, destinada a lograr Estilos de Vida y ambientes más saludables, mediante el compromiso activo de la sociedad chilena en la construcción de la salud y calidad de vida, constituye uno de los desafíos gubernamentales de mayor trascendencia en el país. Una Política de Estado que beneficie a todos los ciudadanos sin distinción, que cuenta con legislación y financiamiento adecuado y que trascienda a los Gobiernos. (Fernández y otros, 2005 p. 1).

De tal manera, se crea en Noviembre de 1999, el Consejo Nacional para la Promoción de la Salud (Decreto Supremo N° 708 del 5.11.1999 del Ministerio de Salud), con la imagen corporativa VIDA CHILE, organismo de carácter intersectorial integrado por 25 instituciones nacionales, dentro de las cuales se encuentran las instituciones encargadas de los Jardines Infantiles, ampliando y fortaleciendo el trabajo. El comité VIDA CHILE, es el encargado de asesorar a los ministerios y gobiernos regionales y locales, apoyar la ejecución de los planes de Promoción de Salud, coordinar los esfuerzos destinados a la creación de estilos y ambientes saludables, y recomendar Políticas Públicas saludables.

En este sentido, la escuela tiene una labor fundamental en el cumplimiento de las Políticas Públicas, puesto que son una instancia primordial para la educación en salud, debido a que articulan el ámbito público con la vida privada y la familia. La escuela, incluye a todos los sectores sociales, siendo ésta, el primer espacio público en el que está inserto el niño y la niña, y por lo mismo, el lugar fundamental para la prevención y Promoción de la Salud, como un aprendizaje transversal dentro del curriculum, visualizada como un eje integrador ante la diversidad social del país. Según Cullen: “La creciente demanda a la escuela de ocuparse de temas críticos o problemáticos para la vida, como la salud (...) tiene una connotación política.” (1998, p.18).

II.1.2 Leyes

Se entiende por Ley, según la XXII edición del Diccionario de la Real Academia Española (RAE), El precepto dictado por la autoridad competente, en que se manda o prohíbe algo en consonancia con la justicia y para el bien de los gobernados, en el régimen constitucional, disposición votada por las Cortes y sancionada por el jefe del Estado.

Dentro de la Promoción de la Salud y Estilos de Vida Saludable, existen factores que influyen de manera significativa, por lo cual, el Gobierno de nuestro país ha promulgado diversas legislaciones que benefician la salud, con la finalidad de prevenir y reducir factores de riesgo que deterioren el bienestar integral de las personas. A continuación se especificarán las leyes que definen y rigen su cumplimiento:

Actividad Física

Con respecto a la Actividad Física, la Ley contempla artículos que aseguran la obligación del Estado de ofrecer las oportunidades y espacios a la sociedad para realizar dichas actividades. Se encuentra claramente especificada esta situación en la Ley del Deporte en su Artículo 2º, 2001 que menciona lo siguiente:

“Es deber del Estado crear las condiciones necesarias para el ejercicio, fomento, protección y desarrollo de las actividades físicas y deportivas, estableciendo al efecto una política nacional del deporte orientada a la consecución de tales objetivos.

El Estado promoverá las actividades anteriores a través de la prestación de servicios de fomento deportivo y de la asignación de recursos presupuestarios, distribuidos con criterios regionales y de equidad, de beneficio e impacto social directo, que faciliten el acceso de la población, especialmente niños, adultos mayores, discapacitados y jóvenes en edad escolar, a un mejor desarrollo físico y espiritual.” (Ley: 19712, Artículo 2º, Ley del Deporte, 2001).

Del mismo modo, se explicita en el Artículo 5º de la misma Ley, la definición del concepto de deporte que considera el Estado de Chile:

Se entiende por formación para el deporte la puesta en práctica de procesos de enseñanza y aprendizaje a cargo de profesionales o técnicos especializados vinculados a la actividad física-deportiva, cuyo objetivo es el desarrollo en las personas de aptitudes, habilidades y destrezas necesarias para la práctica de los distintos deportes; el conocimiento de los fundamentos éticos, técnicos y reglamentarios de las especialidades deportivas, y la práctica sistemática y permanente de actividades deportivas para niños, jóvenes y adultos.

En el mismo Artículo, se expresa el deber de las instituciones educativas de contemplar la formación para el deporte en sus currículos:

“Los planes y programas de estudio de la educación básica y de la educación media deberán considerar los objetivos y contenidos destinados a la formación para el deporte. El marco curricular de enseñanza de la educación preescolar deberá considerar contenidos destinados a enseñar el valor e importancia del deporte, sus fundamentos y a motivar e incentivar su práctica.”

Se incluye también en el mismo Artículo de la Ley 19712, Ley del Deporte quienes deben ser los encargados de educar para el deporte si es que no se cuenta con profesionales especializados:

“A falta de los profesionales o técnicos especializados, señalados en el inciso primero de este artículo, podrán estar a cargo de los procesos de formación para el deporte, las personas con capacitación acreditada por el Instituto Nacional de Deportes de Chile y con la autorización de la Secretaría Regional Ministerial respectiva.

El Ministerio de Educación establecerá un Sistema Nacional de Medición de la Calidad de la Educación Física y Deportiva para ser aplicado al finalizar la Educación Básica, debiendo consultar previamente al Instituto Nacional de Deportes de Chile”. (Ley 19712, ley del Deporte, 2001)

Alimentación

La alimentación y nutrición de la población chilena esta regida por el Reglamento Sanitario de los Alimentos, del Ministerio de Salud, aprobado por Decreto Supremo N°977 de 1996, el cual establece las condiciones sanitarias a que deberá ceñirse la producción, importación, elaboración, envase, almacenamiento, distribución y venta de alimentos para uso humano, con el fin de proteger la salud y nutrición de la población y garantizar el suministro de alimentos sanos e inocuos.

Según el Artículo N° 2 de este reglamento, se define como alimento o producto alimenticio a: “Cualquier sustancia o mezclas de sustancias destinadas al consumo humano, incluyendo las bebidas y todos los ingredientes y aditivos de dichas sustancias.”

Asimismo, en el Artículo 109, se hace referencia a que la información en el rótulo deberá estar en idioma castellano, pudiendo repetirse eventualmente en otro idioma. Los datos deberán señalarse con caracteres visibles, indelebles y fáciles de leer en circunstancias normales de compra y uso.

En relación a la Alimentación Saludable, se menciona en el Artículo 114 que, “Todos los alimentos que en su rotulación o publicidad declaren propiedades saludables o, cuando su descripción produzca el mismo efecto, quedarán afectos a la declaración de nutrientes tal como lo establece el presente reglamento. Las declaraciones de propiedades saludables deberán ser científicamente reconocidas o consensuadas internacionalmente y deberán estar enmarcadas dentro de las normas técnicas sobre directrices nutricionales aprobadas por resolución del Ministerio de Salud, la que se publicará en el Diario Oficial”. De igual manera, en el Artículo 120 se hace referencia que, “Destacar las cualidades de un alimento o producto en cuanto a determinados nutrientes, sólo se permitirá el uso de los descriptores que a continuación se indican: libre, bajo aporte, buena fuente, alto, reducido, liviano, extra magro, muy bajo en sodio”.

Tabaco

En relación al consumo de tabaco, se crea la Ley. 19.419 de 1995, que regula la venta de productos a menores de edad y señala advertencias sobre el daño en envases y publicidad. Sobre la venta de cigarrillos a menores de edad, se menciona en el Artículo N° 4 lo siguiente: “Se prohíbe la comercialización, el ofrecimiento, distribución o entrega a título gratuito de los productos hechos con tabaco a las personas menores de 18 años de edad. Las máquinas expendedoras automáticas de este tipo de productos sólo podrán instalarse en establecimientos, lugares o recintos a los cuales, por disposición de la ley, no tengan acceso los menores de edad”.

Por otro lado, se incluye restricciones para fumar en determinados lugares de uso y transporte público e incorporación en planes del sector educación.

Factores Protectores Psicosociales

En cuanto a los factores protectores psicosociales, la Ley 19.418 aprobada por Decreto Supremo N° 58 de 1997, del Ministerio del interior sobre juntas de vecinos y demás organizaciones comunitarias, facilita el derecho de asociación e impulsa el desarrollo de organizaciones. La Ley Orgánica Constitucional de las municipalidades, obliga a constituir un “Fondo de Desarrollo Vecinal” dedicado a colaborar con el financiamiento de estas organizaciones. El país cuenta además, con un “Instructivo Presidencial de Participación Ciudadana”.

Medio Ambiente

La Ley 19.300 de 1994 “Bases Generales del Medio Ambiente”, en relación al medio ambiente, da cumplimiento a la garantía constitucional relativa al derecho a vivir en un ambiente libre de contaminación e impone al Estado el deber de velar para que este derecho no sea afectado. Las bases establecen que deberá favorecerse la participación ciudadana y promover campañas educativas destinadas a la protección del medio ambiente. Además, establece instrumentos de gestión ambiental que favorecen la educación ambiental, la participación ciudadana y los planes de manejo orientados a la prevención o descontaminación ambiental.

II. 2 Estilos de Vida Saludable.

Desde una perspectiva integral, la Doctora Luz Helena Maya (1997), del Instituto de Salud Pública de México, señala que es necesario considerar los Estilos de Vida como parte de un concepto colectivo y social, que comprende tres aspectos interrelacionados: el material, el social y el ideológico.

En lo material, el estilo de vida se caracteriza por manifestaciones de la cultura material: vivienda, alimentación, vestido.

En lo social, según las formas y estructuras organizativas: tipo de familia, grupos de parentesco, redes sociales de apoyo y sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones.

En el plano ideológico, los estilos de vida se expresan a través de las ideas, valores y creencias que determinan las respuestas o comportamientos a los distintos sucesos de la vida.

Desde esta perspectiva integral, se entiende que el objetivo es dignificar la persona humana en la sociedad a través de mejores condiciones de vida y de bienestar, es así que los estilos de vida se han identificado principalmente con la salud en un plano biológico, pero no la salud como bienestar biopsicosocial espiritual y como componente de la calidad de vida. Tal como se expresó anteriormente, definiendo la salud, según la OMS, como un bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedades.

Según Restrepo y Málaga (2001, p. 28.) “Los estilos de vida saludable se definen como ciertos cambios conductuales que se producen por intervenciones promocionales, orientados a mejorar la calidad de vida de una persona”, considerando a estos autores, se puede apreciar que son procesos sociales, tradiciones, hábitos y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida.

“Los estilos de vida saludable son determinados por la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar, por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social.” (Luz Helena Maya, 1997).

Según este concepto que otorga importancia al entorno o al que pertenece cada persona, además de las acciones propias, la autora menciona los siguientes factores determinantes en los Estilos de Vida Saludable, puesto que se consideran relevantes para esta investigación, para un bienestar integral:

- Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción.
- Mantener la autoestima, el sentido de pertenencia y la identidad.
- Mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender.
- Brindar afecto y mantener la integración social y familiar.
- Promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación.
- Capacidad de autocuidado.

- Seguridad social en salud y control de factores de riesgo como obesidad, vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo, abuso de medicamentos, estrés, y algunas patologías como hipertensión y diabetes.
- Ocupación de tiempo libre y disfrute del ocio.
- Comunicación y participación a nivel familiar y social.
- Accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, culturales, recreativos, entre otros.

Sin embargo, la estrategia para desarrollar estos Estilos de Vida Saludable, principalmente es el autocuidado, el quererse uno mismo y el contar con un espacio tanto en la escuela como en su casa, que esté de acuerdo a los objetivos, como hace referencia en este contexto, el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica de Estilos de Vida Saludable, “Los ambientes educacionales constituyen un lugar estratégico donde, además de aumentar el potencial de aprendizaje de los alumnos, se pueden coordinar, integrar e implementar intervenciones de promoción de la salud y búsquedas para mejorar las condiciones de vida de las personas” (Ministerio de Educación, 2002, p.5).

Es importante destacar que a partir del año 2004, en nuestro país, en relación a la Promoción de los Estilos de Vida Saludable, se comienza a implementar una estrategia amplia, como plataforma para impulsar todas las iniciativas que contribuyan a la Promoción de la Salud.

Es así, como en conjunto con VIDA CHILE se han formulado las prioridades sanitarias y condicionantes para la salud a intervenir desde la Promoción, por lo que se han incorporado estas metas al MINSAL en los objetivos sanitarios de la Reforma de Salud.

De acuerdo a esto, la educación para la salud en nuestro país, ha definido seis condicionantes que mejoran la calidad de vida y construyen una comunidad educativa saludable, éstos se precisan en el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica, Estilos de Vida Saludable (Ministerio de Educación, 2002, p.5).

Condicionantes que se exponen a continuación:

- Alimentación
- Actividad Física
- Factores Protectores Psicosociales
- Medio Ambiente
- Tabaco/ Alcohol y Drogas.

II.2.1 Condicionantes de la Salud

II.2.1.1 Alimentación

El Ministerio de Salud (MINSAL), define a la Alimentación Saludable como aquella que entrega todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para que cada persona se mantenga saludable, esto significa, que la persona debe: consumir diferentes alimentos al día, aumentar el consumo de frutas, verduras y legumbres, usar de preferencia aceites vegetales, consumir preferentemente carnes blancas como pescado, pavo y pollo, aumentar el consumo de leche de bajo contenido graso, y reducir el consumo de sal y azúcar.

II.2.1.2 Actividad física

Por otra parte, en torno a la Actividad Física, la Ley del Deporte, señala la siguiente definición:

Se entiende por deporte aquella forma de actividad física que utiliza la motricidad humana como medio de desarrollo integral de las personas, y cualquier manifestación educativo-física, general o especial, realizada a través de la participación masiva, orientada a la integración social, al desarrollo comunitario, al cuidado o recuperación de su salud y a la recreación, como asimismo, aquella práctica de las formas de actividad deportiva o recreacional que utilizan la competición o espectáculo como su medio fundamental de expresión social, y que se organiza bajo condiciones reglamentadas, buscando

los máximos estándares de rendimiento. (Ley: 19712, Artículo 1º, Ley del Deporte, 2001).

II.2.1.3 Tabaco, Alcohol y Drogas

El ambiente libre de humo de tabaco, alcohol y drogas, es considerado como una de las metas que enuncia la guía para la Promoción de Estilos de Vida Saludable, según el MINSAL, con el propósito de detener el avance del consumo de tabaco que constituye un importante factor de riesgo en nuestro país y proteger a la población de la exposición al humo de tabaco ambiental, este organismo ha considerado oportuno y necesario promover el desarrollo de políticas de ambientes libres de humo de tabaco en el país.

Además de proteger a la población de la exposición al humo de tabaco, esta estrategia facilita el cambio cultural haciendo que el consumo de tabaco se constituya en una conducta individual de carácter privado y deje de ser considerado un comportamiento socialmente aceptado y fomentado.

A raíz de lo anterior, en el año 2001 se incorporó en nuestro país, el “Programa de Ambientes Libres del humo de Tabaco”, en el Plan Nacional de Promoción de la Salud, extendiéndose a través de los planes comunales de promoción a nivel nacional, y a múltiples instituciones del intersector, especialmente al sector educación.

II.2.1.4 Medio Ambiente

Según el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica, Estilos de Vida Saludable, se establece que “El medio ambiente es el lugar donde habitamos, el medio donde vivimos, por lo tanto debemos cuidarlo de tal modo que su desarrollo no represente un riesgo ecológico”. (Ministerio de Educación, 2002, p.15).

Sin embargo, los últimos años el medio ambiente se ha visto afectado por diversos factores, siendo responsables de éstos el ser humano. A raíz de lo anterior, en el año 1994, fue creada la Comisión Nacional del Medio Ambiente (CONAMA), cuerpo legal que contiene diversos instrumentos de gestión ambiental con cuya aplicación se contribuye tanto a la prevención, como a la solución de los problemas ambientales del país, teniendo por funciones el informar sobre el cumplimiento y aplicación de la normativa ambiental;

administrar el sistema de evaluación de impacto ambiental, así como el proceso de elaboración de normas de calidad ambiental y de emisión; y actuar como un órgano de consulta, análisis, comunicación y coordinación en materias ambientales.

II.2.1.5 Factores Protectores Psicosociales

Por último, en los Cuadernillos para la Reflexión Pedagógica, Estilos de Vida Saludable, se señala que los factores protectores psicosociales, “Son las condiciones o los entornos capaces de favorecer el desarrollo de los individuos o grupos y en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables”. (Ministerio de Educación, 2002, p.11)

Los factores protectores externos son condiciones del medio familiar y social que reducen la probabilidad de daño de las personas, como por ejemplo, la integración social y laboral, familia extendida, entre otros.

Por otro lado, los factores protectores internos son los atributos de la propia persona que ayudan a su salud física y mental, como la autoestima, empatía, autoconfianza, humor, entre otras.

A continuación, se desarrollarán ampliamente dos aspectos que a criterio de las investigadoras, tienen una mayor influencia en las edades tempranas, para la formación de hábitos, que incidirán en la futura calidad de vida de las personas. Los factores de Alimentación Saludable y Actividad Física son seleccionados para trabajar una Propuesta pedagógica que favorezca la Promoción de la Salud en la comunidad educativa que se inserta nuestra investigación, la cual será detallada en el Marco Metodológico.

II.2.2 Factores de la Salud a considerar en la Propuesta Educativa

II.2.2.1 Alimentación Saludable

La Alimentación Saludable es considerada como uno de los temas fundamentales en torno a la salud, por su importancia en el desarrollo psicofísico de niños y niñas en la prevención de numerosas enfermedades.

De acuerdo a diversos estudios realizados a nivel mundial, se ha podido comprobar que los hábitos de alimentación de la población infantil no siempre se ajustan a los patrones establecidos como saludables, encontrando un gran desajuste en la alimentación actual.

En el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica, enfocado en Estilos de Vida Saludables, se citan los datos de la JUNJI, 2002, que expresan: “En Chile las cifras de aumento de prevalencia de sobre peso y obesidad en los niños de educación parvularia es alarmante, llegando a un 10.8 % de sobre peso, un 21 % de obesidad y a un 30.9 % si sumamos sobrepeso y obesidad”. (Ministerio de Educación, 2002, p.7)

Con respecto a esto, Perea (2004, p.112) menciona que las tendencias actuales en torno a la alimentación, se centran en el equilibrio nutricional, la nueva forma de entender una Alimentación Saludable, es comer equilibradamente, es decir, comer las cantidades necesarias de proteínas, carbohidratos, entre otros, y así entregar al cuerpo lo necesario para mantener una alimentación sana.

Lamentablemente, tanto en los países desarrollados como en aquellos en vías de desarrollo, se observa una tendencia a disminuir el consumo de frutas, verduras, cereales integrales y legumbres, y por el contrario, aumentar el consumo de alimentos ricos en grasas saturadas, azúcar y sal.

Es por esta razón, que el sitio web de Estrategia Global en contra de la Obesidad, (EGO-Chile), del Ministerio de Salud, Chile, menciona que una Alimentación Saludable será variada, rica, entretenida, que aporte los nutrientes necesarios para el organismo en la cantidad y calidad que cada persona lo requiere de acuerdo a la condición de salud y fisiológica del momento de la vida en que se encuentra. Por lo tanto, un niño o niña no necesita lo mismo que un adulto, y un adulto puede necesitar más que otro, porque su gasto energético es mayor, debido a su trabajo o a algún tipo de Actividad Física que realice, así como también, una mujer que se encuentre embarazada.

La energía, expresada como calorías, no es el único aspecto a considerar en una alimentación sana. Lo variado, se expresa con frutas distintas, verduras diferentes, lácteos, carnes, legumbres, masas, entre otros. Además, los alimentos nos aportan un conjunto de elementos denominados nutrientes que el organismo necesita, como proteínas, vitaminas y

minerales e inclusive algunas pequeñas cantidades de ciertos tipos de grasas para una salud óptima, así se demuestra en el Cuadernillo para la Reflexión Pedagógica de Estilos de Vida Saludable: “La satisfacción de las necesidades nutricionales implica que se han de consumir diariamente alimentos de cada nivel de la Pirámide”. (Ministerio de Educación, 2002, p.7)

De acuerdo a lo anterior, el Ministerio de Salud se plantea como objetivo “Proteger la salud de la población fomentando hábitos alimentarios saludables y asegurando el consumo de alimentos inocuos y de buena calidad nutricional”.

En pro de este objetivo, se han desarrollado normativas y programas para controlar los factores, elementos o agentes presentes en los alimentos, que representen riesgo para la salud de los consumidores y/o que puedan incidir de manera gravitante en el perfil de morbi-mortalidad.

Asimismo, en base a la evidencia científica y en un trabajo conjunto con destacados expertos nacionales y también considerando la experiencia internacional, el MINSAL ha elaborado una serie de recomendaciones específicas para una buena alimentación, acorde a la cultura de nuestro país.

Las recomendaciones se mencionan a continuación:

- Consumir 3 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, quesillo o queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados.
- Comer al menos 2 platos de verduras y 3 frutas de distintos colores cada día. Comer porotos, garbanzos, lentejas o arvejas al menos dos veces por semana, en reemplazo de la carne
- Comer pescado, mínimo 2 veces por semana, cocido, al horno, al vapor o a la plancha
- Preferirlos alimentos con menor contenido de grasas saturadas y colesterol
- Reducir el consumo habitual de azúcar y sal.
- Tomar 6 a 8 vasos de agua al día.

*Fuente Ministerio de Salud, disponible en <http://www.minsal.cl/>

II.2.2.1.1 Exceso Nutricional, Obesidad

Una alimentación no adecuada, ya sea por un exceso o carencia de alimentos, que se traducen en carbohidratos, proteínas, vitaminas y nutrientes en general, pueden provocar problemas a la salud de las personas, uno de éstos es la obesidad.

“El término obesidad proviene del latín “Obesus”, que significa persona que posee exceso de gordura. En una definición más precisa, se denomina obesidad a una enfermedad caracterizada por el exceso de grasa corporal, generalmente acompañada por un exceso de peso”. (Danielle, 2006, p.11)

Asimismo, Moreno y otros (2000, p.2), la definen como un aumento en la composición de la grasa corporal que se traduce en un incremento del peso corporal.

Por otra parte, sobrepeso es definido como un exceso de peso con riesgo de obesidad. (Danielle, 2006, p.14) De igual manera, la Organización Mundial de la Salud (OMS), señala que la obesidad y el sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

Hoy en día, el avance tecnológico ha traído muchos beneficios para el ser humano, entre ellos, máquinas que facilitan el trabajo, y medios de transporte y comunicación que permiten desplazarse fácilmente, o inclusive eliminar la necesidad de movimiento. Del mismo modo, se han difundido formas de ocio como la televisión, juegos de computador y el chat, las cuales no requieren de mayor esfuerzo físico. Lamentablemente, estos beneficios en relación al tiempo que demora una persona en realizar sus actividades, se han convertido en obstáculos que en nuestro país, se han reflejado en altos índices de obesidad y sobrepeso infantil y adolescente.

A causa de esto, los hábitos de ingesta de los chilenos y chilenas están regulados fundamentalmente por la capacidad adquisitiva y por la oferta del mercado, observándose un consumo creciente de productos elaborados ricos en grasas, azúcares, sal y un escaso consumo de productos naturales como lácteos, frutas y verduras.

Esta situación comentada anteriormente, ha determinado un aumento significativo en la prevalencia de obesidad y sus comorbilidades como las cardiopatías coronarias, diabetes mellitus tipo 2 e hipertensión arterial, fracturas por osteoporosis y el cáncer digestivo, entre otras. Estas enfermedades que han sido englobadas bajo el término de “enfermedades crónicas no transmisibles” (ECNT), representan más de la mitad de las causas de muerte en nuestro país.

Asimismo, la obesidad y el sobrepeso están en aumento en los países con ingresos bajos y medios, especialmente en las áreas urbanas, ya que se considera que de los diez factores de riesgo identificados por la OMS como claves para el desarrollo de las enfermedades crónicas, cinco están estrechamente relacionados con la alimentación. Por estas razones, puede afirmarse que las consecuencias de la obesidad hacen de esta enfermedad uno de los mayores retos de la Salud Pública para el Siglo XXI.

Los últimos cálculos, indican que en el año 2005 había en todo el mundo aproximadamente 1600 millones de adultos (mayores de 15 años) con sobrepeso, al menos 400 millones de adultos obesos y en todo el mundo al menos 20 millones de menores de 5 años con sobrepeso. Por consecuencia, La OMS calcula que al 2015 habrá aproximadamente 2300 millones de adultos con sobrepeso y más de 700 millones con obesidad.

Por tanto, en Chile, las cifras demuestran que el 50% de las personas sufren de sobrepeso, por lo que se estima que 3,4 millones de personas son obesas, y pueden superar los 4 millones en este año 2010 (Cumbre Nutrición y Salud, Chile, 2008).

Diversas son las causas y factores de riesgo de la obesidad, en la actualidad continúan investigándose las diferentes variables que pueden actuar como causa de este trastorno, ya sea de base genética, psicológica y hormonal, sin embargo, la OMS señala como causa fundamental, el desequilibrio entre el ingreso y el gasto de calorías relacionado con una tendencia al aumento de la ingesta de alimentos hipercalóricos, ricos en grasas y azúcares, pero con escasas vitaminas, minerales y otros macronutrientes. Por otro lado, por la tendencia a la disminución de la Actividad Física y sedentarismo, a los cambios en los medios de transporte y a la creciente urbanización.

II.2.2.1.2 Déficit Nutricional, Desnutrición

Una adecuada nutrición debe satisfacer las necesidades específicas de crecimiento, desarrollo, mantención y protección de los diferentes tejidos y órganos, en las distintas etapas del ciclo vital. En todo el mundo las patologías asociadas a la malnutrición, por déficit o exceso, constituyen las primeras causas de morbimortalidad, con un alto costo en salud y socioeconómico. El déficit nutricional se asocia con mayor morbimortalidad infantil y con secuelas en la talla y desarrollo mental. (Albala y otros ,2000, p.1).

Considerando lo citado anteriormente, el Ministerio de Salud, señala que el déficit de nutrientes puede traer consigo diferentes trastornos de igual y/o mayor gravedad que los asociados con el exceso de nutrientes, entre ellos mencionan a la anorexia y bulimia como aquellas patologías nutricionales secundarias a trastornos del apetito, que afectan siete veces más a la mujer que al hombre. La anorexia, siendo más frecuente en adolescentes, se caracteriza por una restricción severa y voluntaria de la ingesta de alimentos motivada por un miedo anormal a subir de peso. Puede llevar a una desnutrición severa y a trastornos metabólicos secundarios con un alto riesgo de muerte. En cambio la bulimia, se observa en mujeres de mayor edad y se caracteriza por episodios alternados de ingesta excesiva y restricción severa, asociados a depresión e intento de suicidio. La mujer obesa es más susceptible a presentar un trastorno del apetito y en un porcentaje importante de mujeres la anorexia o bulimia se desencadenan por el manejo inadecuado de una obesidad previa.

Otro trastorno asociado según el MINSAL es la anemia nutricional, de mayor prevalencia en la mujer, que se ocasiona debido a una mayor pérdida de hierro generado por los flujos menstruales. Este indicador, fue una de las metas nutricionales menos lograda en la década de los 90 y actualmente afecta aproximadamente al 20 % de las mujeres en edad fértil en los grupos de mayor riesgo social, asociada a un déficit de ingesta de hierro por bajo consumo de carne.

En el caso de niños y niñas, la anemia ferropriva es la principal carencia específica de hierro, afectando en forma especial al 20% de los menores de dos años. La fortificación de la leche Purita con hierro, de la harina del pan, por parte del Ministerio de Salud, han permitido disminuir la prevalencia de anemia en lactantes y ha contribuido a la prevención de la carencia de hierro en la población de mayor edad.

II.2.2.2 Actividad Física

Según la OMS, la Actividad Física se define como cualquier movimiento corporal producido por la musculatura esquelética, con el consiguiente gasto de energía. De la misma manera, en el Cuadernillo Pedagógico de Estilos de Vida Saludable, se expresa que, “Actividad física es toda acción motriz que implica el uso de nuestra musculatura para mover el cuerpo y que demanda un gasto energético por sobre el nivel basal.” (Ministerio de Educación, 2002, p.9)

Este movimiento corporal beneficia la salud, ayudando a mantener un buen estado físico, evitando enfermedades y mejorando la calidad de vida de las personas. Se recomienda una Actividad Física adecuada durante toda la vida, pues genera beneficios tanto sociales, como mentales.

Diferentes estudios de salud, mencionan diversos tipos y cantidades de Actividad Física, según la OMS, es necesario al menos treinta minutos diarios de Actividad Física regular de intensidad moderada, la mayoría de los días de la semana para reducir el riesgo de enfermedad cardiovascular, diabetes y cáncer. Asimismo, se hace mención que el fortalecimiento muscular y los ejercicios de equilibrio, pueden reducir las caídas y mejorar el estado funcional de los adultos mayores.

La disminución de la Actividad Física es un problema social, y no exclusivamente individual. Por consiguiente, requiere un enfoque multisectorial y multidisciplinario, adaptado a las circunstancias culturales.

II.2.2.2.1 Sedentarismo

Desde el punto de vista antropológico, el término "sedentarismo" de acuerdo a la Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular (del Latín "sedere", o la acción de tomar asiento), se ha utilizado para describir la transición de una sociedad nómada a otra establecida en torno a un lugar o región determinada. Este cambio, se ha relacionado a la evolución de grupos sociales en que el sustento dependía de la caza y recolección de frutos, a una organización social-productiva basada en la agricultura y en la domesticación de animales.

La modernización de la sociedad, a traído consigo el aumento del sedentarismo, "La alta urbanización del país (87% de la población, según el último Censo, (realizado el año 2000), se asocia a la disminución de la actividad física, tanto en la utilización de tecnologías modernas asociadas a la producción que facilitan el trabajo, como en los hábitos sedentarios de recreación, lo que contribuye a un desequilibrio entre consumo y gasto energético, con el consecuente aumento de la obesidad por una dieta inadecuada y falta de actividad física" (Informe de la Comisión de Actividad Física del Consejo VIDA CHILE, 2003, p. 11, citado de Abala, Kain, Uauy,2002).

En el mundo, cada vez es más frecuente observar la escasa preocupación que existe por la Actividad Física en las personas, tanto en niños y niñas de muy corta edad, como en adultos de la tercera edad.

Esto se evidencia, a través de un estudio realizado por la Clínica Alemana que confirma que el 88.8% de los hombres y el 93.3% de las mujeres pueden ser catalogadas como sedentarios. En cuanto al ámbito económico, en los estratos más bajos, es donde se presenta con mayor frecuencia el problema con un 93.6%, 90.5% en el estrato medio y 89.8% en el estrato alto. (Clínica Alemana, 2002). Los resultados que se observan, muestran un alto y significativo porcentaje de sedentarismo en nuestra sociedad actual, viéndose más perjudicadas las mujeres y estratos socioeconómicos más bajos de nuestro país, sin embargo, el total del porcentaje es bastante preocupante a nivel general.

En relación a esto, se puede observar, en el Cuadernillo de Reflexión Pedagógica de Estilos de Vida Saludable que en los Jardines Infantiles son escasos los momentos

dedicados a la realización de estas prácticas, contando con un 60% a 70% del tiempo utilizados en actividades de gasto energético mínimo. Por lo tanto, se torna necesaria la incorporación de la Actividad Física desde edades tempranas, con el objetivo de que se transformen en un hábito en la vida de las personas. Se menciona que la realización de Actividad Física en esta etapa, trae consigo diversos beneficios en la vida de Niños y Niñas, como los que se detallan a continuación: (Ministerio de Educación 2002, p.9)

- Crecer sanos
- Tener huesos y músculos más fuertes
- Gastar energía
- Aprender movimientos cada vez más complejos
- Desarrollar más control y confianza con el propio cuerpo y así ser más hábiles
- Aumentar la flexibilidad y coordinación psicomotora
- Divertirse y pasarlo bien
- Compartir y hacer más amigos
- Instalar el hábito de la actividad física como parte de las actividades cotidianas
- Sentirse a gusto consigo mismo y con los demás
- Hacer en forma regular actividades de relajación que entregarán mayor capacidad de concentración.

Considerando la importancia de erradicar el sedentarismo en la sociedad, es que este factor se ha indicado como parte de los “Objetivos Sanitarios para Chile 2000-2010”. En éstos, se señala que se incluyeron objetivos en relación a este tema en los planes regionales y comunales de promoción desde el año 2000 al 2005. Asimismo, se han realizado en más de 4 mil establecimientos educacionales Promotores de Salud, de nivel inicial, básico y medio, intervenciones para la mejora de este factor. Estas estrategias de trabajo, han sido elaboradas y desarrolladas en conjunto con el Ministerio de Educación, JUNAEB, JUNJI y Fundación Integra (Ministerio de Salud, 2008, p.17).

A pesar de los esfuerzos realizados por el Consejo VIDA CHILE por ampliar las ofertas institucionales de práctica de ejercicio y Actividad Física, efectuando difusión e insistencia hacia el aumento de horas de Actividad Física en los establecimientos de educación, se han obtenido escasos logros, consiguiendo sólo la adhesión voluntaria de algunos establecimientos Promotores de la Salud.

II.3 Promoción de la Salud

Henry Sigerist, historiador de la Medicina, fue el primero en utilizar el término Promoción de la Salud. En el año 1986, con la primera conferencia internacional sobre la Promoción de la Salud y la redacción en esta de la “Carta de Ottawa”, el término se consolidó, dando una nueva perspectiva a la medicina, donde no sólo sea de importancia el sanar enfermedades, sino que sea primordial la prevención de éstas. (Beltrán, 2000).

Es necesario definir los términos a utilizar, para tener un mayor entendimiento del tema, es así como se comenzará definiendo el término promoción, el cual según la OMS es: “Acción social, educativa y política que incrementa la conciencia pública sobre la salud, promueve estilos de vida saludable y la acción comunitaria a favor de la salud; brinda oportunidades y poder a la gente para que ejerzan sus derechos y responsabilidades para la formación de ambientes, sistemas y políticas que sean favorables a su salud y su bienestar”.

La promoción constituye, una respuesta social organizada, multisectorial y multidisciplinaria, con la participación de distintos actores de la sociedad a favor de la mejora de la salud y el bienestar de la población.

De acuerdo a esto, se entiende por Promoción de la Salud el “Proporcionar a la población, los medios necesarios para mejorar su salud, calidad de vida y ejercer un control sobre la misma” (Restrepo, Málaga, 2001, p. 81) Asimismo, la OMS en 1986, define este término como “El proceso que permite a las personas incrementar su control sobre los determinantes de la salud y en consecuencia, mejorarla”. Esta promoción se transforma en un conjunto de estrategias y acciones, sobre el individuo, familia y comunidad, con el objetivo que adquieran conductas saludables sobre los factores protectores asociados a las primeras causas de muerte del país como los son la Alimentación Saludable, vida activa, ambiente libre de tabaco, desarrollo psicosocial, factores protectores de seguridad y ambiental.

En Chile, la Promoción de la Salud esta regida por Plan Nacional de Promoción de la salud (1998), mencionado en el primer capítulo de la investigación, cuyos objetivos son:

- Detener la explosión de los factores de riesgo.
- Desarrollar factores protectores de la salud de carácter psicosocial y ambiental.
- Fortalecer los procesos de participación ciudadana y consolidación de redes sociales.
- Reforzar el rol regulador del estado sobre los condicionantes de la salud.
- Aportar a una nueva política pública de salud y calidad de vida.

El plan se lleva a cabo en todas las regiones y en el 90% de las comunas del país y cuenta con el respaldo jurídico y financiamiento proveniente de la atención primaria de salud. La intervención en Promoción de Salud de este plan es de carácter integral, efectuándose en distintos lugares y utilizando distintas estrategias de acción, para trabajo con los factores condicionantes involucrados en los Estilos de Vida Saludable.

A continuación se muestra un cuadro donde se evidencia la intervención de la Promoción de la Salud.

Intervención en Promoción de la Salud.



*Fuente: Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003.

En Noviembre del año 2000, el Ministerio de Salud en conjunto con VIDA CHILE, formularon las prioridades sanitarias y condicionantes de la salud que deben ser intervenidos desde la Promoción de la Salud con metas de impacto en los factores de riesgo y los factores psicosociales y ambientales para el 2010, estos están incluidos en los objetivos sanitarios del sector salud y son parte de las metas del Plan Nacional de Promoción de la Salud. Entre ellos se mencionan los factores considerados en esta investigación, la Alimentación Saludable y Actividad Física.

Prioridades y Estrategias Nacionales en Promoción de la Salud 2000-2010

Prioridades Sanitarias	Prioridades de Acción: Condicionantes de la Salud	Estrategias
Cardiovasculares	Alimentación	<p>Nacionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Regulación ● Comunicación ● Educación y desarrollo de RR.HH ● Participación y asociatividad ● Re-orientación servicios de salud <p>Locales:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Espacios saludables ● Establecimientos de educación ● Lugares de trabajo, comunas, barrios, comunidades. <p>Temáticas</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tabaquismo ● Obesidad ● Sedentarismo ● Área Psicosocial y ambiental
Salud Mental	Sedentarismo	
Accidentes	Tabaco	
Cáncer	Participación social	
	Espacios saludables	

Para estos factores o condicionantes de la salud, se han determinado metas, para disminuir sus índices en la población, como se muestra en la siguiente tabla

Extracto Metas Nacionales en Promoción de la salud 2010.

Condicionante	Metas	Indicador	2000	2010
Obesidad/ Alimentación	Estabilizar la prevalencia de obesidad en preescolares, escolares y embarazadas al 2002.	Obesidad preescolar peso/talla sobre 2 desviaciones estandar (P/T + 2 DE)	10%	7%
	Disminuir la prevalencia de obesidad en 3 puntos porcentuales en preescolares.	Obesidad 1° básico peso/talla sobre 2 desviaciones estándar (P/T + 2 DE).	16%	12%
	Disminuir la prevalencia de obesidad en 4 puntos porcentuales en escolares de 1° básico y embarazadas.	Obesidad embarazada.	32%	28%
Sedentarismo/ Actividad Física	Disminuir la prevalencia de sedentarismo en la población mayor de 15 años en 7 puntos porcentuales.	Sedentarismo > 15 años	91%	84%

*Fuente: Ministerio de Salud, Plan Nacional de Promoción de la Salud. Santiago 1999.

En los cuadros visualizados anteriormente, se observan las problemáticas existentes en la salud de la sociedad chilena, las cuales deben ser intervenidas desde sus condicionantes, promoviendo los Estilos de Vida Saludable y creando estrategias a nivel nacional y local que logren disminuir los índices de la población afectada durante el período 2000 – 2010.

En este contexto y considerando que la educación como institución, es parte fundamental de la sociedad, y que tiene una gran influencia para lograr una transformación a largo plazo de los condicionantes importantes de la salud, por este motivo, es que se han creado los establecimientos educacionales Promotores de la Salud, colegios y Jardines Infantiles los cuales imparten estrategias a la comunidad orientando y educando acerca de los Estilos de Vida Saludable.

II.3.1 Jardines Infantiles Promotores de la Salud

El Consejo Nacional Para La Promoción de La Salud VIDA CHILE, define a los establecimientos educacionales Promotores de la Salud como:

Un centro del nivel preescolar o parvulario, básico o medio, donde sus miembros realizan actividades que contribuyen a elevar el nivel de Salud de la comunidad educativa, en una estrategia donde se involucra además a los sectores de salud y educación en un trabajo conjunto. Promueven la formación de generaciones futuras con conocimientos, habilidades, destrezas y sentido de la responsabilidad para cuidar de manera integral su Salud, la de su familia y comunidad. (Citado por Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003, p.37).

En 1995, la OPS y la OMS, lanzaron la iniciativa de las escuelas promotoras de la salud con el fin de promover, fortalecer y actualizar a los países en esta área, el fin, es que las futuras generaciones se formen con conocimientos, habilidades y destrezas que son necesarias para promover y cuidar su salud, la de su familia y la comunidad, así como de mantener ambientes de estudio, trabajo y comunidades saludables. (Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003).

La Promoción de la Salud, enfocada en las escuelas promotoras se sustenta en tres componentes esenciales que son:

- La educación para la salud con un enfoque integral.
- La creación y mantención de entornos saludables.
- La provisión de servicios de salud y alimentación sana.

Dentro del primer punto, se busca además dar la información básica acerca de la salud, formar conocimientos, habilidades y destrezas que ayuden a adoptar y mantener

estilos de vida sanos. Respondiendo a las necesidades de los educandos en cada etapa de su desarrollo.

Es necesario para este enfoque integral, el diagnóstico de las necesidades en cuanto a salud de los educandos, un desarrollo y adecuación curricular de acuerdo a la Promoción de la Salud, la preparación de material didáctico para estos fines, la formación, capacitación y actualización de los docentes sobre la Promoción de la Salud, la investigación del tema, el seguimiento y evaluación del programa, y la difusión de información para la comunidad educativa. Como se expresa en el Cuadernillo Pedagógico de Estilos de Vida Saludable, “Los ambientes educacionales constituyen un lugar estratégico donde, además de aumentar el potencial de aprendizaje de los alumnos, se pueden coordinar, integrar e implementar intervenciones de promoción de la salud y búsquedas para mejorar las condiciones de vida de las personas” (Ministerio de Educación, 2002, p. 5).

El segundo ítem de la Promoción de la Salud en el ámbito educativo, refiere a la creación y mantención de espacios “Donde comparativamente las condiciones de vida y el estado de salud sean más favorables en términos de oportunidades para el desarrollo individual y colectivo de los diversos grupos que integran la sociedad” (Organización Panamericana de la Salud, 1996). La creación de un entorno saludable, beneficia a los estudiantes y a toda la comunidad escolar, influyendo en el clima emocional y las interacciones sociales que determinan el bienestar y la productividad, “ Es importante que las escuelas cuenten con un ambiente físico seguro, incluyendo el acceso a agua potable, y servicios sanitarios básicos, limpios y estructuralmente apropiados, y que aseguren una atmósfera psicosocial armónica y estimulante, sin agresiones ni violencia verbal, física o psicológica.” (Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003, p.17).

En el tercer punto que se debe considerar, se contempla el reconocimiento médico que otorgue la oportunidad de prevenir o detectar de manera temprana deficiencias y enfermedades. Asimismo, debe haber una constante capacitación al personal docente en temas como la Alimentación Saludable y la nutrición, también, ofrecer espacios y tiempos que faciliten la enseñanza y el aprendizaje de la alimentación sana.

Es de fundamental importancia para el éxito de los establecimientos Promotores de la Salud, contar con el compromiso del personal educativo, que se encuentre informado y capacitado en torno a la Promoción de la Salud, creando redes con la familia y con distintas organizaciones e instituciones de la comunidad, que puedan ser aportes para el cumplimiento de las metas propuestas.

En el año 1999, en Chile, se fortalece el trabajo de la Promoción de la Salud, incorporando a las instituciones encargadas de los Jardines Infantiles, ampliando el Comité Técnico de establecimientos de educación Promotores de la Salud, que actualmente está conformado por representantes de los Ministerios de Educación y Salud, JUNAEB, JUNJI y Fundación INTEGRAL, con el apoyo de la Organización Panamericana de la Salud.

II.3.2 Acreditación

Desde el año 2001, se comenzó un proceso de acreditación y certificación a cargo de VIDA CHILE, con el propósito de motivar a los establecimientos y estandarizar criterios y exigencias mínimas para constituirse en establecimientos de educación Promotores de Salud. Este proceso no es controlador, sino, es un reconocimiento a los establecimientos que están avanzados en el tema y un incentivo para los que estén comenzando. Junto con esto, se ha creado una pauta (Anexo 3), a través de un acuerdo intersectorial, la cual da a conocer los avances en Promoción de Salud de los establecimientos, cuáles son los más avanzados en el tema y la acreditación de instituciones que cumplan con los requisitos mínimos solicitados.

Según lo expresado por el Comité VIDA CHILE (2003, p. 40), esta pauta tiene tres aspectos a considerar que son:

Procesos de Programación, este contiene siete aspectos de los cuales se deben cumplir al menos cuatro de ellos, los puntos involucrados se relacionan con los siguientes temas:

- Existencia de equipo de trabajo.
- Diagnóstico situación de salud de estudiantes.
- Existencia de plan de trabajo.

- Existencia de documento de compromiso de la comunidad educativa.
- Vinculación con otras instituciones.

Actividades de Promoción de la Salud, este punto contiene seis temáticas o áreas de intervención de las cuales deberán cumplirse al menos tres de ellas, cada una de estas áreas, a su vez tienen aspectos definidos. Los ítems de este aspecto están relacionados con los siguientes temas.

Áreas de intervención.	Total aspectos considerados	Aspectos mínimos a cumplir.
Alimentación	5	3
Actividad Física	5	3
Factores Protectores Psicosociales	6	3
Tabaco, Alcohol y Drogas	2	1
Medio Ambiente	6	3
Salud Oral y Gestión de Salud	8	4

*Fuente: Comité VIDA CHILE de Establecimientos de Educación Promotores de la Salud, 2003.

Participantes de la Comunidad Educativa, de un total de seis participantes o actores especificados en la pauta, es necesario que el establecimiento incorpore al menos tres de ellos en forma permanente.

El proceso de acreditación es realizado, desde lo local, por el Comité VIDA CHILE de cada comuna, los cuales son encargados de visitar los establecimientos para el llenado

de la pauta. Estos comités, postulan a los establecimientos visitados, al nivel regional, es en esta etapa donde sus propios Comités VIDA CHILE aprueban a los establecimientos que hayan cumplido con los requisitos necesarios para la acreditación. Luego, es el nivel central quien recibe el informe regional y se encarga de elaborar los certificados con las firmas de las autoridades de salud y educación para luego enviarlos a los niveles regionales y locales, finalizándose así el proceso de acreditación.

Es importante que desde la educación se fomente la salud, conscientes de que ambos se fortalecen mutuamente siendo base de una educación integral, que responda a las necesidades de los niños y niñas en cada etapa de su desarrollo, es decir, buscar que la educación, contribuya a mejorar la calidad de vida de las personas. (Comité VIDA CHILE, de establecimientos de educación Promotores de la Salud, 2003). Desde esta perspectiva y tomando en consideración los altos índices de mal nutrición y sedentarismo de la sociedad actual, los cuales fueron detallados anteriormente en el Marco Teórico Referencial, esta investigación pretende crear e implementar una Propuesta Educativa que fomente la Promoción de la Salud, enfocada en las áreas de Alimentación Saludable y Actividad Física, a través de experiencias globalizadoras creativas, que involucren estas condicionantes primordiales dentro de la salud y que genere en otros y otras el interés de realizar nuevas propuestas en beneficio de éstos y otros Estilos de Vida Saludable, en especial en instituciones Promotoras de la Salud, esto se afirma en uno de los objetivos de la Educación Parvularia que plantean las Bases Curriculares “ Promover el bienestar integral del niño y la niña mediante la creación de ambientes saludables, protegidos, acogedores y ricos en términos de aprendizaje, donde ellos vivan y aprecien el cuidado, la seguridad y la confortabilidad y potencien su confianza, curiosidad e interés por la persona y el mundo que los rodea”. (Ministerio de Educación, 2002, p. 23).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

III.1 Tipo de investigación

La siguiente investigación, se contextualiza en un método Cualitativo - Interpretativo, puesto que las investigadoras se guiaron por las nociones de la comprensión, significado y acción. La investigación, fue desarrollada en una realidad social, que “Requiere ser estudiada en forma natural, sin recurrir a técnicas de control o medición artificial” (Prieto, 2001, p.27). Por lo que se pretendió, comprender la realidad estudiada y según las conclusiones de la interpretación, generar una propuesta de acción sobre ella.

“La realidad es compleja y heterogénea, por lo que se debe tratar de guardar la mayor fidelidad al fenómeno que se está estudiando. Esto implica que es imposible capturarlo o conocerlo a través de categorías a priori o hipótesis, ellas deben surgir de la realidad estudiada. Los hechos sociales, que implican situaciones con personas en relación, son de naturaleza emergente y distintos de los naturales que son estáticos y pueden ser conocidos desde fuera.” (Prieto 2001, p.28).

Es por esta razón, que la investigación consideró una perspectiva interpretativa, basándose en la descripción y comprensión de las características particulares de las personas, más que en lo generalizable; holística, abarcando el fenómeno en su conjunto, tomando en cuenta todos los aspectos involucrados (personas, contextos, relaciones, significados, etc.) y recursiva, considerando que el diseño es emergente, flexible y cambiante, ya que las investigadoras pudieron adaptarse a cualquier situación de la realidad a medida que avanzaba la investigación.

Este estudio, permitió a las investigadoras conocer la realidad y experiencias realizadas en el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, permitiéndoles insertarse en el centro educativo, para detectar una necesidad que surge al observar prácticas

pedagógicas y las percepciones de la comunidad educativa, en relación a la Promoción de la Salud en el Jardín Infantil. A partir de esto, se interpretó y definió el problema, creando así una Propuesta Educativa que fortaleció y transformó la realidad observada en este centro Promotor de la Salud, involucrando a la comunidad educativa.

III.2 Diseño metodológico

El diseño metodológico de la investigación fue creado en base a una **investigación acción**, puesto que pretende observar la presencia de acciones pedagógicas que fortalezcan la labor en torno a la salud, realizada por el Jardín Infantil Promotor de la Salud “Los Pequeños Conquistadores”, en la Provincia de San Antonio, para formular nuevas estrategias, que generen un cambio en la Promoción de la Salud, enfocada en la Alimentación Saludable y Actividad Física realizada en la institución. “La investigación acción está entendida como una producción de conocimiento que informa el cambio de las prácticas para la transformación de una situación o problema detectado por un grupo de actores” (Prieto, 2001, p.51).

La investigación acción “Surge como una de las formas de llevar a cabo el compromiso de transformar la realidad y ocupa un lugar junto a otras formas que se diferencian entre sí por el tipo de participación del sujeto y del investigador en el proceso de conocer y actuar” (Elgueta y otros, 2003, p.52).

Según Latorre (2007), existen diferentes modelos del proceso de investigación acción, los cuales se dividen en los siguientes tipos:

- Investigación – acción técnica
- Investigación - acción práctica.
- Investigación - acción emancipatoria.

Se consideró para la siguiente investigación el tercer modelo, es decir, investigación -acción emancipatoria puesto que, “Permite a los profesionales no sólo descubrir los significados interpretativos que tienen para ellos las acciones educativas, sino organizar la

acción para superar las limitaciones” (McKernan, 1996, p.45). Por lo tanto, permite plantearse de forma reflexiva la acción, que conlleva reconstruir desde la crítica, la práctica y así dar origen a una comprensión profunda de la investigación, permitiendo así, reformular y generar nuevas estrategias que favorezcan el desempeño profesional.

La investigación acción realizada se compone de tres fases, las cuales serán detalladas a continuación:

a- Fase I de Diagnóstico y Detección del Problema

- Inserción al Contexto
- Definición del Problema
- Recolección de la Información

b- Fase II de Elaboración de una Propuesta

- Recolección de Información
- Diseño de la Propuesta

c- Fase III de Ejecución- Acción y Evaluación de la Propuesta

- Ejecución de la Propuesta
- Recolección datos o información
- Evaluación de las acciones realizadas

*Elaboración propia basada en Latorre, 2007, p.34 citando a Lewin, 1946.

III.2.1 Fase I: Diagnóstico y Detección del Problema

En la primera fase de la investigación, las investigadoras se insertaron en el contexto, recogieron información para la detección del problema a investigar, se consultó y analizó el proyecto educativo Institucional del centro educativo, las planificaciones realizadas previamente a la investigación por el personal educativo, en torno a la Promoción de la Salud dirigidas a los niños y niñas de segundo ciclo, y por último notas de campo observacionales de los momentos de alimentación y Actividad Física, las cuales fueron realizadas en parejas

durante quince a treinta minutos aproximadamente, en el segundo ciclo del Jardín Infantil, durante el mes de Abril del presente año.

La información recopilada por medio de estos instrumentos, permitió conocer la realidad del establecimiento estudiado, las percepciones de la comunidad educativa acerca de las temáticas abordadas y la detección del problema para crear las posibles soluciones, y así posteriormente, crear una Propuesta que fortaleciera el trabajo pedagógico en relación a la Promoción de la Salud.

III.2.2 Fase II: Elaboración de Propuesta Educativa

A partir de la recolección de información, posterior análisis y detección del problema de la primera fase, se realizaron entrevistas semiestructuradas sometidas a validación, considerando sugerencias y comentarios de dos expertos de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, las cuales se aplicaron a niños, niñas, familia y personal educativo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”. Considerando estos resultados, se decide diseñar una Propuesta Pedagógica, que consistió en la creación de sesiones y/o experiencias de aprendizaje que apuntaran a favorecer la Promoción de la Salud, en los ámbitos de Alimentación Saludable y Actividad Física, potenciando el lenguaje oral de manera transversal, en niños y niñas de segundo ciclo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.

Para la realización de la Propuesta se consideraron aprendizajes esperados del Núcleo Autonomía, Categoría Motricidad y Vida Saludable y del Núcleo de Lenguaje Verbal, Categoría Lenguaje Oral, los cuáles serán detallados en la Propuesta Educativa.

En conjunto con las experiencias de aprendizaje, de acuerdo a lo visualizado en las entrevistas realizadas a la familia, se decide la elaboración e implementación de talleres educativos relacionado con Alimentación Saludable y Actividad Física, en éstos se incluyen experiencias que desarrollen en conjunto familia, niños, niñas y personal educativo.

III.2.3 Fase III Ejecución- Acción de la Propuesta Educativa

Finalmente, en esta fase se llevó a cabo por las investigadoras la Propuesta Educativa dirigida a niñas, niños, familia de segundo ciclo y personal educativo de la institución.

Con los niños y niñas se realizaron experiencias educativas lúdicas y globalizadoras diarias, de acuerdo a los aprendizajes nombrados anteriormente, que fueron evaluadas individualmente a través de registros abiertos al finalizar cada sesión.

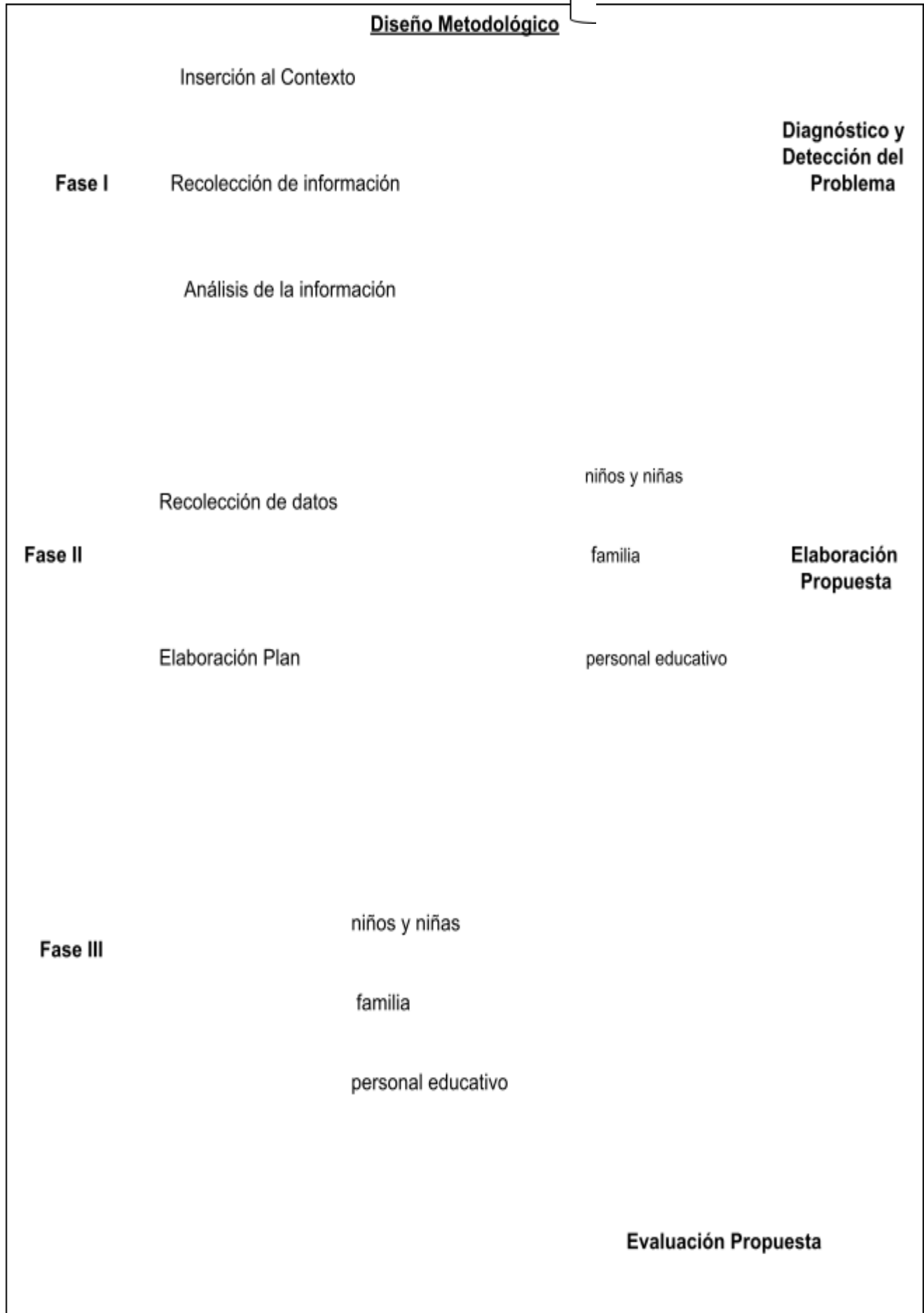
En torno a la familia se realizó un taller práctico informativo de Alimentación Saludable y Actividad Física además se incorporaron en algunas experiencias educativas desarrolladas con los niños y niñas.

En relación al trabajo con el personal educativo, se realizó una labor colaborativa y participativa, llevando a cabo un taller informativo práctico acerca de la Promoción de la Salud, enfocado a Alimentación Saludable y Actividad Física, donde el personal planteó ideas para realizar futuras experiencias que fortalezcan estos temas.

El personal educativo y la familia fueron evaluados al término de la Propuesta, a través de entrevistas semiestructuradas previamente validadas, enfocadas a las percepciones acerca de las experiencias realizadas y las temáticas abordadas.

A continuación se presenta un esquema del diseño metodológico que permite organizar las fases de la investigación realizada:

Diseño Metodológico



III.3 Unidad de análisis

Las unidades de análisis de nuestra investigación correspondieron a la comunidad educativa del Jardín Infantil VTF, perteneciente a JUNJI, “Los Pequeños Conquistadores”, ubicado en la calle Manuel Montt s/n, comuna de San Antonio, región de Valparaíso.

Este centro educativo fue escogido para la investigación y puesta en marcha de la propuesta, debido a que dos de las alumnas tesistas realizaron su práctica profesional en esta institución, notando debilidades en la potenciación de Estilos de Vida Saludable considerando la acreditación del Jardín Infantil como promotor de la salud.

Se trabajó específicamente con el personal educativo (educadoras y técnicos de párvulos), familia, niños y niñas de segundo ciclo.

III. 4 Técnicas, Métodos y Procedimientos de recogida de información

La recogida de información corresponde a la recopilación y análisis de documentos oficiales tales como, el Proyecto Educativo Institucional (PEI) y las planificaciones realizadas por el Jardín Infantil, además de la realización de entrevistas semiestructuradas a los distintos actores de la comunidad educativa, tales como: el personal educativo, la familia, niños y niñas de segundo ciclo. Conjuntamente, se realizaron Notas de Campo de las acciones que se observaron en momentos específicos de la rutina diaria, tales como, la Alimentación y la instancia dedicada a la Actividad Física.

Finalmente se realizaron registros abiertos evaluativos, los cuales se aplicaron individualmente a niños y niñas por cada situación de aprendizaje de la Propuesta. Además se realizaron entrevistas dirigidas a los agentes educativos de la institución, con el fin de apreciar y detectar debilidades, fortalezas, comentarios y/o sugerencias acerca de la Propuesta.

III.4.1 Recopilación de documentos: Documentos oficiales

III.4.1.1 Proyecto Educativo Institucional (PEI)

Hace referencia al documento que establece los antecedentes, la misión, visión, valores y actividades propuestas por el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores” entre los años 2009 y 2012.

“El proyecto educativo institucional es un instrumento orientador de la gestión institucional que contiene, en forma explícita, principios y objetivos de orden filosófico, político y técnico que permiten programar la acción educativa otorgándole carácter, dirección, sentido e integración.”(Lavín y del Solar, 2000 p.35).

Por lo tanto, este documento debe estar presente en toda institución educativa, accesible a la Comunidad para conocer objetivos y metas propuestas por dicha institución.

“Todo establecimiento educativo debe elaborar y poner en práctica, con la participación de la comunidad educativa, un Proyecto Educativo Institucional que exprese la forma cómo se ha decidido alcanzar los fines de la educación definidos por la ley, teniendo en cuenta las condiciones sociales económicas y culturales del medio” (Puerta y otros, 2006, p.40).

Por lo tanto, debe ser un documento que al momento de realizarlo, involucre a todos los agentes que formen parte de la institución, además este documento no sólo debe estar plasmado en un papel, sino que cumplir con todos los objetivos y metas propuestas.

III.4.1.2 Planificación

Por medio de la planificación, las investigadoras pudieron realizar gran parte de la Propuesta Educativa para el centro, ya que, esta técnica permite organizar el trabajo dentro del aula, especificando los roles que adulto, niño y niña van a realizar dentro de cada experiencia de aprendizaje. Como señalan las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, “La planificación del trabajo con los niños implica la selección, jerarquización, ordenamiento en secuencias y gradualidad de los aprendizajes esperados, como asimismo,

la definición y organización de los diversos factores que intervienen: comunidad educativa, espacio, tiempo y los recursos de enseñanza a emplear. También, la planificación debe orientar los procesos evaluativos que se aplicarán.” (Ministerio de Educación, 2002 p.89). Es por esto, que las investigadoras consideraron apropiado y oportuno la utilización la planificación de manera de organizar con anticipación la Propuesta para su posterior aplicación.

III.4.2 Entrevistas

La entrevista es un método de recolección de información que pretende dar a conocer lo que piensan los actores, acerca del tema a investigar, “Sus observaciones y opiniones nos permiten conocer aspectos de la realidad que aparecen difusos para el investigador, utilizando los propios términos y concepto del entrevistado” (Prieto, 2001, p. 39). La entrevista es un proceso de comunicación verbal complejo e interactivo, donde una persona toma el rol de entrevistador y otra asume el papel de entrevistado.

Es necesario utilizar el tipo de entrevista según el objetivo que con ésta se pretende cumplir y al contexto en que sea aplicado, puesto que, es “Susceptible de ser afectada por el lugar donde se realiza e influenciada por las creencias y expectativas de ambos, entrevistador y entrevistado” (Elgueta y otros, 2003, p.100). Es por lo mismo, que el tipo de entrevista implementado para la familia, personal educativo, niños y niñas, fue específicamente, la entrevista semiestructurada, debido que existe una estructura de preguntas a realizar para los entrevistados, permitiendo la posibilidad de modificar e incluir preguntas nuevas, emergentes o aclaratorias para el mejor entendimiento o profundización de los temas a abordar, como dice Martínez, (2006, p.139), esta modalidad de entrevista permite “...motivar al interlocutor, elevar su nivel de interés y colaboración, reconocer sus logros, prevenir una falsificación, reducir los formalismos, las exageraciones y las distorsiones, estimular su memoria, aminorar la confusión o ayudarle a explorar, reconocer y aceptar sus propias vivencias inconscientes.”.

Se realizaron cinco entrevistas, considerando dos de éstas a la familia, dos al personal educativo y una a niños y niñas de la institución. Las entrevistas aplicadas fueron realizadas con el objetivo de conocer las percepciones de la comunidad educativa, antes y

después de la Propuesta acerca de la Promoción de la Salud en el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.

III.4.3 Notas de Campo Observacionales

Las notas de campo son una herramienta de recolección de información que se consideraron apropiadas para esta investigación, pues “Tienen que ver con acontecimientos experimentados mediante la escucha y la observación directas del entorno. Son una forma de interpretación no interactiva que describe la acción” (McKernan, 2001 p. 115). Cabe destacar que se realizaron ocho notas de campo observacionales en parejas, durante quince a treinta minutos aproximadamente, en el nivel heterogéneo de segundo ciclo del Jardín Infantil, durante el mes de Abril del presente año, sin omitir juicio ni utilizar la subjetividad de las investigadoras. “Cada nota de campo representa un suceso o un acontecimiento, se aproxima al quién, qué, cuándo y cómo de la acción observada. Describe entornos de quién habla y con quién.” (McKernan, 2001 p. 115).

III.4.4 Registros Abiertos

El registro abierto, se entiende como un instrumento de evaluación, es considerado uno de los métodos que se utilizan para registrar la conducta observada de niños y niñas en determinada situación de aprendizaje, para posteriormente evaluar el proceso y considerar los avances y temas necesarios de retroalimentar.

Las investigadoras, consideraron importante la elaboración de este método de evaluación y registro en el trabajo pedagógico, en éstos se anotan los hechos significativos protagonizados por niños y niñas en situaciones de aprendizajes, permitiendo evaluar, analizar y concluir temáticas que fueron parte de la Propuesta realizada.

Los registros abiertos utilizados en la investigación, se aplicaron de manera individual y fueron realizados después de cada experiencia de aprendizaje perteneciente a la Propuesta, teniendo como referencia indicadores de evaluación detallados en cada planificación.

III.5 Análisis de información

El análisis de la información obtenida del Proyecto Educativo Institucional del Jardín Infantil y las planificaciones, fue realizado mediante la lectura y posterior contraste con teoría, asimismo, las entrevistas y notas de campo, fueron analizadas mediante transcripciones y lectura de éstas, para así posteriormente levantar categorías y subcategorías, organizando de esta forma la información recogida durante las distintas fases de la Propuesta Educativa, logrando extraer conceptos comunes y tomar decisiones pertinentes para la investigación.

Con las entrevistas, se evidencian los conocimientos previos de los niños y niñas, así como también del personal y la familia del centro educativo, conocimiento y valoración en torno a la Actividad Física y Alimentación Saludable, que llevaron a las investigadoras a realizar una Propuesta para el Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.

Finalmente los registros abiertos de niños y niñas, realizados durante el desarrollo de las experiencias de la Propuesta Educativa, fueron analizados en forma general, a través de las observaciones registradas.

III.6 Propuesta Educativa

ACCIONES PARA EL DESARROLLO DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE EN UN JARDÍN PROMOTOR DE LA SALUD.

III.6.1 Fundamentos de la Propuesta

En la actualidad existen altas tasas de obesidad y sedentarismo, las cuales han impactado a la población, el 65,3% de la población chilena tiene sobrepeso u obesidad y el 91% de la misma no realiza Actividad Física (Biblioteca del congreso Nacional de Chile, 2007). La Organización Mundial de la Salud ha logrado establecer diversas estrategias de educación, como medidas de prevención y promoción de los hábitos de vida saludable, de manera de disminuir el aumento de los índices.

La Propuesta que se presenta a continuación, expone diversas experiencias de aprendizaje para desarrollar en el segundo ciclo de Educación Parvularia, orientadas a fortalecer el Núcleo de Autonomía de las Bases Curriculares de la Educación Parvularia (Ministerio de Educación, 2002), en especial los aprendizajes basados en la Actividad Física y Alimentación Saludable, utilizando el lenguaje en forma transversal. Los aprendizajes seleccionados y mencionados en cada planificación son los siguientes:

Núcleo Autonomía, Categoría Motricidad y Vida Saludable:

- (3) Disfrutar y experimentar el bienestar que produce la Actividad Física al ejercitar sus destrezas corporales con diferentes aparatos y obstáculos.
- (7) Distinguir aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para su salud, adquiriendo consciencia de las características que éstos deben tener para ser consumidos.

Núcleo de Lenguaje Verbal, Categoría Lenguaje Oral:

- (7) Comunicarse con distintos propósitos, en diferentes contextos y con interlocutores diversos, usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente.

III.6.2 Objetivos

III.6.2.1 Objetivo general de la Propuesta

- Valorar la importancia de la Alimentación Saludable y la Actividad Física como hábitos de vida saludable, a través de experiencias globalizadas con la comunidad educativa del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.

III.6.2.2 Objetivo específicos de la Propuesta

- Promover hábitos de vida saludable relacionados con una buena alimentación y práctica de Actividad Física en niños y niñas de segundo ciclo del Jardín Infantil.
- Promover hábitos de vida saludable relacionados con una buena alimentación y práctica de Actividad Física en la familia de segundo ciclo del Jardín Infantil.
- Promover hábitos de vida saludable relacionados con una buena alimentación y práctica de Actividad Física en todo el personal educativo del Jardín Infantil.

III.6.3 Ejes y Focos de la Propuesta



En torno al personal educativo se desempeñó una labor colaborativa en la realización de las experiencias educativas, además se realizó un taller, en el cual aportaron nuevas ideas para futuras experiencias en relación a la Promoción de la Salud.

III.6.4 Principios orientadores de la Propuesta

Para la Propuesta se consideraron principios pedagógicos fundamentales, seleccionados de las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, con el fin de otorgar a través de las experiencias un clima de relación positivo, que favoreciera un entorno afectivo de confianza, donde niños, niñas y sus familias, pudieran desenvolverse libremente, propiciando así, aprendizajes significativos. Los principios seleccionados se mencionan a continuación:

Principio de Bienestar:

Este principio es considerado primordial en toda situación de aprendizaje, por tal motivo se define en primera instancia, citando lo que menciona las Bases Curriculares de la Educación Parvularia de este principio.

“Toda situación educativa debe propiciar que cada niña y niño se sienta plenamente considerado en cuanto a sus necesidades e intereses de protección, protagonismo, afectividad y cognición, generando sentimientos de aceptación, confortabilidad, seguridad y plenitud, junto al goce por aprender de acuerdo a las situaciones y a sus características personales. Junto con ello, involucra que los niños vayan avanzando paulatina y conscientemente en la identificación de aquellas situaciones que les permiten sentirse integralmente bien, y en su colaboración en ellas” (Ministerio de Educación, 2005, p.17).

Principio de Actividad:

Según las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, la niña y el niño deben ser efectivamente protagonistas de sus aprendizajes a través de procesos de apropiación, construcción y comunicación. Ello implica, considerar que los niños y las niñas aprenden actuando, sintiendo y pensando, es decir, generando sus experiencias en un contexto en que se les ofrecen oportunidades de aprendizaje según sus posibilidades, con los apoyos pedagógicos necesarios que requiere cada situación y que seleccionará y enfatizará la Educadora.

Principio de Relación:

Se considera que las situaciones de aprendizaje que se le ofrezcan al niño y niña deben favorecer la interacción significativa con sus pares y adultos, como forma de integración, vinculación afectiva, fuente de aprendizaje, e inicio de su contribución social. Ello conlleva a generar ambientes de aprendizaje que favorezcan las relaciones interpersonales, como igualmente en pequeños grupos y colectivos mayores, en los cuales los modelos de relación que ofrezcan los adultos juegan un rol fundamental. Este principio involucra reconocer la dimensión social de todo aprendizaje.

Principio de Juego:

El juego es una expresión natural y propia del ser humano, por lo tanto, es necesaria para que niños y niñas aprendan de manera significativa. El carácter lúdico, debe estar presente en cada experiencia de aprendizaje, otorgando a niños y niñas la posibilidad de imaginar y crear.

Figueras, Label y Spakowski (1995, p.96), mencionan a Federico Froebel quien manifiesta que el juego “es el mayor grado de desarrollo del niño por ser la manifestación libre y espontánea del interior, la manifestación del interior exigida por el interior mismo”

III.6.5 Estrategias metodológicas para la Propuesta

Para la realización de la Propuesta se ha considerado llevar a cabo experiencias de aprendizajes globalizadas, que relacionaran la salud y educación, en torno a la Alimentación Saludable y Actividad Física, considerando en éstas al primer foco: niños y niñas, para ello se han considerado aspectos relevantes del “Proyecto de Aula”, entendido como una estrategia que tiene una meta clara a alcanzar a corto plazo, para esto se reconsideran los tres momentos de la secuencia didáctica: inicio, desarrollo y finalización. Puesto que, se define al Proyecto de Aula como: “... Una descripción clara, precisa y coherente de una idea-acción a concretarse en un determinado lugar y tiempo. Es una construcción flexible, abierta, en constante proceso de reflexión-acción”. (Ferreya y Batiston, 1996, p.59).

Período	Ámbito/Núcleo/ Aprendizaje Esperado	Especificación	Experiencia de Aprendizaje	Mediación del Aprendizaje	Indicadores	Recursos
---------	---	----------------	----------------------------------	---------------------------------	-------------	----------

Día 1						
-------	--	--	--	--	--	--

Se ha considerado para la Propuesta un enfoque globalizador, porque “Es una manera de concebir la enseñanza, una visión que hace que en el momento de planificar el currículum en el aula, la organización de los contenidos de cada una de las diferentes unidades de intervención tenga que articularse a partir de situaciones, problemas o cuestiones de carácter global”. (Zabala, 2005, p.32).

Formato Planificación Propuesta Educativa: Proyecto de Aula

III.6.6 Sesiones de trabajo para la Propuesta

Las experiencias de aprendizaje con los niños y niñas, se realizaron cinco veces por semana, de lunes a viernes a contar del 14 de Junio al 30 de Junio y estuvieron a cargo de dos de las investigadoras. Se realizaron trece sesiones de 30 a 45 minutos cada una, éstas tuvieron como objetivo la realización de experiencias que propicien aprendizajes en niños y niñas en torno a hábitos de vida saludable, específicamente en torno a la Alimentación Saludable y práctica de Actividad Física.

A continuación se mencionan las temáticas abordadas en cada una de las sesiones:

Experiencia	Descripción de la experiencia
--------------------	--------------------------------------

<p align="center"><i>Fiesta de inicio</i></p>	<p>Realizar una fiesta de inicio, donde se explique a los niños y niñas las experiencias futuras que se harán en torno a la Propuesta. Niños y niñas bailarían con antifaces y disfrutarán de un menú saludable.</p>
<p align="center"><i>¿Juguemos a la feria?</i></p>	<p>A través de un juego, niños y niñas conocerán las verduras que venden en la feria.</p>
<p align="center"><i>Marcha saludable</i></p>	<p>Niños y niñas se expresan libremente por la comunidad, manifestando la importancia de una vida sana enfocada en la Alimentación Saludable y Actividad Física.</p>
<p align="center"><i>Juego saludable</i></p>	<p>Por medio de un juego de obstáculos, niños y niñas conocen frutas y finalizan realizando un tutti frutti.</p>
<p align="center"><i>Juego del Chinito Saludable</i></p>	<p>Niños y niñas compartirán realizando un juego que consiste en nombrar diferentes alimentos saludables.</p>
<p align="center"><i>Cocinando con mi familia</i></p>	<p>Las familias participan de una experiencia lúdica de Actividad Física, posteriormente presentan un plato saludable a los niños y niñas, para finalmente degustar de ellos.</p>
<p align="center"><i>Juego: Buscando el tesoro.</i></p>	<p>A través de un juego de búsqueda, niños y niñas realizan habilidades motoras, para encontrar un tesoro que consiste en alimentos que componen la pirámide alimenticia.</p>
<p align="center"><i>Juguemos con plumeros</i></p>	<p>Niños y niñas realizan un baile con plumeros utilizando diferentes ritmos de música y disfrutan de un jugo natural de frutas.</p>

<i>Juguemos a hacer deportes con un Amigo</i>	Conocer el fútbol y basketball como deportes que benefician la salud. Posteriormente practicar el deporte que niños y niñas deseen realizar.
<i>Tomar agua nos hace bien</i>	Niños y niñas crean su propia botella, con el fin de incorporar el agua a su rutina diaria.
<i>Esto debes comer</i>	Niños y niñas realizan diferentes movimientos para la realización de un juego que consiste en identificar alimentos saludables.
<i>Mi Jardín se pinta saludable</i>	Niños y niñas ambientan espacios educativos exteriores, con pirámide alimenticia y otros afiches elaborados por ellos y ellas. Implementarán en conjunto con los adultos espacios para realizar Actividad Física.
<i>Cóctel entretenido</i>	Como término de la Propuesta se realizó un cóctel saludable, donde niños, niñas familia y personal educativo compartieron alimentos sanos.

Experiencias con la familia

Se considera a la familia de niños y niñas de segundo ciclo del Jardín Infantil.

<i>Participación de la Familia en experiencias pedagógicas.</i>	La familia de niños y niñas fueron invitadas a participar de diferentes experiencias, con el fin de compartir en juegos, degustaciones y otros con los niños y niñas.
<i>Trípticos.</i>	Se confeccionaron trípticos alusivos al tema de Alimentación Saludable y Actividad Física, los cuales fueron entregados a los padres y apoderados del nivel.

<p><i>Taller de Alimentación Saludable y Actividad Física.</i></p>	<p>Con el fin de lograr una valoración de la Alimentación Saludable y Actividad Física, se realizó un taller práctico informativo para padres y apoderados, en donde se abordaron los beneficios de la Actividad Física y Alimentación Saludable además de otros temas como porciones, pirámide alimenticia, alimentos sanos.etc.</p>
<p><i>Cocina Saludable.</i></p>	<p>En conjunto con los niños y niñas, padres y/o apoderados realizaron recetas de comida saludable. Padres explicaron los ingredientes utilizados y posteriormente invitaron a los niños y niñas a probarlas.</p>

Experiencias con el personal educativo

Se considera a todo el personal educativo del Jardín Infantil, agentes de primer y segundo ciclo.

<p><i>Comunidad de aprendizaje enfocada a los Estilos de Vida Saludable.</i></p>	<p>Se realizó para el personal educativo una comunidad de aprendizaje enfocada en los Estilos de Vida Saludable, con el fin de informar y aclarar dudas con respecto al tema.</p>
<p><i>Taller de Propuestas de futuras experiencias de aprendizaje.</i></p>	<p>En conjunto con todo el personal educativo del Jardín Infantil, a partir de lo realizado con niños y niñas, se llevó a cabo un taller de futuras propuestas para experiencias de aprendizaje</p>

	enfocadas en los Estilos de Vida Saludable. El personal confeccionó nuevas planificaciones y/o ideas en torno al tema señalado.
--	---

III.6.7 Evaluación de la Propuesta

La Propuesta fue evaluada considerando cada uno de los focos, para el primer foco: niños y niñas, se evidenciaron las experiencias por medio de registros abiertos donde se consideró lo realizado por éstos. En cuanto a los focos de la familia y del personal educativo, se realizaron entrevistas en relación a las apreciaciones de las fortalezas y debilidades de la Propuesta.

Evaluación Foco N° 1: niños y niñas

La Propuesta fue evaluada mediante un registro abierto, que se realizó en cada experiencia de aprendizaje desarrollada con los niños y niñas y que fue analizado posteriormente mediante categorizaciones. No se realizaron entrevistas a los niños y niñas en el período de evaluación.

Evaluación Foco N° 2: la familia

Por otro lado, la participación de la familia en las experiencias, se evaluó mediante la asistencia y participación a los talleres y situaciones educativas, además se realizó entrevista permitiendo evaluar la valorización y conocimientos adquiridos acerca de los aspectos e importancia de Los Estilos de Vida Saludable y las apreciaciones de las fortalezas y debilidades incorporadas en la Propuesta.

Evaluación Foco N° 3: personal educativo

Para el personal educativo del centro, del mismo modo que a los apoderados, se les aplicó una entrevista que permite evaluar la valorización y conocimientos adquiridos acerca

de los aspectos e importancia de Los Estilos de Vida Saludable incorporados en la Propuesta, como también fortalezas y debilidades de la misma.

III.7 Limitaciones de la Investigación

Las limitaciones son las circunstancias o las condiciones que dificultaron el desarrollo de esta investigación.

La primera limitación que se presentó en el proceso de la investigación, fue la escasa bibliografía acerca del cruce que existe entre la educación y salud, como también de los Jardines Infantiles Promotores de la Salud en la Ciudad de Valparaíso, puesto que, es una temática poco accesible y la mayoría de la bibliografía de ésta, se encuentra en la región Metropolitana.

Por otro lado, el tipo de investigación llevada a cabo en base a una Propuesta y la implementación de experiencias educativas en Jardines Infantiles, no ha sido recurrente en estudios anteriores de la carrera de Educación Parvularia de la Universidad de Valparaíso, lo que dificultó la investigación en torno a la creación del modelo, aplicación y evaluación de la Propuesta, Sin embargo, nuestra investigación consideró un estudio de caso anterior acerca de los Jardines Promotores de la Salud realizado por ex alumnas de la Carrera de Educación Parvularia.

Con respecto a la recogida de información de las entrevistas realizadas a la familia, se encontró otra limitante, en relación al tiempo que ellos y ellas disponían para contestarla, impidiendo obtener respuestas profundas en torno a la temática de la investigación.

Finalmente, se consideró como limitante la participación de la familia en las experiencias y/o talleres planificados por las investigadoras, puesto que a pesar de la difusión oportuna de éstas, en comunicaciones escritas y reuniones de apoderados, la familia respondió en algunas ocasiones de manera desinteresada, teniendo por resultado una baja asistencia en las actividades propuestas.

CAPÍTULO IV

HALLAZGOS

IV.1 Hallazgos en relación a Fase I

IV.1.1 Documentos Oficiales

IV.1.1.1 Análisis Proyecto Educativo Institucional (PEI)

Al analizar el Proyecto Educativo Institucional (PEI) del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, se pueden evidenciar sus planteamientos y orientaciones en torno a la misión y visión del Centro Educativo.

En relación a La Visión se plantea lo siguiente:

“El Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores aspira a que los niños y niñas tengan un desarrollo armónico e integral, que considere sus intereses y necesidades.

El P.E.I plantea que se crearán situaciones necesarias para que los niños y niñas conozcan su entorno natural, cultural y social, basándose en valores como el respeto, honestidad, solidaridad, justicia y amor, incorporándolos en las normas de convivencia diaria con un personal comprometido a implementar la reforma curricular de la Educación Parvularia y potenciar por sobre todo el trabajo con familia y las redes de apoyo social que tiene a su alcance.” (2010, p. s/n) (Anexo 1).

Se destaca además en el Proyecto Educativo Institucional, el trabajo en las experiencias diarias y permanentes que potencien la inclusión de género, entre los niños y niñas, familias y personal educativo, recalcando la importancia de la familia en la toma de conciencia para la inclusión de género.

En relación a la Misión se plantea lo siguiente:

El Jardín Infantil “Los Pequeños conquistadores” tiene como misión atender en forma integral a niños y niñas provenientes de familias en situación de riesgo y alta vulnerabilidad de las poblaciones que se encuentren en su cercanía.

Pretende entregar una educación basada en los principios de calidad y equidad, propiciando aprendizajes significativos, actualizados y pertinentes, con énfasis en la promoción de estilos de vida saludable, para así lograr párvulos sanos y felices, creativos, autónomos y participativos, trabajando en conjunto con las familias, equipo técnico y redes de apoyo presentes en la comunidad.” (2010, p. s/n)

Al observar algunos contenidos del PEI, como la misión y visión del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, se puede apreciar que se pretende lograr que los niños y niñas adquieran un desarrollo integral y armónico, a través de experiencias de aprendizajes basadas en valores como el respeto, solidaridad, justicia, amor entre otros. Por otro lado, se hace imprescindible para el Jardín Infantil, la inclusión de género entre los niños y niñas,

familia, y personal educativo, recalcando la importancia de la familia en la toma de conciencia para ésta.

Asimismo, en la misión del PEI, se aprecia la preocupación del Jardín Infantil por impartir educación de calidad con equidad a los niños y niñas, lo que demuestra el compromiso de generar aprendizajes significativos en base a la Promoción de la Salud. Con respecto a este tema, se menciona en este documento el énfasis de los Estilos de Vida Saludable en general, para el logro de niños y niñas sanos, felices, creativos y la importancia del trabajo en conjunto de la familia, personal educativo y redes de apoyo para el beneficio de éstos.

En relación al Marco Teórico Referencial de la investigación, donde se presentan como tres componentes esenciales para la Promoción de la Salud, la creación y mantención de entornos saludables, la provisión de servicios y alimentación sana, y por último la educación para la salud con un enfoque integral, se puede inferir que a través del PEI del Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores, no cumplen con el mínimo de requisitos que debe considerar un Jardín Infantil Promotor de Salud, debido que no se especifican las áreas de los Estilos de Vida Saludable que fomentan a partir de su acreditación, además, no es posible apreciar su interés para la formación de conocimientos que ayuden a la comunidad educativa a adoptar y mantener una vida saludable.

El PEI de la institución considera como meta, la implementación de al menos una actividad saludable diaria (anexo 1), tomándose en cuenta dentro de la organización del tiempo, períodos sistemáticos para el Núcleo de Autonomía, Categoría: Motricidad y Vida Saludable. En este sentido y según la observación, las entrevistas realizadas y revisión de las planificaciones realizadas por el Jardín Infantil en el transcurso del primer semestre del presente año, se puede evidenciar, que efectivamente se considera y lleva a cabo una experiencia educativa diaria enfocada a Actividad Física, pero son escasamente considerados otros aspectos relacionados a la Promoción de la Salud.

Asimismo se menciona, en relación al tema de la Promoción de la Salud y considerando la acreditación que posee el Jardín Infantil, que desde el año 2009 se ha implementado un proyecto educativo denominado “Promoviendo la Vida Saludable”, el cual presenta dentro de sus objetivos incluir la Actividad Física en la planificación diaria, además

dos períodos de Estilos de Vida Saludable a la semana y la participación de niños, niñas y familias en talleres educativos.

Como se mencionó en el párrafo anterior, de acuerdo a la información recogida y lo observado durante el proceso de investigación, sólo el objetivo que considera la realización de Actividad Física diariamente, se cumple, pero sin una planificación y organización determinada, sino que otorgándose un tiempo en que los niños y niñas corren y juegan libremente sin intención pedagógica.

Por otro lado, es señalado en el PEI, las redes de apoyo con que cuenta la institución, se expresa el trabajo colaborativo con el consultorio del sector, con el cual se han realizado proyectos de vida saludable. Asimismo, se menciona la participación de la Comisión Mixta de Salud y Educación, del Comité VIDA CHILE.

A pesar del proyecto educativo “Promoviendo la Vida Saludable” que se lleva a cabo y las redes de apoyo que se mencionan en el PEI, se observa como una debilidad, las inexistentes capacitaciones para el personal de manera permanente, así como tampoco se evidencia un canal de información acerca de cursos ni seminarios particulares. Es por este motivo, que el personal educativo que trabaja en la institución y la familia mencionaron tener un escaso conocimiento acerca de las temáticas relacionadas a la Promoción de la Salud.

IV.1.1.2 Análisis Planificaciones

De acuerdo a lo observado por las Investigadoras, se visualiza que en el segundo ciclo del Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores, existen escasas planificaciones enfocadas a la Promoción de la Salud por parte del centro en el primer semestre del año 2010, siendo estas pertenecientes al Núcleo Autonomía del Ámbito Formación Personal y Social, específicamente situaciones que tratan de realizar brochetas de frutas en lo que se refiere a Alimentación Saludable y en cuanto a la Actividad Física, desplazarse con objetos livianos y objetos pesados, practicar saltos y por último gimnasia gráfica.

Se considera que al ser un centro Promotor de la Salud son insuficientes las experiencias de aprendizaje que se encuentran en el Jardín Infantil, teniendo en cuenta que además de ser el nivel más grande del centro, tienen más posibilidades de trabajar el tema de Promoción de la Salud en experiencias que abarquen los dos Estilos de Vida Saludable que se llevan a cabo en la Propuesta de las investigadoras, innovando y creando situaciones que promuevan la vida sana.

Las investigadoras consideran fundamental que siendo este centro Promotor de la Salud, se debe fortalecer el trabajo en aula creando mayor cantidad de experiencias de aprendizaje involucrando a la Familia para realizar un trabajo en conjunto eficaz, capaz de disminuir o erradicar el sedentarismo y los malos hábitos alimenticios desde la primera infancia, siendo esto la alternativa para evitar ECNT.

IV.1.1.3 Análisis Notas de Campo Observacionales de Diagnóstico

Las investigadoras realizaron Notas de Campo observacionales durante los momentos acordes a los ejes investigados, es decir, Alimentación Saludable y Actividad Física. Al ser éstas realizadas en el comienzo de la investigación, permiten conocer las estrategias que se utilizan en las instancias pertinentes al tema a investigar, y cuales son las debilidades que se deben fortalecer durante la investigación. Es por esto, que a partir de la observación anterior, y posterior análisis, se han seleccionado conceptos claves que las investigadoras consideran relevantes en los períodos observados y que se visualizan debilitados en la práctica.

Conceptos a potenciar: Momento de Alimentación y Actividad Física.

Conceptos generales	Alimentación	Actividad Física
Mediación	Estrategias de incentivación	Estrategias incentivación
Beneficios	Beneficios alimentación	Beneficios actividad Física
Normas de Convivencia	Comer adecuadamente	Respetar turnos
Hábitos de higiene	Higiene	Higiene
Resolución de conflicto		

Lenguaje	Lenguaje apropiado, descripción	Lenguaje apropiado, descripción
----------	---------------------------------	---------------------------------

Estos Conceptos surgen a partir de los períodos observados destinados a la Alimentación y Actividad Física y todos se detallan a continuación:

En relación a lo observado en la sala de segundo ciclo, se puede visualizar que hay una incentivación con una canción antes del momento de la ingesta: *“la comidita que rica está, la comeremos toda esta el final, para crecer, para engordar, para estar sanitos y poder jugar”*.

La canción anterior hace referencia a lo importante que alimentarse bien, puesto que, la comida permite crecer, estar sano y entregar energía para poder jugar. Por otro lado, mencionan que el comer sirve para “engordar” lo cual no engloba el verdadero significado de la Alimentación, la palabra podría ser sustituida por una más pertinente.

En cuanto a los beneficios de los alimentos que los niños y niñas ingieren en la hora de almuerzo, no se mencionan detalladamente, es decir, se observa debilitada la intención pedagógica en cuanto a la Alimentación Saludable orientada a los beneficios que trae cada alimento. Una Asistente de párvulo menciona, *“Hoy hay espirales con huevo revuelto, en salsa de tomate y postre manzana picada, súper rico, así que hay que comerse toda la comida”*. Se nombran los alimentos que van a consumir, sin embargo no se menciona el beneficio o aportes que entrega la alimentación.

Las normas de convivencia deben estar presentes e intencionadas en todo momento, al igual que los hábitos que se utilizan en la hora de ingesta para propiciar un ambiente cálido y oportuno en los niños y niñas en este período, generando un clima de tranquilidad y seguridad. Así lo mencionan los Cuadernillos para la Reflexión Pedagógica de los Estilos de Vida Saludable, *“Es importante crear ambientes acogedores para los niños al momento del almuerzo. Es recomendable la participación de los padres en este espacio, colaborando en la ornamentación del lugar como también en reforzar conductas o hábitos positivos.”* (Ministerio de Educación, 2002, p.8).

Por otro lado, se puede mencionar que existe la organización de la rutina diaria, expuesta en el panel pedagógico, sin embargo, el fomentar los hábitos de higiene no se

evidencia, puesto que no se observa la incentivación del lavado de manos antes de la hora de ingesta, y existen ocasiones que esta intención pedagógica no está presente. Asimismo es recomendable que al terminar este período se incentive e incorpore el lavado de dientes de niños y niñas, explicándoles la importancia que tiene para su salud esta actividad que debe ser rutinaria en el horario pedagógico del Jardín Infantil.

En relación a la instancia dedicada a la Actividad Física realizada en una cancha vecinal cercana al Jardín Infantil, se puede mencionar que existe una incentivación por parte del personal educativo hacia niños y niñas, se indica lo que harán sin explicarle el sentido de la actividad. Por ejemplo, *“niños, ahora tienen que correr diez vueltas a la cancha, rapidito porque tenemos que hacer deporte”*. En otra oportunidad, se menciona: *“ya niños vamos a correr por la cancha 5 vueltas, muy rápido”*. Asimismo, no se evidencia la explicación de los beneficios que conlleva hacer deporte o correr alrededor de la cancha, como tampoco la importancia que ésta tiene en la salud de todas las personas.

“No debemos olvidar que el desarrollo de la actividad física en el párvulo está centrado en lo lúdico, a partir de lo cual se puede favorecer la estimulación de movimientos, ejercicios y actividades de diferente tipo” (Ministerio de Educación, 2002 p.10)

Con respecto a las normas de convivencia, se puede señalar que el respeto de turnos, es necesario promoverlo en las actividades de juego colectivo, ya que es importante que los niños y niñas adquieran en toda instancia, los hábitos y normas de convivencia para un mejor trato. De igual forma, es importante considerar que en un juego colectivo, de competencia, donde niños y niñas deban esperar y respetar turnos, la espera no debe ser tan prolongada puesto que causa la pérdida de interés de los niños y niñas generalmente abandonando la actividad.

Aludiendo al tema de higiene personal, se considera importante explicarles a los niños y niñas que después de una Actividad Física o movimiento agitado del cuerpo, éste transpira, lo que significa que después de una actividad es necesario fomentar los hábitos de higiene como el lavado de cara y de manos. “Las características de las actividades de higiene corporal permiten tomar conciencia de sí mismos a las niñas y los niños. Las sensaciones de bienestar, de frío, de calor, de humedad de contacto piel con piel les lleva a formarse una imagen de su cuerpo” (Antón, Fusté, 2007 p.96)

Finalmente, se ha considerado explicar los dos últimos conceptos, Resolución de Conflicto y Lenguaje como un análisis general, ya que deben ser intencionados de igual manera tanto en la hora de ingesta, como en las instancias destinadas a la Actividad Física.

Es por esto que se alude al primer punto, mediar y fomentar en los niños y niñas la capacidad de resolver los conflictos por sí mismos, intencionando el motivo por el cual se debe generar la paz. Por ejemplo en la siguiente cita, se observa una situación de conflicto donde no se visualiza una intervención por parte de un agente educativo ante una situación problemática:

“Tía el David me esta quitando mi comida, no me quiere pasar mi bandeja.”

“Haber David, que esta pasando usted tiene su comida así que se sienta bien, le devuelve la bandeja a la Paz y se come su comida, ¿me escucho?”

Por último, las investigadoras han considerado relevante asignar el concepto lenguaje, puesto que éste debe estar incorporando en toda instancia educativa, fomentando el lenguaje verbal en los niños y niñas en la hora de la ingesta y Actividad Física, interactuando conversando y dialogando con ellos y ellas. Además, es significativo destacar que el vocabulario que utilizan los agentes educativos en el trabajo pedagógico, debe ser claro, pertinente, amplio y oportuno, el lenguaje es fundamental en toda situación pedagógica, así lo mencionan las Bases curriculares de la Educación Parvularia y Los Cuadernillos de Reflexión Pedagógica, que entregan orientaciones y estrategias a los educadores.

“Los nuevos aprendizajes requieren de práctica. Los niños necesitan repetir varias veces lo nuevo que están aprendiendo hasta que logran internalizarlo. De la misma forma el lenguaje se aprende practicando. Los niños desde que nacen aprenden imitando a los adultos, repitiendo lo que los adultos hacen o dicen. Necesitan practicar el lenguaje en diversas situaciones y contextos hasta internalizar sus nuevos aprendizajes”. (Ministerio de Educación, 2002 p. 8)

IV.2 Hallazgos en relación a la Fase II

IV.2.1 Análisis Entrevistas Familia y Personal Educativo

Para el análisis de estas entrevistas, sólo se hará mención a las categorías levantadas que sean comunes entre ambos participantes (familia y personal educativo).

Se realizaron entrevistas semiestructuradas para recoger información, a la familia y personal educativo, del nivel heterogéneo de segundo ciclo del Jardín Infantil, acerca de la Promoción de Salud y las experiencias realizadas por el centro educativo, en torno a dicho tema. Las entrevistas fueron extraídas y adaptadas del estudio de caso “Acciones para la Promoción de la Salud, en un Jardín Infantil acreditado como Promotor de la Salud” realizado por alumnas Gabriela Benavente Guarda, Ingrid Leiva Tirado y Raquel Mancilla Vargas de la Carrera de Educación Parvularia de la Universidad de Valparaíso.

Las entrevistas fueron realizadas a 5 Técnicos en Educación Parvularia, 2 Educadoras de Párvulos, incluyendo entre estas a la Directora del establecimiento. En tanto a la familia, se consideraron a 20 padres y/o apoderados.

Según las respuestas obtenidas de las entrevistas, se levantaron categorías y subcategorías por separado de la familia y del personal educativo, posteriormente se compararon, seleccionando conceptos comunes que se evidencian a continuación:

Categorías y Subcategorías

Categorías	Subcategorías Personal Educativo	Subcategorías Familia
Promoción de la Salud.	- Información acerca de la Alimentación Saludable.	- Información acerca de la Alimentación Saludable
Experiencias educativas.	-Actividad Física. -Alimentación Saludable.	- Actividades de Alimentación. -Actividad física de los párvulos.

Estrategias para la Promoción de la Salud	-Charlas y Talleres educativos. -Asesorías Profesionales y/o Expertos del tema.	-Charlas y talleres educativos.
---	--	---------------------------------

IV.2.1.1 Categorías

- **Promoción de la Salud**

La categoría Promoción de la Salud, hace referencia a la importancia que la familia y el personal educativo, otorgan a las experiencias que apuntan a la vida saludable.

De acuerdo a esta categoría, se puede visualizar una subcategoría en común entre familia y personal educativo, “Información acerca de la Alimentación Saludable”.

Respecto a la subcategoría que surge a partir de los comentarios expresados por padres, madres y personal educativo, podemos inferir que se le otorga mayor importancia, a la Alimentación Saludable, dentro de la Promoción de la Salud.

Por parte de los padres y/o apoderados con respecto a esta temática, se obtuvo escasa participación de los informantes, quienes mencionan *“Yo creo que es importante por el hecho de que si tenemos una buena alimentación los niños van a crecer más sanos y no*

van a tener tantos problemas en la salud”, “Es buena la alimentación sana porque ahora se ve tanto niño obeso con la comida chatarra y todas esas cosas que se venden”. Asimismo, el personal educativo expresa “yo creo que en muy pocas casas, muy pocas familias les dan tanta importancia o se enfocan más en la alimentación saludable, la dejan para último y nosotros le damos la prioridad en eso”, “Que los niños puedan tener una buena alimentación a base de proteínas y cosas naturales”, “para que puedan decidir en un futuro su alimentación y que no se sientan influenciados por el medio y tampoco por la alimentación del exterior”. Se puede evidenciar a través de las respuestas entregadas, que existe conciencia por parte del personal educativo y familia de la importancia que tiene el alimentarse sanamente, excluyendo de su dieta, las denominadas “comidas chatarras”, como una mala influencia proveniente de los medios externos.

La Promoción de la Salud, como se cita previamente en el Marco Teórico Referencial de la investigación, se traduce en “proporcionar a la población, los medios necesarios para mejorar su salud, calidad de vida y ejercer un control sobre la misma” (SEREMI SALUD, Santiago-Chile), teniendo en cuenta que los niños y niñas deben ser educados como seres integrales y considerando todos los aspectos de Promoción de la Salud, como lo son la Alimentación Saludable, Actividad Física, tabaco, factores protectores psicosociales y factores protectores ambientales. Lo mencionado por los informantes, evidencia escaso conocimiento de la familia en torno a la temática, y una limitada información por parte del personal educativo, quienes hacen mención sobre la Alimentación Saludable, excluyendo los otros factores saludables señalados.

- **Experiencias Educativas**

Con la categoría de experiencias educativas se hace referencia a las distintas actividades pedagógicas que se realizan en el Jardín Infantil en relación a la Promoción de Estilos de Vida Saludable.

A ambas fuentes consultadas (personal educativo y familia), se les preguntó acerca de las acciones en torno a la Promoción de la Salud en el Jardín Infantil, obteniéndose respuestas relacionadas con la “Alimentación Saludable” y “Actividad Física como subcategorías”.

Respecto a la Alimentación Saludable, se hace referencia al consumo de frutas y verduras de manera lúdica e interesante para los niños y niñas, *" Hacemos experiencias con jugos naturales con fruta y eso", " De vez en cuando los apoderados traen frutas y se les hacen jugos a los niños o se hacen brochetas donde los niños participan y hacen ellos también trabajar la experiencia" , "Si hacemos alguna actividad tratamos que sea relevante haciendo brochetas de fruta todo lo que sea saludable"*, por otro lado, se menciona la ingesta del almuerzo otorgado por el centro educativo, *" Se come toda la comida, porque le gusta, es bueno para comer"*, *" Que le dan ensalada y que le gusta el brócoli"*. Las respuestas evidencian que las actividades están enfocadas a la realización de alimentos saludables y al consumo del almuerzo diario entregado por la institución. Se puede observar a través de las respuestas, que la familia solo está en conocimiento que los niños y niñas almuerzan en el Jardín Infantil pero no tienen mayor información de qué consta la alimentación diaria y tampoco de otras experiencias que se realicen en torno al tema.

Es necesaria la formación de hábitos alimenticios desde edades tempranas, para evitar enfermedades asociadas en el futuro, teniendo en cuenta lo expresado en el Marco Teórico Referencial, que afirma que de acuerdo a estudios realizados a nivel mundial se ha podido comprobar que los hábitos de alimentación de la población infantil no siempre se ajustan a los patrones establecidos como saludables, encontrando un gran desajuste en la alimentación actual.

Por otro lado, se levanta la subcategoría llamada "experiencias de Actividad Física", en la que se hace referencia a distintas actividades motoras y la realización de deportes. En este contexto, una de las asistentes de párvulos señala, *"Hay experiencias permanente de ejercicios y bueno casi la mayoría de las planificaciones son enfocadas en estilos de vida saludable, y alimentación saludable, ejercicios"*, *"En mi nivel, todos los días tenemos que salir a la cancha a hacer ejercicios con los niños media hora"*.

Con respecto al mismo tema, diferentes adultos mencionan *"Él me dice que juega al gol, a la pelota"*, *"No sé, la Sofi me dice que corre, que corre"*, *"yo soy testigo por que yo lo he visto en la cancha, se que salen a caminar, por que los he visto en el trencito y todas esas cosas"*, *"pero las actitudes que ella tiene que le gusta correr, me dice tía, tía correr"*.

La familia se encuentra en conocimiento de algunas acciones que se realizan con respecto a la Actividad Física, en especial de lo que hacen los niños y niñas al momento de ir a la cancha, que es una instancia permanente dentro de la rutina diaria, donde se realiza Actividad Física durante media hora.

Basándose en lo expuesto en el Marco Teórico Referencial de esta investigación, se afirma la importancia de la realización de experiencias en torno a la Actividad Física, teniendo en cuenta que, “Diferentes resultados de Salud requieren diferentes tipos y cantidades de actividad física: al menos 30 minutos de actividad física diaria regular de intensidad moderada la mayoría de los días de la semana reducen el riesgo de enfermedad cardiovascular, diabetes y cáncer de colon y mama”.

Por último, se puede mencionar que la erradicación del sedentarismo, será favorecida con la incorporación de la Actividad Física en el estilo de vida de las personas en sus primeros años, por medio de la educación formal y familiar.

- **Estrategias para la Promoción de la Salud**

En la categoría “estrategias para la Promoción de la Salud”, se consideran las ideas y propuestas que puedan aportar tanto el personal educativo, como la familia, en cuanto a experiencias que tengan relación a la Promoción de la Salud, considerando la importancia que tiene para este fin, la participación activa del entorno significativo del niño y niña en su educación.

A partir de esta categoría se levantaron variadas subcategorías, de las cuales sólo una mencionada, fue concordante entre los informantes, esta es “aplicación de charlas y talleres educativos”.

En relación a la subcategoría mencionada, tres adultos pertenecientes a la familia, se expresaron de la siguiente forma, *“bueno talleres ilustrativos, más conocimientos, incentivos pero que estuviese involucrada la familia”, “talleres, charlas educativas que te enseñen y te orienten, eso es bueno”, “sería como una charla, pero más a los niños que enfocada a nosotros”.*

Con respecto a la misma temática, dos asistentes de párvulos se refieren de esta manera, *“La verdad que sí me gustaría que hubiera alguna charla de alimentación más que nada o tipo de ejercicios que fueran aptos para los niños”, “Si me gustaría que nos hicieran charlas, porque nos sirve mucho para trabajar con los niños más, a base de la alimentación en muchas cosas”.*

De acuerdo a las respuestas, se puede identificar el interés por parte de la familia y el personal educativo por informarse sobre la Promoción de la Salud, para apoyar de mejor manera la educación y el desarrollo integral de los párvulos. Ambos informantes, hacen referencia a la realización de charlas y talleres educativos, los cuales tratan de exposiciones informativas, en el caso de las charlas y actividades interactivas y lúdicas, en el caso de los talleres.

Las sugerencias e información hacia los agentes participantes en la educación de los niños y niñas es preponderante, considerando lo que se menciona en el Marco Teórico Referencial de la investigación, donde se expresa que es de fundamental importancia para el éxito de los establecimientos Promotores de la Salud crear redes con la familia y con distintas organizaciones e instituciones de la comunidad que puedan ser aportes para el cumplimiento de las metas propuestas. Solo así se logrará incluir a la familia en el trabajo pedagógico con los niños y niñas, considerando que debe ser una labor continua que no abarque solo al Jardín Infantil, sino que todos los ámbitos que involucren al párvulo.

IV.2.2 Análisis Entrevistas niños y niñas

Las investigadoras realizaron una entrevista a 25 niños y niñas del nivel heterogéneo de segundo ciclo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores” durante la fase de diagnóstico mencionada en la investigación, para indagar en las percepciones y conocimientos relacionados con el cuidado de la salud, Alimentación Saludable y Actividad Física. Las preguntas de la entrevista fueron extraídas y modificadas del estudio de caso “Acciones para la Promoción de la Salud, en un Jardín Infantil acreditado como Promotor de la Salud” realizado por alumnas Gabriela Benavente Guarda, Ingrid Leiva Tirado y Raquel Mancilla Vargas de la Carrera de Educación Parvularia de la Universidad de Valparaíso.

La entrevista realizada se registró mediante una grabación en dos grupos de niños y niñas distribuidos equitativamente, ésta se realizó en la sala del nivel mixto de segundo ciclo,

con los párvulos sentados en semicírculo en el piso. Al ser una entrevista semiestructurada se necesitó de la mediación de las investigadoras para poder obtener las percepciones y respuestas de los niños y niñas y así utilizar dicha información para levantar las siguientes categorías y subcategorías:

Niños/Niñas.

Categorías.	Subcategorías.
Cuidado del cuerpo.	-Alimentación Saludable. -Actividad Física. -Asistencia médica. -Apoyo de la familia - Descanso

D

De acuerdo a las respuestas obtenidas por los niños y niñas, se ha levantado al análisis de la entrevista sólo una categoría: “cuidado del cuerpo”.

IV.2.2.1 Categorías

- **Cuidado del Cuerpo**

Por cuidado del cuerpo entendemos aportar equilibrio a todos los aspectos que afectan a nuestro equilibrio físico y emocional, entre éstos, cuidar nuestra dieta o nutrición, el cuidado del cuerpo relacionado con la actividad física, descansar lo necesario, entre otros.

Con respecto a la categoría mencionada anteriormente surgen 5 subcategorías: “Alimentación Saludable”, “Actividad Física”, “asistencia médica”, “apoyo de la familia” y “descanso”.

En relación a la primera subcategoría, niños y niñas mencionan cuidar su cuerpo a través de la Alimentación Saludable, respondiendo que la forma de cuidarse es: *“comer comida”, “comer manzana, verduras”, “yo como pera”, “la comida que tiene carne”, “la carne”, “yo como comida con carne y pollo”*. Por otro lado, algunos niños y niñas responden a la misma pregunta lo siguiente: *“papas fritas”, “las galletas”, “los fideos”*.

Por lo tanto, se evidencia que algunos niños y niñas del nivel heterogéneo de segundo ciclo del Jardín Infantil, no conocen el concepto de Alimentación Saludable, puesto que no diferencian ésta de la comida chatarra, y los beneficios de la comida sana.

En las Bases Curriculares de la Educación Parvularia y cuadernillos pedagógicos hacen referencia al trabajo pedagógico con los niños y niñas orientados a este tema:

“Un gran desafío en este sentido, es lograr que los niños adquieran hábitos alimenticios saludables, que aprendan a comer diferentes tipos de alimentos, en especial verduras y frutas, y a identificar aquellos saludables de los no saludables y, a preferir los primeros.”(Ministerio de Educación, 2002, p. 8)

Con respecto a la segunda subcategoría, “Actividad Física”, que emerge de las acciones que realizan para el cuidado de su cuerpo, niños y niñas responden lo siguiente: *“ejercitando”, “me gusta correr”, “a mí me gusta hacer así (realiza movimiento con las piernas), gimnasia”, “hacer ejercicios”, “me gusta cuando yo juego en la cancha con pelotas con mi papá”, “me gusta saltar”*.

Por lo tanto, se observa que niños y niñas tienen más conocimiento del concepto de Actividad Física que el de Alimentación Saludable y lo relacionan directamente con el movimiento de su cuerpo, hacer ejercicios y el juego. Acciones que realizan cotidianamente en su casa o el Jardín Infantil.

“No debemos olvidar que el desarrollo de la actividad física en el párvulo está centrado en lo lúdico, a partir de lo cual se puede favorecer la estimulación de movimientos, ejercicios y actividades de diferente tipo.” (Ministerio de Educación, 2002 p.10)

La siguiente subcategoría levantada es “asistencia médica”, al responder cómo cuidan su cuerpo los niños y niñas señalan lo siguiente: *“vamos al doctor”, “vamos al doctor, me pone algo aquí en el ombligo”, “me enfermo, me revisa la cabeza y yo voy al enfermo y también me da remedios”, “¡tía!, cuando yo estaba enferma me dieron un remedio”.*

De acuerdo a lo anterior, las investigadoras interpretan que niños y niñas, tienen integrado en sus experiencias, que la asistencia médica es un servicio que prestan los profesionales de la salud con un efecto paliativo, más que de autocuidado o de prevención de las enfermedades, lo cual refleja la mirada general que tiene la sociedad actual, mirar la asistencia médica como la cura a las enfermedades y no como una entidad que previene y promueve la salud.

Respecto a la subcategoría “apoyo de la familia”, los niños y niñas responden lo siguiente: *“mi mamá me cuida”, “mi mamá me acuesta con el cuerpo”, “mi mamá me cuida mi cuerpo”, “mi mamá me cuida mi cuerpo cuando estoy enfermo”.*

Se entiende que algunos niños y niñas asocian el cuidado del cuerpo no sólo como una responsabilidad propia, sino que también como un compromiso de la familia, es decir, que los párvulos necesitan sentir la protección de las personas que los rodean, en particular el resguardo y amparo de la madre, como se menciona en la Bases Curriculares “En la familia se establecen los más importantes vínculos afectivos y, a través de ella la niña y el niño incorporan las pautas y hábitos de su grupo social y cultural” (Ministerio de Educación 2002, p. 13).

Por último, emerge la subcategoría “descanso”, puesto que niños y niñas responden lo siguiente: *“yo mi cuerpo lo cuido en la cama”, “mi mamá me acuesta con el cuerpo”, “me cuido en mi cama”, “se acuesta”.* Esto refleja que los párvulos consideran importante el descanso como una forma de mantener el cuidado de su cuerpo, es decir, se evidencia el Principio de Bienestar que mencionan las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, por lo tanto es una necesidad que se debe considerar en la rutina diaria, propiciando los tiempos y los espacios adecuados para el descanso.

Así hacen mención las Bases Curriculares en su principio de bienestar: “Toda situación educativa debe propiciar que cada niño y niña se sienta plenamente considerado en cuanto a sus necesidades e intereses de protección, protagonismo, afectividad y cognición, generando sentimientos de aceptación, conformidad, seguridad y plenitud.” (Ministerio de Educación, 2002, p. 17).

IV.3 Hallazgos en relación a la Fase III

IV.3.1 Evaluación Propuesta Educativa

IV.3.1.1 Análisis Entrevista Evaluativa familia y personal educativo

Las investigadoras realizaron una entrevista evaluativa a las familias de niños y niñas de segundo ciclo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, así como al personal educativo perteneciente a la institución. Ésta fue enfocada al análisis de la Propuesta que se llevó a cabo por las investigadoras durante el mes de Junio del presente año.

De acuerdo a las respuestas obtenidas de las entrevistas, se levantaron categorías y subcategorías por separado de la familia y del personal educativo, posteriormente se contrastaron, seleccionando conceptos comunes de las respuestas que se evidencian a continuación:

Categorías y Subcategorías

Categorías	Subcategorías Familia	Subcategorías Personal educativo
------------	-----------------------	----------------------------------

Relevancia de la Propuesta Educativa	-No se levantan subcategorías comunes	-No se levantan subcategorías comunes
Fortalezas de la Propuesta Educativa	- Actividades creativas e innovadoras	- Actividades creativas
Debilidades de la Propuesta Educativa	-No se levantan subcategorías comunes	-No se levantan subcategorías comunes
Conocimientos adquiridos por medio de la Propuesta Educativa	- Importancia de la Alimentación Saludable y Actividad Física en el desarrollo de las personas	- Importancia de la Alimentación Saludable y Actividad Física
Sugerencias para la mejora de la Propuesta Educativa	- Mayor participación de la familia - Capacitación acerca de la Actividad Física enfocada en Niños y Niñas	- Mayor información sobre la temática hacia la Familia - Capacitación acerca de la Actividad Física enfocada en Niños y Niñas

IV.3.1.1.1 Categorías

- **Relevancia de la Propuesta Educativa**

Este concepto se refiere a la importancia que otorgaron los agentes entrevistados, a la Propuesta Educativa llevada cabo. De acuerdo a las respuestas de la familia y personal educativo emerge la categoría “relevancia de la Propuesta Educativa” pero de ésta no fue posible levantar subcategorías comunes, puesto que de las respuestas mencionadas no se existe un cruce de conceptos entre ambos participantes, agentes educativos y familia.

- **Fortalezas de la Propuesta Educativa**

Con fortalezas se consideran los aspectos positivos y significativos, reconocidos por las familias y personal educativo participante en la Propuesta.

A partir de esta categoría emerge la subcategoría “actividades creativas e innovadoras”, de acuerdo a ésta, se logra percibir una buena recepción por parte de la familia y personal educativo acerca de las experiencias de aprendizaje realizadas en la Propuesta, las cuales fueron consideradas creativas e innovadoras.

La familia entrevistada comentó con respecto a esta temática que, *“Considero como fortaleza que las actividades que se realizaron fueron creativas como la Marcha que hicieron”, “Las actividades innovadoras que se realizaron con la Alimentación Saludable”*. De la misma manera el personal educativo se expresó en referencia al mismo tema, *“Las principales fortalezas son las experiencias o actividades creativas e innovadoras para los niños y niñas ya que llamaron la atención de ellos y ellas tomando conciencia de una vida saludable”*. Expresando la conformidad y gusto por las experiencias realizadas.

- **Debilidades de la Propuesta Educativa**

Se considera con la categoría debilidad a los aspectos que puedan ser percibidos como negativos o considerados susceptibles a cambios o mejoras.

Dentro de esta categoría los agentes entrevistados no realizaron mayores intervenciones ni sus respuestas fueron concordantes entre la familia y el personal educativo, siendo consecuencia de esto, que no se levanten subcategorías comunes entre ambos informantes. De todas formas, las debilidades nombradas hacen referencia a la escasa participación de la familia en las actividades propuestas, se considera relevante la incorporación y participación de ésta, por parte de la institución como por los apoderados que participaron en la propuesta.

- **Conocimientos adquiridos por medio de la Propuesta Educativa**

Con respecto a la categoría conocimientos adquiridos surge la subcategoría, “Importancia de la Alimentación Saludable y Actividad Física”, frente a esto, se menciona por parte de la institución *“Que las frutas y verduras se pueden preparar de diferentes maneras y quedan muy ricas”*, además *“La importancia de trabajar la Alimentación Saludable en conjunto con la familia para que los niños y niñas puedan alimentarse saludablemente también en su hogar y de forma entretenida”*. También se menciona que aprendieron *“Sobre la importancia que es tomar mucha agua”*, *“Lo relacionado con una alimentación adecuada para los niños y la actividad física es necesaria para el desarrollo de éste”*.

En relación al mismo tema, la familia responde que aprendieron lo siguiente *“Más que nada que hay que comer sano, hacer gimnasia y ejercicios y por otro lado a identificar la comida chatarra”*, *“A comer sano y hacer más deportes, ya que no era lo primordial, y ahora sí tengo tiempo realizo algo y me preocupo de eso”*.

Se evidencia al observar las repuestas del personal educativo y la familia que el tema más mencionado entre los informantes, es el de Alimentación Saludable, especialmente en relación a las comidas y platos saludables que se pueden realizar, además de la incorporación del agua, lo cual conlleva a inferir, que comer sano no debe considerarse un sufrimiento o aburrimiento. Asimismo, se menciona que hacer ejercicios o deportes debe ser una prioridad en las personas para mantenerse sanos.

- **Sugerencias para la mejora de la Propuesta Educativa**

La última categoría, hace referencia a las sugerencias o ideas que aporten a la Propuesta Educativa realizada, enfocándose en las debilidades y las acciones que se consideran relevantes realizar para que generen con mayor éxito las actividades propuestas.

Dentro de esta categoría se levantan las subcategorías "participación de la familia" y "capacitación de la Actividad Física".

En torno a esta subcategoría, los agentes educativos responden lo siguiente, *"Quizás mas charlas a los padres", "Realización de taller de Actividad Física para el personal del Jardín Infantil, Actividad física específica para pre-escolares"* como también, *"Más información a la familia de los niños y niñas para poder trabajar en conjunto con ellos"*.

Asimismo, la familia revela en cuanto a las sugerencias *"Que los apoderados participaran más, motivar a los padres a asistir y dar a los niños mejor calidad de vida", "Acercar de la Actividad Física cómo enseñarla a los niños pequeños y por otro lado más educación familiar acerca de la alimentación"*, además menciona *"Incentivar y motivar a los padres para crear conciencia de la alimentación adecuada", "Les podría sugerir quizás la incorporación de la familia más a las actividades"*.

En conclusión, se evidencia una escasa participación de la familia en las actividades, los motivos de ésta pueden generarse debido a la falta de incentivación por parte de las investigadoras o al desinterés de algunos apoderados. Sin embargo, quienes participaron reconocen que la participación de la familia es importante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en el desarrollo de sus hijos o hijas, por lo tanto el rol de educar debe ser compartido, mencionando como primera sugerencia, mayor participación y capacitación de los padres.

La segunda sugerencia a destacar es la necesidad que manifiestan los agentes educativos, junto con la familia de tener la capacidad de motivar y realizar Actividad Física a los niños y niñas, mencionando que les gustaría participar de un taller relacionado al tema, lo cual indica que esta temática se debe fortalecer en las futuras actividades, considerando que una Actividad Física es cualquier movimiento con el cuerpo y tanto personal educativo,

como familia pueden efectuar como beneficio propio, y para niños y niñas. Así se menciona en el Cuadernillo de Reflexión Pedagógica: “Actividad física es toda acción motriz que implica el uso de nuestra musculatura para mover el cuerpo y que demanda un gasto energético por sobre el nivel basal. La importancia de la actividad física en esta etapa de la vida, es fundamental” (Ministerio de Educación, 2002 p.9).

IV.3.1.2 Análisis Registros Abiertos niños y niñas

Los Registros Abiertos realizados por las investigadoras, se utilizaron como un instrumento de evaluación individual en cada situación de aprendizaje con los niños y niñas del segundo ciclo del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”, a partir de éstos, se evidencia que al comienzo de la investigación el tema de la Alimentación Saludable y Actividad Física, era desconocido y se realizaban escasas experiencias relacionadas con el de Promoción de la Salud, en donde no se profundizaba el sentido de realizar Actividad Física y de Alimentarse en forma adecuada. Asimismo se visualiza que para niños y niñas tenían más conocimiento en torno a la Alimentación Saludable, ya que reconocían algunos alimentos saludables.

En relación a la Actividad Física, niños y niñas desempeñaban lo que solicitaba el adulto, sin observarse disfrutar de la Actividad Física como una forma de llevar una vida más sana.

A medida que se realizaron las experiencias de aprendizaje de la Propuesta Educativa, niños y niñas se observaban interesados por aprender de los temas que se abordaron en cada situación de aprendizaje y participar activamente de las experiencias.

Por lo que se logra visualizar que el grupo en su totalidad aprendió nuevos contenidos en torno a la alimentación, reconociendo los beneficios que éstos traen para la salud y cuales son los tipos de riesgos que conlleva una alimentación no adecuada. Con esto las investigadoras se refieren a la comida chatarra en exceso, que a corto y a largo plazo trae consecuencias desfavorables para la salud.

En lo que se refiere a la Actividad Física las investigadoras consideran a partir de lo observado, que niños y niñas disfrutaron de las nuevas e innovadoras experiencias seleccionadas en la Propuesta, donde no sólo participaban corriendo, sino que además

realizaban distintos movimientos del cuerpo, potenciando además el lenguaje en los períodos de finalización de las experiencias por medio de preguntas mediadoras.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

V. Conclusiones

Para desarrollar la presente investigación acerca de la Promoción de la Salud, se plantea el siguiente objetivo general, *“Diseñar e implementar a partir de las percepciones*

recogidas, una Propuesta Educativa dirigida a la Comunidad Educativa del Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores”. A partir de este objetivo, se formularon diversos objetivos específicos.

En referencia al primer objetivo específico planteado en la investigación, el cual hace mención a, *“Conocer las acciones implementadas por el Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores en torno a la Promoción de Estilos de Vida Saludable”*, se puede mencionar que fue realizado por medio de entrevistas de diagnóstico aplicada a los niños, niñas, familias y personal educativo de la institución, que serían partícipes de la Propuesta Educativa. A partir de este instrumento de recogida de información, se pudo evidenciar que las apreciaciones en torno al tema apuntan a las actividades relacionadas con la Alimentación Saludable y la Actividad Física, existiendo pocas instancias destinadas a éstas, por otra parte, se menciona que las experiencias existentes no son organizadas, planificadas, ni intencionadas específicamente en torno a la Promoción de la Salud.

Es visible por parte del personal educativo, que existe conciencia de la importancia de trabajar de manera constante, lúdica y creativa la Promoción de Estilos de Vida Saludable, debido a la responsabilidad que poseen por ser parte de un Jardín Infantil acreditado como Promotor de la Salud, por otro lado es posible observar en el análisis realizado al PEI del centro educativo y a las situaciones de aprendizaje realizadas por el personal técnico del mismo, que esta área debe ser potenciada, para que logren traspasar las barreras del discurso y materializarlo en las experiencias educativas y planificación diaria de la institución.

En cuanto a las percepciones extraídas de niños y niñas de segundo ciclo, se puede mencionar que no se evidencia una clara información acerca del tema de Alimentación Saludable, por lo mismo, se visualiza que le otorgan poca importancia a la mantención de buenos hábitos nutricionales, por otra parte, se observa escaso conocimiento de la relevancia que tiene la realización de Actividad Física como un aporte a la vida sana, si no que es considerada sólo en su aspecto recreativo.

Con respecto al segundo objetivo específico planteado, *“Elaborar propuesta para la mejora de la Promoción de la Salud en los aspectos de Alimentación y Actividad Física del Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores”*, se puede mencionar que se cumple satisfactoriamente, puesto que, se diseña una Propuesta que, a juicio de las investigadoras,

es creativa, e interesante y por lo mismo motivadora para los beneficiarios de esta experiencia. Dicha Propuesta, contó con planificaciones dirigidas a los niños y niñas de segundo ciclo del Jardín Infantil que engloban la Alimentación Saludable y Actividad Física, estas actividades se realizan con un enfoque globalizador basado en un Proyecto de Aula.

Por otra parte, se puede mencionar que las experiencias pedagógicas elaboradas en la Propuesta incluyen a la familia en el trabajo con los niños y niñas, así como un taller enfocado a informar a los padres y apoderados acerca de la Alimentación Saludable y Actividad Física. De la misma manera, se realizó un taller dirigido al personal educativo de la institución, el cual fue de carácter informativo-práctico relacionado con las temáticas ya mencionadas y con la creación de propuestas para actividades futuras.

En cuanto al tercer objetivo específico, que tiene relación con *“Ejecutar e intervenir con acciones para la Promoción de la Salud”*, se señala que, una vez elaborada la Propuesta, se llevó a cabo de acuerdo a las planificaciones educativas diseñadas. Es importante destacar, que las experiencias de aprendizaje se expusieron y concretaron cumpliendo con el objetivo y los aprendizajes esperados de las Bases Curriculares de la Educación Parvularia en la formulación y ejecución de la Propuesta.

Estas experiencias educativas al formar parte de un enfoque globalizador, fueron atractivas e innovadoras, favoreciendo así significativamente el aprendizaje y valorización en torno a Alimentación Saludable y Actividad Física de niños y niñas del Jardín Infantil “Los Pequeños Conquistadores”.

Por otra parte, cabe destacar que en cuanto al trabajo con la familia, se llevó a cabo una experiencia de aprendizaje globalizadora en conjunto con sus hijos e hijas además de la realización de un taller enfocado en Actividad Física y Alimentación Saludable, donde la familia presentó una baja asistencia.

El último objetivo específico, *“Identificar las percepciones de la comunidad educativa en torno a la Propuesta Educativa aplicada”*, se cumplió a través de distintos instrumentos evaluativos que fueron aplicados de forma independiente a cada uno de los actores participantes de la Propuesta. En este sentido, los aprendizajes esperados y específicos propuestos en cada experiencia realizada, enfocados en núcleos de autonomía y lenguaje

verbal de las Bases Curriculares de la Educación Parvularia, fueron evaluados por medio de registros abiertos al finalizar cada experiencia con niños y niñas participantes

Teniendo en cuenta las observaciones realizadas en los registros abiertos, podemos mencionar que el conocimiento y valorización de los niños y niñas acerca de los beneficios de la Alimentación Saludable, así como de cuáles son los Alimentos Saludables, aumentó considerablemente, de la misma manera, los párvulos realizaron Actividad Física de forma constante, durante el transcurso de la Propuesta, ésta fue efectuada en un contexto y con un sentido previamente planificado. Por otro lado, se puede mencionar que la Propuesta tuvo una buena recepción por parte de los niños y niñas que participaron de las experiencias educativas, mostrando su interés por realizar las actividades y por el tema abordado en ellas.

En relación al personal educativo y la familia, la evaluación se hizo al finalizar la Propuesta Educativa, por medio de entrevistas que consideraron la visión que éstos tuvieron de las actividades realizadas, en tanto a las fortalezas y debilidades que percibieron, así como de sugerencias que pudiesen considerar para una futura mejora. En este sentido, ambos actores valoraron la propuesta aplicada, considerando importantes los temas abordados y expresando que habían adquirido nuevos conocimientos o valorado aún más, temas que conocían pero que no les otorgaban mayor relevancia. Por otro lado, consideraron como debilidad la poca participación de algunas familias en las experiencias a las que se les invitaba a participar y sugirieron mayor incentivación a la participación de los padres y/o apoderados, así como aumentar las actividades dedicadas a las experiencias educativas dedicadas a éstos.

En conclusión, se puede expresar según las evaluaciones de los niños, niñas, familias y personal educativo, que la Propuesta Educativa realizada, tuvo una buena recepción y evaluación por parte de la comunidad educativa, logrando la construcción de nuevos aprendizajes en los participantes de ésta y aumentando la valoración de la Promoción de la Salud en Alimentación Saludable y Actividad Física de los mismos.

Al terminar la investigación realizada y cumplir los objetivos propuestos, se puede dar respuesta a las interrogantes expresadas en el capítulo primero de esta tesis. En este sentido y en relación al primer cuestionamiento realizado, el cual hace referencia a las acciones que realiza un Jardín Infantil Promotor de la Salud, para potenciar los Estilos de Vida Saludables, luego de la acreditación, se logra evidenciar que, la institución estudiada no

hace mayor énfasis a las actividades que apunten a este objetivo, siendo escasas las planificaciones realizadas y encontrándose con una comunidad educativa poco informada en relación al tema. Si bien es cierto, que dentro del PEI se señalan algunos puntos y un proyecto educativo enfocado a la Promoción de la Salud, no se pudo evidenciar su cumplimiento, siendo escasas las instancias destinadas a la potenciación de Estilos de Vida Saludables.

En cuanto a la segunda interrogante planteada por las investigadoras, la cual va dirigida hacia las estrategias pedagógicas que se pueden impartir en un Jardín Infantil para fomentar los Estilos de Vida Saludable, en relación a la Actividad Física y Alimentación Saludable, se puede expresar que a juicio de las investigadoras, éstas deben ser creativas, innovadoras y atractivas, que aborden las temáticas de manera globalizada, teniendo en cuenta que los niños y niñas son seres integrales y no segmentados. Donde los párvulos aprendan de manera entretenida, utilizando el juego como estrategia fundamental para la construcción de aprendizajes. Es importante mencionar, que cualquier propuesta que se lleve a cabo, debe considerar a toda la comunidad educativa, sabiendo que el personal educativo y en especial la familia, son parte fundamental en el desarrollo y formación de los educandos y que por lo mismo deben ser partícipes en su educación y tener conocimiento en cuanto a las temáticas que sean importantes para los niños y niñas. Cabe destacar de igual manera, que las estrategias para la Promoción de la salud, deben ser parte constante y transversal en la vida de los párvulos, ya que sólo de esta forma, se logrará que éstos las internalicen en sus hábitos cotidianos.

Durante el proceso en que se llevó a cabo la Propuesta Educativa, se pudo reflexionar acerca de la importancia de la creatividad y el juego en las experiencias llevadas a cabo con niños y niñas, logrando percibir por parte de las investigadoras y del personal educativo de la institución, que al presentar de manera interesante las actividades a los párvulos, probando y aceptando alimentos y acciones que en otras instancias no habían realizado. Asimismo, se pudo evidenciar la importancia de la participación e información de la familia en las temáticas abordadas, siendo ésta fundamental en la incorporación de los conocimientos y hábitos por parte de los niños y niñas, traspasando así las actividades concretas realizadas en el Jardín Infantil y llegando a practicarse en los hogares de cada párvulo. Por otra parte se logró valorar el papel fundamental que ocupa la capacitación e información del personal educativo en los tópicos que se consideren con los niños y niñas,

así como el dar instancias en que éste utilice la creatividad en la creación de nuevas estrategias o compartir ideas con el resto del personal, logrando una retroalimentación que enriquezca el quehacer pedagógico y la construcción de aprendizajes significativos en los párvulos.

Se debe señalar, la importancia de la flexibilidad de los ciclos en el proceso de la investigación realizada, considerando las necesidades, intereses y debilidades de la realidad estudiada, así como también en las posibles reestructuraciones y reformulaciones en lo planificado, debiendo adecuarse a limitantes, problemáticas, interrogantes o nuevos temas que puedan nacer durante el transcurso del estudio, cabe destacar que el tipo de investigación utilizada, llamada investigación acción, se abre a esta docilidad, haciendo viable replantear y complementar los procesos según los posibles emergentes. Así lo afirma Latorre (2007, p.39), "...La investigación acción es de carácter cíclico. Realizar una investigación puede llevar un solo ciclo, pero la mayoría de las veces consume varios; todo dependerá del problema y del tiempo que se disponga para realizar el proyecto...", "...Los ciclos de la investigación-acción se transforman en nuevos ciclos, de modo que la investigación en sí puede verse como un *ciclo de ciclos* o como una *espiral de espirales*, que tiene el potencial de continuar indefinidamente".

Para finalizar, cabe mencionar que esta investigación puede dar pie a interrogantes o trabajos futuros, complementando la Propuesta Educativa realizada por las investigadoras, y creando nuevas propuestas o considerando otros aspectos de la Promoción de la Salud que no fueron incorporados en esta ocasión y que tienen de igual manera, importancia para todos los agentes de una comunidad educativa, teniendo en cuenta, que toda acción para la mejora de la salud, será importante y valorada como un aporte para mejorar la calidad de vida de las personas, en especial de niños y niñas, que tendrán mayores posibilidades de ser potenciados de manera integral y con esto ser adultos sanos y con mayores oportunidades a futuro.

V.1 Sugerencias

Se hace necesario, teniendo en cuenta siempre el bienestar de los niños y niñas, como pilares fundamentales de la sociedad futura, enunciar las principales sugerencias, las

cuales abarquen un contexto mayor a la realidad estudiada, haciéndose parte de la educación parvularia y educación general, éstas corresponden a:

- Que las Instituciones Educativas Promotoras de la Salud mantengan un trabajo constante, transversal y profundo en relación a esta temática, evidenciando su acreditación y siendo un referente para otras instituciones educativas.
- Que toda institución educativa, aunque no esté acreditada como Promotora de la Salud, considere este tipo de Propuestas Educativas como parte importante en la formación de sus educandos, trabajando la Promoción de Estilos de vida Saludable no sólo en proyectos o actividades independientes, sino que también manteniendo la transversalidad de los contenidos durante la formación de los educandos, considerando la relevancia que ésta tiene en la calidad de vida de las personas.
- Hacer partícipe a toda la comunidad educativa, sobre todo a la familia como primer agente educativo en el desarrollo de los niños y niñas, en todo proyecto o propuesta que sea aplicado en los establecimientos educacionales.
- Apropiarse de un rol pedagógico reflexivo, que considere la singularidad, necesidades, intereses y fortalezas de cada contexto, para desarrollar de mejor manera el trabajo pedagógico con los niños y niñas.
- Planificar e intencionar todas las experiencias de aprendizaje que se lleven a cabo, para asegurar el cumplimiento de los objetivos que se propongan.
- Realizar experiencias de aprendizaje que aborden las temáticas de manera globalizada, considerando a los educandos como personas integrales y no como seres segmentados.
- Atender a las necesidades y problemáticas de la sociedad en que estén insertos los educandos, realizando una intervención temprana, sabiendo la relevancia que esto tiene en el logro de cambios y mejoras a futuro.

- Por último, que la investigación llevada a cabo se pueda aplicar a otra realidad educativa, con el fin de realizar una comparación entre dos instituciones diferentes, modificando el contexto si se requiere.

Bibliografía Consultada

- Albala, C. Kain, J y otros (2000). "Obesidad: Un desafío pendiente". Santiago, Chile: Universitaria.

- Albala, C. Olivares, y otros (2004). "Bases, prioridades y desafíos de la Promoción de la Salud". Santiago, Chile: Andros Impresores.
- Antón, M. Fusté S. (2007). "Planificar la etapa 0-6: compromiso de sus agentes y práctica cotidiana, Barcelona, España: Editorial GRAÓ
- Aznar, P. (1998). "La Educación física en la educación infantil de 3 a 6 años". Barcelona, España: INDE.
- Benavente, G. Leiva, I y otros. (2009)." Acciones para la Promoción de la Salud, en un Jardín Infantil acreditado como Promotor de la Salud: estudio de caso". Universidad de Valparaíso, Carrera de Educación Parvularia. Valparaíso, Chile.
- Comité VIDA CHILE (2003)." Establecimientos de Educación Promotores de la Salud en Chile: Avances y desafíos". Santiago, Chile: Mosquito comunicaciones.
- Consejo VIDA CHILE (2003). "Guía para una Vida activa". Comisión de Actividad Física. Santiago, Chile.
- Contreras, O. (1998). "Didáctica de la educación física: un enfoque constructivista". Madrid, España: INDE.
- Danielle, E. (2006). "La obesidad infantil todo lo que necesita saber". Buenos Aires, Argentina: Grupo Imaginador de Ediciones.
- Del Solar, S. Lavín, S. (2006). "El proyecto educativo institucional como herramienta de transformación de la vida escolar". Santiago, Chile: Ediciones LOM
- Elgueta, M^a. Gajardo, M y Sepúlveda, C. (2003). "El arte de preguntar: coherencia y reflexión". Santiago, Chile: Ediciones Universidad Católica Cardenal Silva Henríquez.
- Fernández, O. Folch, J .González y otros. (2005). "Establecimientos de Educación Promotores de la Salud en Chile". Santiago, Chile.

- Ferreira, H y Batiston, V. (1996). “ El curriculum como desafio institucional: Aportes teóricos- prácticos para construir el microcurriculum ”. Buenos Aires, Argentina: Ediciones novedades educativas.
- Figueras, C. Label, C .Spakowsky, E. (1995).” La Organización de los contenidos en el Jardín de Infantes”. Buenos Aires, Argentina: Ediciones Colihue.
- González, R. Pezoa, S y Vidal, A. “Establecimientos de educación promotores de la salud en Chile: una experiencia evaluativa” Memoria cuarta reunión de la Red Latinoamericana de Escuelas Promotoras de la Salud y Asamblea constitutiva de la Red Puertorriqueña de Escuelas Promotoras de la Salud. Santiago, Chile.
- Latorre, A. (2007). “La investigación-acción, conocer y cambiar la práctica educativa”. Barcelona, España: Ediciones GRAÓ.
- Martínez, M. (2006). “La investigación cualitativa (síntesis conceptual)”. Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- McKernan, J. (1996). “Investigación-Acción y Currículum: Métodos y Recursos para Profesionales Reflexivos”. Madrid, España: Ediciones Morata.
- McKernan, J. (2001) “Investigación- Acción y Currículum”. Madrid, España: Ediciones Morata.
- Ministerio de Educación. (2002). “Bases Curriculares de la Educación Parvularia”. Santiago, Chile.
- Ministerio de Educación. (2002). “Cuadernillos para la reflexión pedagógica, temas relevantes: Estilos de vida saludables”. División de educación general. Unidad de Educación Parvularia. Santiago, Chile.
- Ministerio de Salud. (2008) “Objetivos Sanitarios para la Década 2000-2010, evaluación a mitad del período”, Santiago. Chile.

- Moreno, E. Monereo, S y Álvarez, J. (2000). "Obesidad la epidemia del siglo XXI". Madrid, España: Díaz de Santos.
- Naciones Unidas. (2004). "ABC: la enseñanza de los derechos humanos: actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias".
- Nuñez, L y Romero, C. (2008). "Pensar la Educación: Conceptos y opciones fundamentales". Madrid, España: Pirámide.
- Ortega, R y Requejo, A. (2000). "Nutriguía: manual de nutrición clínica en atención primaria". Madrid, España: Complutense.
- Perea, R. (2004). "Educación para la salud". Madrid, España: Díaz de Santos.
- Pérez, C. Puerta, U y otros. (2006). "La participación ciudadana y el desarrollo de la cultura política en Colombia. Bogotá, Colombia: Legis S.A.
- Prieto, M. (2001). "La investigación en el aula: ¿Una tarea posible?". Valparaíso, Chile: EDICIONES UNIVERSITARIAS DE Valparaíso de la universidad católica.
- Primera conferencia internacional sobre la promoción de la salud. (1986). "Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud". Ginebra, Suiza.
- Restrepo, H y Málaga, H (2001). "Promoción de la Salud", como construir vida saludable. Bogotá, Colombia: Médica Panamericana.
- Salinas, J. Donoso, N. Molina, H y otros. (1999). "Plan Nacional de Promoción de Salud". Santiago, Chile: Mosquito Comunicaciones,
- Sciotto, E. (1998). "Proyecto Educativo institucional de salud, problemas de salud y medio ambiente en la escuela". Buenos Aires, Argentina: Ediciones Novedades educativas.

- Zabala, A. (2005). “Enfoque globalizador y pensamiento complejo: Una respuesta para la comprensión e intervención en la realidad”. Barcelona, España: Editorial GRAÓ.

Web Grafía

- Beltrán, L. (2000). Exposición Inaugural en la Tercera Conferencia Brasileña de Comunicación y Salud, “Promoción de la Salud una Estrategia Revolucionaria cifrada en la Comunicación”: Disponible en <http://www.comminit.com/en/node/150541/>
- Biblioteca congreso nacional: <http://www.leychile.cl/> , <http://www.bcn.cl/>
- Chile crece contigo : <http://www.crececontigo.cl/>
- Clínica Alemana : <http://www.alemana.cl/>
- Comisión Nacional del Medio Ambiente: <http://www.conama.cl/>
- Estrategia global contra la obesidad: [http://www.EGO- Chile.cl/](http://www.EGO-Chile.cl/)
- Instituto Nacional de Estadísticas: <http://www.ine.cl/>
- Instituto Nacional de Deporte: <http://www.chiledeportes.gov.cl/pdfs/leydeldeporte.pdf/>
- Instituto Nacional de Salud Pública México: <http://www.insp.mx/Portal/Centros/>
- Ministerio de Salud: <http://www.minsal.cl/>
http://www.redsalud.gov.cl/archivos/alimentosynutricion/estrategia_intervencion/AlimentaciNutricinMujerCiclo%20Vital.pdf/
- Ministerio de Educación: <http://www.mineduc.cl/>

- Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/>
- Organización Panamericana de la Salud: <http://www.new.paho.org/chi/>
- Real Academia Española: <http://www.rae.es/>
- Sierra, F. (2004). “Educación integral, plenitud necesaria”. Universidad del Valle de México, Revista académica electrónica, Episteme N° 1: http://www.uvmnet.edu/investigacion/episteme/numero1-04/enfoque/a_educacion.asp
- Sociedad Chilena de Cardiología y Cirugía Cardiovascular: <http://www.sochicar.cl/>

ANEXOS

FASE I

DIAGNÓSTICO Y DETECCIÓN DEL PROBLEMA

ANEXO 1

PROYECTO EDUCATIVO INSTITUCIONAL
SALA CUNA Y JARDIN INFANTIL
LOS PEQUEÑOS CONQUISTADORES
2009-2012

ANTECEDENTES GENERALES

Código: 060105004

RBD: 905031-0

Nombre: Los Pequeños Conquistadores

Dirección: Manuel Montt s/n con Luís González

Comuna: San Antonio

Teléfono: 035- 219485 / 96194258

Modalidad: Vía Transferencia de fondos

- **Niveles de atención:**

Sala Cuna Heterogénea: 20 lactantes.

Nivel Medio Heterogéneo: 32 niños y niñas-

- **Dotación de Personal:**

Directora: María Antonia Pavéz Vera

Educadora de Nivel: Carolina Farias Pardo

Técnico en Educación Parvularia Sala Cuna: Cinthia Farias

Técnico en Educación Parvularia Sala Cuna: Yasmín Ortega

Técnico en Educación Parvularia Sala Cuna: Pilar Ahumada

Técnico en Educación Parvularia Nivel Medio: María Cristina Lienlaf

Técnico en Educación Parvularia Nivel Medio: Romina Carreño

Auxiliar de Servicios: Gina Arce Donoso

Manipuladoras de alimentos: Olga Hernández

VISIÓN

El Jardín Infantil y Sala Cuna Los Pequeños Conquistadores, aspira a que los niños y niñas tengan un desarrollo armónico e integral, considerando sus intereses, necesidades y valores.

MISIÓN

El Jardín Infantil y Sala Cuna Los Pequeños Conquistadores tiene como misión atender en forma integral a niños y niñas provenientes de familias en situación de vulnerabilidad

VALORES

La comunidad educativa del Jardín Infantil y Sala Cuna Los Pequeños Conquistadores, aspira a entregar una formación valórica a niños y niñas basada en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, pero por sobre todo de los Derechos de los niños y niñas.

Es por esto que pretendemos internalizar en nuestros párvulos principios como la Libertad, Respeto a sí mismo y los demás y al medio que los rodea. Realizando una formación basada en los valores como Justicia, Solidaridad, Amor, Respeto y Verdad, con un espíritu emprendedor que les permita desarrollar sus potencialidades e integrarse plenamente a esta sociedad.

Dimensión sistémica y comunitaria

- **Coordinación con otras instituciones educativas:** Existe una buena coordinación con otras instituciones educativas como: Jardines VTF, Jardines particulares, JUNJI, Integra, Colegios municipales y subvencionados. También trabajamos en conjunto con el Consultorio 30 de Marzo, a través de la “Comisión mixta salud-educación”, implementando proyectos de promoción de estilos de vida saludable con el Comité

VIDA CHILE, para la acreditación (Espacio libre del humo de tabaco y Jardín Promotor de Estilos de Vida Saludable), CONACE, ejecutando el proyecto de prevenir en familia y en busca del tesoro.

- **Coordinación con redes sociales:** Existe una muy buena coordinación con las organizaciones sociales del sector: Oficina de protección de derechos (OPD), Oficina de la mujer, Red de Infancia y adolescencia (RIA), Comité Vida Chile, Grupos Vulnerables, Dirección de desarrollo comunitario (DIDECO), Chile Crece Contigo, comisaría Carabineros de Barrancas, Bomberos de Barrancas, Esva. Las cuales nos aportan recursos materiales y humanos.

Análisis por dimensión de nudos y nodos

Dimensión pedagógica curricular

- **Planificación:**

Nodos:

- Planificación con intencionalidad pedagógica.
- Coherencia entre los elementos de la planificación.
- Los aprendizajes esperados son seleccionados y especificados de acuerdo al análisis y al interés y necesidades de los niños y niñas.
- Variedad y creatividad en situaciones de aprendizajes.
- Equilibrio en la selección de los aprendizajes.
- Énfasis en los núcleos de autonomía (motricidad y vida saludable, Lógico matemático y lenguaje verbal).
- Protagonismo de los niños y las niñas en los aprendizajes.
- Inclusión de preguntas en las experiencias.

Nudos:

- Escasa participación de las familias en: Actividades pedagógicas, planificación, evaluación.
- Las familias no identifican las experiencias permanentes y/o variables.
- Falta de hilación en el desarrollo de las experiencias educativas.
- No existe claridad en la incorporación de la perspectiva de género en el quehacer pedagógico.

Dimensión sistémica y comunitaria

● Coordinación con otras instituciones:

Nodos:

- Existe buena coordinación con los jardines VTF.
- Coordinación con otras entidades educativas del sector.
- Coordinación con entidades de salud y educación.

Nodos:

- Ejecución de los proyectos del CONACE.

● Coordinación con redes sociales:

Nodos:

- Existe coordinación con: Chile Crece Contigo, oficina protección de derechos, oficina de la mujer, oficina de grupos vulnerables, red de infancia y adolescencia, oficina jardines infantiles, DIDECO, comisaría de Carabineros, Bomberos de Barrancas, Esva.

Nodos:

- La locomoción para acceder a las diferentes actividades con los niños y niñas.

ANEXO 2

Notas de Campo Observacionales

Observación N° 1

Fecha: 14 Abril 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento del almuerzo

Descripción: Estamos en la sala del nivel medio y se aproxima la hora de ingesta, hay 25 niños y niñas en la sala y están sentados en grupos de 4 en sus respectivos puestos marcados por sus nombres. Además están las 2 técnicos y alumna en práctica Profesional

correspondientes a segundo ciclo. Los niños y niñas del patio van directamente a sentarse a almorzar.

T1: técnico

T2: técnico

Na: niña

No: niño

T: Niños y niñas ya va a llegar la comidita, está un poco atrasada, les parece si cantamos por mientras.

Todos(as): Apúrate comidita, apúrate en llegar que ya los niños se van a desmayar. (La cantan 3 veces)

T: ¡Ya llegó la comida, eeeeehhh!! Vamos entregar las bandejas para que disfrutes del rico almuerzo que hoy la tía nos preparó.

T2: El Sergio se va a sentar tranquilo o sino no va a poder comerse su comida

T2: Vamos a cantar la canción que se nos olvidó 1,2,3 la comidita que rica está, la comeremos toda hasta el final, para crecer para engordar y para estar sanitos y poder jugar.... Ya a comer.

(Mientras los niños y niñas comen en sus puestos, las técnicos se sientan a un costado a conversar y recortar papel. Pasan 7 minutos)

T1: ¿Cómo está la comida, les gustó?

Na: Tía el David me está quitando mi comida, no me quiere pasar mi bandeja.

T2: Haber David, qué está pasando usted tiene su comida así que se sienta bien, le devuelve la bandeja a la Paz y se come su comida, ¿me escuchó? (dice en voz fuerte)

(El niño no obedece.)

T2: (Se para del puesto y le quita la bandeja la niño para devolvérsela a su compañera) que eres porfiado David, tú tienes tu bandeja no tienes por que quitarle la comida a los demás. (Lo mira a los ojos y lo dice fuerte)

Observación N° 2

Fecha: 20 de Abril 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento del almuerzo

Descripción: Nos encontramos en la sala de segundo ciclo, están presentes 3 técnicos y 20 niños y niñas, es la hora del almuerzo y los niños y niñas viene de lavarse las manos luego de un largo momento de patio, las mesas en están dispuestas en grupos para 4 niños(as).

T1: técnico 1

T2: técnico 2

No: niño

Na: niña

T1: Todos los niños y las niñas se sientan en sus puestos porque llegó la hora de almorzar, ya van a llegar las bandejas así que todos sentaditos.

T2: Sergio ese no es tu puesto ¿por qué estás sentado ahí? Se va sentar en su puesto al tiro.

T1: A ya llegaron las bandejas tía, mmm que habrá hoy de almuerzo, vamos a cantar. La comidita, que rica está, la comeremos toda hasta el final, para crecer, para engordar y para estar sanitos y poder jugar. ¿Quién se va a comer toda la comida?

Todos: yoooo (en coro)

T2: Hoy hay espirales con huevo revuelto, ensalada de tomate y postre manzana picada, súper rico hay así que hay que comerse toda la comida.

Na: Tía a mí no me gusta el tomate

No: a mí sí el tomate es rico yo me lo como todo en mi casa

T1: Bueno no se come el tomate entonces, pero se tiene que comer toda la comida.

No: ¿Me dai el tomate a mi Carolyn?

Na: (asiente con la cabeza)

No: Tía ya me comí toda la comida, tenía mucha hambre, les gane a todos

T2: Muy bien Maximiliano, te comiste todo pero esto no es competencia, ahora se va a sentar a su puesto a esperar que terminen sus compañeros, tranquilito en su puesto.

Pasan 6 minutos

T1: ¿ya alguien más terminó? Los niños y niñas que terminaron se van al baño con la tía Romina.

T1: Naty me ayuda a darle la comida a los que no han terminado, ya estamos atrasadas (se dirige a técnico que asiste media jornada).

Observación N° 3

Fecha: 28 de Abril 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento del almuerzo

Descripción: En la sala cuna se encuentran todos los niños y niñas del Jardín Infantil, a raíz que la sala de segundo ciclo está siendo pintada, se colocan mesas para un grupo mayor de 4 niños por mesas. Están presentes las 3 técnicas del nivel y 2 técnicos de Sala Cuna.

T1: ya niños ahora nos vamos a sentar todos en una silla bien apretaditos, tienen que hacer un espacio a sus compañeros porque el almuerzo va a llegar en cualquier momento.

T2: además tía tienen que estar tranquilos y muy calladitos porque los bebés van a dormir, así que tenemos que cantar despacio y almorzar en silencio, ¿entendieron? Escuchó el ¿David? Todos en silencio... ¡¡Victoria!!_(Hace signo de silencio frunciendo el seño)

T1: cantemos despacio mientras esperamos la comidita:

Todos: *Otoño, otoño, otoño ya llegó, se caen las hojitas jojojajojo, otra vez (la cantan nuevamente)*

Yo soy la pata, tu eres el pato nada que nada sin descansar, buscando peces coloraditos para comérselos toditos cuac cuac , etc. (cantan la canción entera)

T2: están golpeando ¿quien será?

Niños: ¡¡la tía con la comida!!! (Gritan a coro)

T1: pase tía deje las bandejas aquí, gracias

T1: Hoy hay legumbres, que rico están los porotos que nos hacen muy bien mientras repartimos las bandejas cantamos la canción de la comidita, no tan fuerte acuérdense que algunos bebés están durmiendo.

Todos: *la comidita que rica está, la comeremos toda esta el final, para crecer, para engordar, para estar sanitos y poder jugar.*

T2: ¿quien se come la comida?

Todos: yoooo

T2: muy bien a comer.

A los 3 minutos

No: Tía a mí no me gustan los porotos (la tía no escucha, el niño le habla a sus compañeros y se come 2 cucharadas de poroto y luego la ensalada)

Observación N°4

Fecha: 5 de Mayo 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento del almuerzo

Descripción: Nos encontramos en la sala de segundo ciclo, están presente 18 niños y niñas, 3 técnicos y los niños ya están sentados en sus puestos esperando que llegue el almuerzo.

No: Tía, tengo hambre

T1: Ya Francisco no te preocupes si ya va a llegar el almuerzo.

T2: ¡Ohh! El francisco se va desmayar de hambre, pobrecito cantemos entonces antes que los niños se desmayen (y sonrío a los niños y niñas)

Todos: Apúrate comidita, apúrate en llegar que ya los niños se van a desmayar (la cantan 3 veces)

T2: Ya llegó un aplauso, se sientan todos en sus puestos ordenaditos para que las tías les pasemos las bandejas, a ver ¿cuál es la mesa más ordenada? , tía le pasamos primero a los niños más ordenados (se dirige a otro técnico)

T2: muy bien, la mesa de la Paz es la más ordenada.

T1: ya todos sentados vamos a almorzar. A ver tía ¿qué hay de almuerzo? A ver niños ¿qué hay de almuerzo hoy? ¿Quién sabe?

Na: yo no se come se llama

Na: es sopa

T1: esto es a ver... (Se asoma a ver en la lista de menú semanal)

T1: esto se llama ajiaco de Pollo, que rico ¿les gusta? Está súper rico (prueba de una bandeja que no pertenece a nadie).

Observación N°5

Fecha: 11 de Mayo 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento de Actividad Física en la cancha.

Descripción: Son las 10:45 de la mañana y los niños (as) y personal educativo de dirigen cantando la canción de la arañita a la cancha.

T1: técnico

T2: técnico

Na: niña

No: niño

N: niños y niñas

T1: Niños, ahora tienen que correr diez vueltas a la cancha, rapidito porque tenemos que hacer deporte.

N: (Corren alrededor de la cancha)

T1: (La técnico comienza a correr de la mano de una niña que se encontraba caminando) Apurate Coni los demás ya están terminando sus 10 vueltas.

T2: ¡vamos!, les estoy ganando (grita)

T1: Ya, ahora vamos a reunirnos en este círculo. Vengan todos!!!!, Sergio!!! Apurate.

T2: (Toma del brazo al niño que se encontraba corriendo y lo lleva al círculo dibujado en la cancha)

T1: Vamos a jugar a la ronda ¿quieren jugar?

N: Siiiiii

T2: Entonces tomémonos de las manos

T1 y T2: (Cantan) a la ronda de San Miguel, el que se ríe se va al cuartel, uno, dos y tres.(se agachan)

(Hay silencio por un momento)

T1: La Isidora se río, perdió!

(Vuelven a jugar a la ronda una vez más)

T2: Ya, ahora nos vamos a la sala, Formemos un trencito en parejas.

Niños, niñas y técnicos juegan 4 veces a la ronda y vuelven a la sala cantando la canción del pingüinito.

Observación N°6

Fecha: 19 de Mayo 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento de Actividad Física en la cancha.

Descripción: Son las 10:30 de la mañana y los niños (as) y personal educativo de dirigen ordenados por una cuncuna de tela a la cancha cantando un caracolito.

T1: técnico

T2: técnico

Na: niña

No: niño

N: niños y niñas

Al llegar a la cancha los niños y niñas comienzan a jugar y correr libremente, algunos juegan en parejas, otros intentan subirse por unas paredes.

T2: Ahora todos vamos a pillar al Benja Marambio. (Corre y alienta a los niños y niñas)

T1: ¿Quién puede pillar al Benjita? ¿Quién es el más rápido?

N: (Corren e intentan pillar a Benjamín)

No: Yo puedo pillar porque soy muy rápido (Corre rápido y alcanza a Benjamín)

T1: Ya tía Romina ahora que se cansaron muéstrales la sorpresa que les trajimos

T2: Miren lo que traje ¿Quieren que se los muestre?

N: Siiiiii (Se acercan a la técnico)

T2: Miren son unas pelotas, para que juguemos futbol

T1: (tira las pelotas en la cancha)

N: (corren a buscar pelotas) (algunos no alcanzan a tomar las pelotas y comienzan a correr y jugar a otra cosa)

T1 y T2: (se sientan en una orilla de la cancha y conversan entre ellas)

N: (juegan libremente, algunos en parejas y otros individualmente)

Na: (comienza a caminar por una pared de la cancha alta)

T1: Antonia (grita) vas a tener que ir a la sala, acá estamos todos jugando a la pelota.

T2: (se levanta y baja a Antonia de la pared) (la sienta en el suelo con ella) Ahora no vas a poder jugar porque eres desobediente.

Después de jugar unos 10 minutos libremente, las técnicas piden a los niños y niñas que guarden las pelotas porque tienen que volver a la sala.

Observación N°7

Fecha: 25 de Mayo 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento de Actividad Física en la cancha.

Descripción: niños y niñas se dirigen como todas las mañanas a la cancha, una de las técnicas lleva una caja con implementos como: vallas, conos y aros.

T1: técnico

T2: técnico

Na: niña

No: niño

N: niños y niñas

T1: (Se acerca la otra Técnico) hagámoslos correr un ratito para que se cansen andan muy inquietos.

T2: ya niños vamos a correr por la cancha 5 vueltas, muy rápido.

niños y niñas corren alrededor de la cancha libremente, algunos corren rápido, incluso algunos caminan.

T1: Ya, ahora nos vamos a sentar aquí porque la tía Romina tiene algo que mostrarnos. (Sienta a algunos niños)

T2: (Comienza a colocar a lo largo de la cancha 3 aros y posteriormente coloca las vallas en los conos)

T1: Por los aros vamos a saltar con los pies juntos así (salta por los aros) y por los conos vamos a pasar por debajo.

T2: ¿Quién quiere hacerlo primero?

No: yooooo (levanta la mano)

T2: ya el Matías lo va a hacer primero.

T1: ¿hagámosle barra? (comienza a gritar el nombre del niño)

(Matías pasa por los obstáculos y se sienta)

T1: Ahora que lo haga la Javiera (Comienza a gritar el nombre de la niña)

(Pasan por los obstáculos 10 niños/as)

T2: Es tarde así que vamos a guardar los materiales y vamos a la sala muy ordenaditos.

Niños y niñas ayudan a las técnicas a guardar los materiales y se van a la sala ordenados en un tren.

Observación N°8

Fecha: 31 de Mayo 2010

Nivel: 2 ciclo.

Momento observado: Momento de Actividad Física en la cancha.

Descripción: Niños y niñas se dirigen a la cancha ordenados en un tren en parejas, se van por grupo por cada técnico.

T1: técnico

T2: técnico

Na: niña

No: niño

N: niños y niñas

(En la cancha la técnico pide a los niños y niñas que se sienten en el suelo)

T1: Hoy vamos a usar las cintas que trajeron los papis para ustedes (toma una bolsa y comienza a sacar cintas de colores) (Nombra a los niños/as para que se acerquen a buscar su cinta)

T1: La Victoria no va a poder tener cinta porque su mamá no se la trajo.... (silencio) Yo te presto ésta del jardín.

T2: ahh pero Cristina no todos tienen cinta y no quedan más

T1: no importa si ellos no han traído las suyas, vamos a tener que hacerlo así no más.

(Se ubica delante de los niños y comienza a utilizar la cinta)

T1: (Habla en tono alto) la cinta arriba, la cinta abajo, arriba de la cabeza, abajo en los pies etc.

N: (todos realizan los movimientos que pide la técnico)

T2: Ahora vamos a correr con la cinta, así como volando (Muestra a los niños y niñas cómo deben hacerlo)

(Los niños/as que no tienen cinta corren por el espacio y algunos de ellos comienzan a jugar con tierra).

(La experiencia de las cintas dura aproximadamente 20 minutos, por lo que los niños y niñas vuelven a la sala ordenados en un trencito).

ANEXO 3



ANEXO 1

PAUTA PARA LA ACREDITACION DE ESTABLECIMIENTOS DE EDUCACION PROMOTORES DE LA SALUD DEL NIVEL PARVULARIO

1. IDENTIFICACION DEL ESTABLECIMIENTO

Nombre del establecimiento: _____

ROL DE BASE DE DATOS (RBD) O CODIGO: _____

Institución: JUNJI: _____ INTEGRA: _____ OTRA: _____

Dirección: _____

Comuna: _____ Región: _____ Ubicación: Rural: _____ Urbana: _____

Teléfono: _____ Fax: _____ e-mail: _____

Nombre Director: _____

Número matrícula total del establecimiento: _____

Número matrícula por nivel:

Sala Cuna: _____ Niveles Medios: _____ Nivel Transición: _____ Otro: _____

Dependencia: Directa _____ Convenio: _____ Subvencionado: _____

Posee Extensión Horaria: Sí _____ No _____

2. PROCESO DE PROGRAMACION

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	
2.1 El proyecto educativo incorpora acciones de promoción de Salud.			
2.2 Existe un equipo de trabajo constituido en torno a la estrategia de establecimiento saludable			(Señale el equipo abajo en observaciones)
2.3 Existe un diagnóstico participativo de Estilos de Vida Saludable de la comunidad educativa (Niños, Padres y Personal)			Adjunte documento verificador
2.4 EL establecimiento está incorporado en el Comité Comunal Vida Chile.			Adjunte documento verificador
2.5 Existe un plan de trabajo mínimo de un año para implementar la estrategia de establecimiento promotor de salud			Adjunte documento verificador

2.6	Existe una carta de compromiso suscrito por comunidad educativa para trabajar en promoción de la salud			Adjunte carta compromiso
2.7	El establecimiento posee o incentiva la vinculación con Instituciones de otros sectores u organizaciones para mejorar la gestión y obtener recursos de otras fuentes			Verifique proyectos
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS				

OBSERVACIONES	
<i>Equipo responsable de esta iniciativa al interior del establecimiento (incluya alumnos y/o padres cuando corresponda)</i>	
Nombre	Cargo (cuando corresponda)
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

3. ACTIVIDADES DE PROMOCION DE LA SALUD:

3.1 CONDICIONANTE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (N° y % sobre matrícula total)	Padres N°	Personal N°	
3.1.1 El establecimiento realiza actividades educativas relacionadas con alimentación y Salud con los Párvulos.						
3.1.2 El establecimiento realiza actividades educativas relacionadas a alimentación y salud con los Padres.						
3.1.3 Existen estrategias diseñadas para hacer la hora de ingesta en comedor o sala un espacio acogedor.						
3.1.4 El establecimiento cuenta con material educativo elaborado por párvulos y/o padres en relación a alimentación saludable.						
3.1.5 El establecimiento realiza o participa en campañas relacionadas con alimentación saludable en su comunidad.						
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS						

3.2 CONDICIONANTE ACTIVIDAD FÍSICA

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (N° y % sobre matrícula total)	Padres N°	Personal N°	
3.2.1 El establecimiento ha ampliado sus horas curriculares de actividad física semanal						
3.2.2 El establecimiento promueve las actividades recreativas y deportivas con padres, párvulos y personal del jardín, fuera del establecimiento.						
3.2.3 Existen adecuaciones y mejoras al espacio físico destinado a la realización de actividad física.						
3.2.4 El Establecimiento participa en campañas intersectoriales de fomento de la actividad física.						
3.2.5 El establecimiento cuenta con implementos básicos para la realización de actividad física.						
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS						

3.3 CONDICIONANTE FACTORES PROTECTORES PSICOSOCIALES

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (N° y % sobre matrícula total)	Padres N°	Personal N°	
3.3.1 Existe proyecto destinado a trabajar algunas de estas áreas (habilidades para la vida, sexualidad, afectividad, autoestima, competencias psicosociales, buen trato, relaciones interpersonales).						
3.3.2 Existe un programa de desarrollo de conocimientos y/o habilidades personales y profesionales para los funcionarios del establecimiento.						
3.3.3 Se realizan talleres o actividades con madres, padres y apoderados en alguna de estas áreas (sexualidad, afectividad, autoestima, buen trato, relaciones interpersonales).						
3.3.4 Existen organizaciones formales de padres y madres, que son acogidas por la Dirección del establecimiento.						

3.3.5 El establecimiento realiza y promueve actividades fuera de la jornada semanal de participación masiva con toda la comunidad educativa (paseos, cicletadas, jornadas culturales).							
3.3.6 Se promueve la participación los padres en forma organizada con otras instituciones intersectoriales u organizaciones locales (centros culturales, clubes deportivos, juntas de vecinos, etc.).							
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS							

3.4 CONDICIONANTE TABACO-ALCOHOL Y DROGAS

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (N° y % sobre matrícula total)	Padres N°	Personal N°	
3.4.1 El establecimiento posee documento de acreditación, que lo certifica como Ambiente Libre de Humo de Tabaco (renovable cada 2 años)						
3.4.2 Existe un programa de promoción y prevención sobre el consumo de tabaco, alcohol y drogas, dirigido al conjunto de la comunidad educativa						
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS						

3.5 CONDICIONANTE AMBIENTE

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (N° y % sobre matrícula total)	Padres N°	Personal N°	
3.5.1 El establecimiento realiza y/o participa en campañas de protección del medio ambiente con la comunidad.						
3.5.2 En el establecimiento se han mejorado y/o construido áreas verdes.						
3.5.3 Se realizan actividades de educación ambiental con los párvulos.						
3.5.4 El establecimiento implementó actividades de reciclaje de basura con los párvulos.						
3.5.5 Las salas cuentan con buena iluminación, ventilación y vidrios en buen estado.						

TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS						
-----------------------------------	--	--	--	--	--	--

3.6 SALUD ORAL Y SALUD DEL ESTUDIANTE

REQUISITOS A CONSIDERAR	SI	NO	Cobertura Lograda			Duración En meses
			Alumnos (Nº y % sobre matrícula total)	Padres Nº	Personal Nº	
3.6.1 El establecimiento desarrolla actividades educativas en torno a salud oral.						
3.6.2 Los párvulos cuentan con un tiempo organizado y acompañado por educadoras o técnicos de párvulos para realizar su cepillado de dientes después de consumir alimentos.						
3.6.3 El establecimiento promueve e incentiva con los padres madres y apoderados el control de salud oral en los párvulos.						
3.6.4 El establecimiento participa en campañas masivas de difusión en Salud Oral						
3.6.5 El establecimiento cuenta con coordinador de salud						
3.6.6 El establecimiento promueve e incentiva con los padres, madres y apoderados el control de salud del párvulo.						
3.6.7 El establecimiento posee coordinación con el consultorio para acciones en conjunto en salud (examen de salud, derivación de casos, actividades educativas, primeros auxilios, promoción de salud, etc.)						
3.6.8 Existen grupos de padres organizados que apoyan y colaboran en acciones de salud						
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS						

4. PARTICIPANTES EN LA INICIATIVA

PARTICIPANTES	SI	NO
4.1 Directora		
4.2 Educadora de Párvulos, Técnicos en Enseñanza Parvularia.		
4.3 Párvulos		
4.4 Madres, padres y apoderados		

4.5	Administrativos- Auxiliares -Manipuladoras		
4.6	Organizaciones de la comunidad		
4.7	OTROS		
TOTAL REQUISITOS CUMPLIDOS			

OBSERVACIONES

Nombre ,firma e institución de la(s) persona(s) que llenaron el formulario y verificaron la información:

NOMBRE

FIRMA

INSTITUCION

FASE II

ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA

ANEXO 5

Entrevista

Niños y Niñas de Segundo Ciclo Jardín Infantil Los Pequeños Conquistadores

1. ¿Sabes cómo cuidar tu cuerpo?
2. Cuando estás enfermo o enferma: ¿cómo te cuidas?
3. ¿Conocen la comida chatarra? ¿Cuáles son?
4. ¿Qué alimentos sanos deberíamos comer todos los días?
5. ¿Les gustan los deportes? ¿Qué deporte realizas?
6. ¿Qué cosas te gustaría hacer en el jardín infantil para cuidar tu salud?

ANEXO 6

Entrevista Familia.

Aportes para la elaboración de tesis de alumnas en Práctica Profesional de la Universidad de Valparaíso del centro educativo “Pequeños Conquistadores” relacionada con la promoción de la salud en el jardín infantil.

Nombre de su hijo(a):

Nivel educativo:

1. ¿Cuál es la importancia de la vida saludable en el desarrollo de su hijo o hija?
2. ¿Sabía usted que el Jardín Infantil al cual asiste su hijo o hija esta acreditado como institución promotora de la salud?, si su respuesta es afirmativa ¿cómo se informó?
3. ¿Ha sido invitado a participar en actividades para la Promoción de la Salud? Si es así, ¿a cuáles?
4. ¿Qué acciones relacionadas con la Promoción de la Salud le ha comentado su hijo o hija que realiza en el Jardín Infantil?
5. ¿Qué acciones le gustaría a usted que se realizaran el jardín infantil en relación a la Promoción de la Salud?

ANEXO 7

PLANIFICACIONES PROPUESTA

Período	Ámbito/Núcleo/Aprendizaje Esperado	Especificación	Experiencia de Aprendizaje	Mediación del Aprendizaje	Indicadores	Recursos
Día 1	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Experimentar el bienestar que produce la actividad física a través de un baile.</p> <p>(7) Adquirir conciencia de aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para nuestra salud.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Fiesta de inicio	<p>Inicio Se invitará a los niños y niñas a sentarse en semicírculo para conversar acerca de lo que se realizara durante las próximas 3 semanas, explicándoles que llevaremos a cabo diferentes experiencias de actividad física y alimentación saludable. Para comenzar la propuesta, el adulto los/as invitará a realizar una fiesta y a elegir un antifaz.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas bailarán al ritmo de la música, realizarán movimientos con distintas partes del cuerpo. El adulto mediará sugiriendo que partes del cuerpo podemos mover. Durante la fiesta los niños y niñas tendrán a su disposición alimentos saludables, como cabritas sin sal ni azúcar y agua con vasos coloridos. Posteriormente niños y niñas se dibujarán en una hoja pequeña, y pondrán su huella marcada con tempera, como compromiso a participar de las futuras experiencias.</p> <p>Finalización Se invitará a los niños y niñas a comprometerse a participar de las experiencias futuras, asumiendo una vida sana, dialogando acerca de la experiencia, y de las cosas que les gustaría realizar. Se les preguntara ¿Qué hicimos con nuestro cuerpo? ¿Qué</p>	<p>-Verbaliza aportes de la actividad física a su salud.</p> <p>-Demuestra de manera gestual goce por la actividad física.</p> <p>-Nombra algunos alimentos saludables.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cereales - Agua - Música - Antifaces - Cartulina - Tempera - Hojas blancas - Lápices de colores - Pegamento.

				alimentos había en la fiesta? ¿A qué se comprometieron? ¿Por qué? Etc.		
Día 2	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable Nº 3 y Nº 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral Nº7</p>	<p>(3) Experimentar el bienestar que produce la actividad física al ejercitar sus habilidades con diferentes obstáculos.</p> <p>(7) Conocer alimentos de la pirámide alimenticia y sus beneficios para su salud.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Buscando el tesoro	<p>Inicio El adulto invitará a los niños y niñas a sentarse en el suelo en semicírculo. Incentivará la experiencia contándoles que encontró en la puerta una caja que no sabe lo que tiene adentro. Preguntará a los niños (as) si quieren abrirla para ver lo que tiene adentro. El adulto mostrará lo que contiene la caja y leerá una carta que invita a los niños (as) a jugar a buscar un tesoro, explicará las reglas del juego.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas realizarán diferentes habilidades motrices como indica la pista de la tarjeta, buscando y encontrando imágenes de alimentos que dejan en la sala. Encontrarán todos los alimentos y por último el tesoro, que es una pirámide alimenticia, volverán a la sala y pegarán en la pirámide alimenticia los alimentos que encontraron. El adulto preguntará ¿Qué encontraron? ¿Cómo se llaman? ¿Saben cómo se llama este tesoro?, explicará la pirámide alimenticia y mediará la experiencia realizando preguntas y nombrando aquellos alimentos que los párvulos no conozcan.</p> <p>Finalización Niños y niñas comentarán acerca de la pirámide alimenticia, de los alimentos que son saludables para nuestro cuerpo y aquellos que causan daño. Les preguntará ¿Qué hicimos para encontrar las pistas? ¿Qué alimentos encontramos? ¿Qué</p>	<p>- Demuestra a través de gestos su gusto por realizar actividad física.</p> <p>- Menciona más de 2 alimentos de la pirámide alimenticia.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Bancas</p> <p>- Conos</p> <p>- Cofre de tesoro</p> <p>- Tarjetas con pistas</p>

				alimentos son saludables para nuestro cuerpo? ¿Cuáles son los alimentos que más debemos comer? ¿Por qué?.		
Día 3	Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7. Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7	(3) Experimentar el bienestar que produce la actividad física trotando. (7) Incorporar el consumo de agua cómo un hábito saludable para su vida. (7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente	Tomar agua nos hace bien	<p>Inicio El adulto invitará a los Niños y niñas y a sentarse en semicírculo, comenzará la experiencia preguntando si saben de qué nos sirve tomar agua, luego de recoger los conocimientos previos se explicará sobre los beneficios que este hábito trae para la salud de las personas. Luego se comentará que sería bueno tener una botella donde podamos traer siempre agua</p> <p>Desarrollo Niños y niñas confeccionarán libremente con diversos materiales una botella personal traídas desde sus casas con anterioridad, para así tener el agua en un recipiente bonito e individual. Posteriormente las botellas se pondrán a secar y se invitará a los niños y niñas a realizar ejercicio trotando alrededor del patio del jardín.</p> <p>Finalización Terminada la actividad física, se invitará a hidratarnos buscando agua en nuestras botellas y tomar agua. Para finalizar se comentará que las botellas podemos tenerlas siempre y así tomar constantemente agua, en especial después de que hagan ejercicio. El adulto realizará preguntas como: ¿Qué hicimos con las botellas?, ¿Para qué nos sirve el agua?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Demuestra de manera gestual goce por la actividad física. - Menciona algún beneficio para la salud que otorgue el consumo frecuente del agua. -Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas 	<ul style="list-style-type: none"> - Botellas personales (plásticas) - Témperas - Escarchas - Pegamento - Lanas. - Scotch

Día 4	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Distinguir que las frutas y verduras son alimentos beneficiosos para su salud.</p> <p>(7) Disfrutar y experimentar el bienestar que produce ejercitar sus destrezas corporales</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	<p>Juego Saludable</p>	<p>Inicio Se Reunirá a los niños y niñas en la cancha para mostrar una sorpresa. El adulto mostrará los materiales y les preguntará ¿Qué podemos hacer con estos materiales? , Se invitará a realizar un juego y se explicará en qué consiste.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas se formarán en 4 filas de parejas, y correrán con el aro de la mano para llegar a un balde con agua y frutas donde tendrán que sacar con una red las frutas. Luego caminarán de lado como hermanos de... y tendrán que adivinar el objeto que hay dentro de una caja con los ojos vendados. (Yogurth). A continuación se invitará a los niños y niñas a saltar unas varas en pie juntos y pasarán por debajo de una mesa gateando, para finalmente llegar a una caja con harina donde deberán buscar con sus manos cucharas y cuchillos plásticos. Se les preguntará ¿Qué se les ocurre que podemos hacer con todos estos materiales? Se les propondrá realizar un tutti fruti.</p> <p>Finalización Para finalizar el juego se reunirán en semicírculo y se les preguntará ¿Qué hicimos en el juego? ¿Cómo pasamos los obstáculos? ¿Qué alimentos encontramos? ¿Qué preparamos con estos alimentos?. Se potencia el tema de la alimentación saludable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Menciona alimentos saludables observados - Disfruta al ejercitar sus destrezas corporales -Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas 	<ul style="list-style-type: none"> - Frutas - Yogurt - Aros - Mesa - Balde - Canasto - Cucharas - Cuchillos plásticos.

Día 5	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Experimentar el bienestar que produce la actividad física al ejercitar sus habilidades con diferentes obstáculos.</p> <p>(7) Distinguir que las verduras son alimentos beneficiosos para su salud.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	<p><i>¿Juguemos a la feria?</i></p>	<p>Inicio El adulto invitará a los niños y niñas a la cancha, pedirá que observen lo que se encuentra en ella. En el lugar se encuentran mesas, monedas, billetes, bolsas y algunas verduras. Les preguntará a los niños y niñas ¿Qué podemos hacer con estas cosas?. Se les propondrá a los niños y niñas jugar a la feria de verduras.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas jugarán a la feria, algunos vendiendo, otros comprando verduras, y realizando diferentes roles de una feria. Les preguntará ¿Qué roles quieren realizar? ¿Quién quiere vender? ¿Quién quiere comprar?.. Niños y niñas a comprarán algunas verduras para realizar una ensalada en la sala. De vuelta en la sala se encuentran con obstáculos que impiden entrar en ella, se les propone pasarlos de diferentes maneras: Pasar en Zigzag los conos, gatear debajo de las mesas, equilibrarse por la cuerda etc. Posteriormente con las verduras compradas en la feria niños y niñas se dividen roles como exprimir limones, revolver la ensalada, picar la ensalada, lavar las verduras etc, y realizan una ensalada.</p> <p>Finalización Niños y niñas se reúnen en semicírculo y conversan de la experiencia, el adulto les preguntará ¿Qué se encontraron en la cancha? ¿Qué hicimos con esos materiales? ¿Qué sintieron al jugar a la feria? ¿Qué</p>	<p>- Demuestra de manera gestual el goce por la actividad física.</p> <p>- Menciona algunas verduras presentes en la feria.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Potes o Bowl - Cucharas - Bolsas de feria - Monedas de cartón - Mesas - Sillas</p>

				verduras había? ¿Qué les gustó más hacer en la feria? ¿Qué hicimos con nuestro cuerpo para poder entrar en la sala? Etc.		
Día 6	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable Nº 3 y Nº 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral Nº7</p>	<p>(3) Disfrutar de la actividad física a través de distintas modalidades de desplazamiento.</p> <p>(7) Distinguir alimentos saludables de los no saludables.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Esto debemos comer	<p>Inicio El adulto invitará a los niños y niñas a sentarse en semicírculo en sillas, les mostrará 2 imágenes de un niño o niña que se encuentran pegadas en la pared y les dirá a los párvulos que éste necesita alimentarse, pero que hay muchas cosas que comer y no sabe <u>cuáles</u> son saludables. En el otro extremo del lugar habrá 2 papelógrafos con láminas de alimentos saludables y no saludables pegados en ella y se formarán 2 grupos, uno para cada papelógrafo e imagen.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas individualmente, escogerán los alimentos saludables que debe comer el niño y realizarán diferentes acciones como: correr, saltar, gatear, reptar para pegarlos en el cuerpo del niño(a).</p> <p>Finalización Para finalizar se revisarán en conjunto los alimentos pegados, identificándolos, nombrándolos y revisando que sean solo saludables. El adulto les preguntará ¿Qué movimientos hicimos con nuestro cuerpo? ¿Cuáles son los no saludables que no debe comer el niño(a)? ¿Cuáles son los alimentos que debemos comer? ¿Cuáles son los beneficios que nos traen los alimentos saludables?.</p>	<p>- Demuestra de manera gestual goce por la actividad física.</p> <p>- Indica alimentos beneficiosos para nuestra salud.</p> <p>- Indica alimentos perjudiciales para nuestra salud.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- 2 Papelógrafos con láminas de alimentos saludables y no saludables.</p> <p>- 2 imágenes tamaño real de niños y niñas (uno por grupo)</p>

Día 7	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Distinguir que las frutas y verduras son alimentos beneficiosos para su salud.</p> <p>(7) Disfrutar y experimentar el bienestar que produce ejercitar sus destrezas corporales</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Cocinando con mi Familia	<p>Inicio Se invitará a los padres o apoderados de los niños y niñas a participar de una actividad en conjunto con sus hijos o hijas, primero se realizará un pequeño momento de Matrogimnasia entre apoderados(as) e hijos(as). A continuación se les dirá a los niños y niñas que tenemos una gran sorpresa, que hoy nos visitarán unos cocineros o cocineras muy importantes.</p> <p>Desarrollo Pasarán a la sala padres o apoderados con gorros de chef y prepararán la comida o postre saludable que ellos decidan llevar. Los padres o apoderados serán los encargados de presentar los materiales y describir los pasos de la receta que ellos o ellas lleven, para finalmente disfrutar de la rica comida o postre que nos traen los Chef del día de hoy. Cada padre o apoderado presentara su receta y será probada los niños y niñas.</p> <p>Finalización Al finalizar se les preguntará a ellos /as ¿Qué realizaron con su cuerpo? ¿Qué ejercicios les gustó más realizar? ¿Qué alimentos utilizaron los padres? ¿Cuál fue el plato que más les gustó?</p>	<p>- Disfruta al realizar actividad física con padres y/o apoderados</p> <p>- Nombran alimentos saludables llevados por padres y/o apoderados</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Receta de comida a realizarse</p> <p>- Servilletas</p> <p>- Cuchillos</p> <p>-Tenedores plásticos, etc.</p>
--------------	---	--	---------------------------------	--	---	--

<p>Día 8</p>	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Disfrutar del bienestar que produce la actividad física recreativa realizando un juego.</p> <p>(7) Distinguir alimentos saludables nombrándolos en un juego.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	<p>Juego del chinito saludable</p>	<p>Inicio Se presentará la estudiante en práctica vestida de china y hablando como tal, les contará a los niños y niñas que a ella le gusta alimentarse bien para así ser sana y fuerte, le preguntará a los niños y niñas si conocen algunos alimentos que sean saludables y se invitará a dar ejemplos. Luego se instará a realizar un juego donde nombremos sólo los alimentos que sean buenos para la salud.</p> <p>Desarrollo Los párvulos harán un círculo y la china comenzará a correr y bailar dentro de la ronda al ritmo de una canción llamada "akito saki", al terminar la canción el personaje se detendrá frente a un párvulo y colocará sus ojos simulando un oriental, dirá "yo querer <i>un tipo de alimento saludable y un ejemplo de éste</i>", luego la china dirá otro ejemplo y ambos volverán a correr y bailar dentro del círculo en fila al ritmo de el canto (a medida que se van sacando más niños y niñas se dirán otro tipos de alimentos y más ejemplos de este) ejemplo: yo querer frutas como manzana, él querer fruta como plátano, etc.</p> <p>Finalización Al finalizar volverán todos los niños y niñas al círculo y el adulto les preguntará ¿Qué alimentos saludables nombramos en el juego? ¿Qué otros alimentos se les ocurre que faltaron? ¿Cómo se movía la china en el juego? ¿Cómo se movían ustedes?, luego se preguntará ¿Para qué debemos</p>	<p>- Demuestra gestualmente el goce por la actividad física.</p> <p>- Menciona algunos alimentos saludables.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Traje de chino.</p> <p>- Canción: "akito, akito saki, akito, akito saki, akito, akito saaki... yo querer..." (Se repite la dinámica las veces que se quiera)</p>
---------------------	---	--	---	---	--	---

				<p>comer este tipo de alimentos? ¿Cuáles son sus beneficios?</p>		
<p>Día 9</p>	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable Nº 3 y Nº 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral Nº7</p>	<p>(3) Disfrutar y experimentar el bienestar que produce la actividad física con elementos al representar a dibujo animado y realizar deportes.</p> <p>(7) Adquirir conciencia de aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para nuestra salud</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	<p>Juguemos a hacer deportes con un Amigo</p>	<p>Inicio Se invitará a los niños y niñas a sentarse en cojines, se les preguntará si conocen algún deporte, ¿cuál?, ¿Qué elemento se utiliza en ese deporte?. El adulto les cuenta que observarán un video de deportes.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas observarán los deportes del video, y finalmente aparecerán unas imágenes de Lazy Town que los invitarán a hacer deportes. Ellos/as se colocarán un distintivo que hará que se transformen en Sportacus o Stefany y escogerán algún deporte para practicarlo. El adulto les preguntará, ¿cuál fue el que más les gusta?, ¿les gustaría practicar alguno?. Los párvulos saldrán al patio en 2 grupos para practicar los deportes escogidos, el adulto dará las indicaciones y reglas del juego. Se realizarán preguntas como: ¿para dónde tienen que correr?, ¿qué tienen que hacer?, etc. Por último se celebrará la finalización de la tarde de Deportes con la preparación en conjunto de jugos naturales, el adulto mencionará el aporte de las frutas y el deporte (vitaminas, minerales, fibra, agua y en cuanto a los deportes mejor irrigación sanguínea, prevención de enfermedades por malnutrición, etc).</p> <p>Finalización Finalmente se preguntará ¿Qué personaje de caricaturas fueron? ¿Cómo lo pasaron? ¿Qué deportes realizaron, en qué consistía?, ¿qué elemento utilizaron? ¿Cómo celebramos la tarde</p>	<p>- Verbaliza aportes de la actividad física a su salud.</p> <p>- Demuestra de manera gestual goce por la actividad física.</p> <p>- Nombra beneficios de una alimentación saludable.</p> <p>- Nombra alimentos saludables.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Pelotas de Basketball y futbol</p> <p>- Arcos</p> <p>- Silbato</p> <p>- Distintivos</p>

				deportiva? ¿Con qué nos alimentamos? Y se les dará un aplauso a todos los Sportacus y las Stefany.		
Día 10	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Experimentar y tomar conciencia acerca del beneficio que otorga la actividad física y la alimentación saludable.</p> <p>(7) Adquirir conciencia de aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para nuestra salud.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Marcha saludable	<p>Inicio Se invitará a niños y niñas a sentarse en semicírculo, para conversar acerca de los malos hábitos alimenticios y del sedentarismo que tiene la población. Se invitará a niños y niñas a realizar una marcha con carteles en donde se llame a la gente a mejorar sus estilos de vida, se especificará a los párvulos que el marchar y caminar también son actividades físicas beneficiosas para la salud.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas crearán carteles con mensajes y dibujos alusivos a una alimentación saludable y a la realización de actividad física (los mensajes serán propuestos por los párvulos), así mismo se podrán insignias en formas de frutas y verduras para identificarse como consumidores de éstas. Niños y niñas marcharán por el sector, realizarán cantos y gritos que llamen a la vida sana y promueva los estilos de vida saludables.</p> <p>Finalización Al finalizar, de vuelta en la sala, Conversarán de lo realizado y el adulto les preguntará ¿Qué alimentos dibujaron? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron caminando? ¿Qué beneficios nos da el caminar? Etc</p>	<p>- Verbaliza aportes de la actividad física a su salud.</p> <p>- Demuestra de manera gestual goce por la actividad física.</p> <p>- Nombra algunos alimentos saludables.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Cartulinas. - Lápices de colores. - Pegamento. - Tijeras. - Scotch.</p>

Día 11	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable Nº 3 y Nº 7.</p>	<p>(3) Disfrutar y experimentar el bienestar que produce la actividad física al bailar con plumeros.</p> <p>(7) Adquirir conciencia del aporte que dan las frutas a nuestra salud</p>	<p>Juguemos con plumeros</p>	<p>Inicio Se invitará a niños y niñas a ubicarse en el centro de la sala, se les pregunta a niños y niñas ¿Les gusta bailar?, ¿Qué les gusta bailar? ¿les gustaría hacerlo?, ¿Qué música podemos poner?. Se les mostrarán las opciones de música para que escojan, para luego comenzar a bailar.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas, comenzarán a bailar libremente, y luego serán guiados por la estudiante en práctica, les pregunta si les gustaría agregar algo al baile, algo así como plumeros ¿Les gusta la idea?, ¿Quién quiere bailar con un plumero?. Los niños/as que quieran ocuparán los plumeros igual que en un principio primero de manera mas libre para después ser guiados por la educadora, mencionando además , nociones que ayudarán a ejercitar de manera más divertida por ejemplo ¡arriba los plumeros!, ¡abajo los plumeros!, ¡sobre la cabeza! etc. Luego de haber bailado aproximadamente unos 15 o 20 minutos, se les pregunta si es que están cansados, ¿Tienen sed? ¿Preparamos un jugo de fruta natural para refrescarnos e hidratar nuestro cuerpo? ¿Qué necesitamos?, se mencionaran los ingredientes a utilizar para entregarles a ellos cuchillos plásticos para que piquen la fruta.</p> <p>Finalización Se les preguntará ¿Cómo lo pasaron?, ¿Les gustó mover su cuerpo?, ¿Cómo se sintieron?, ¿Qué fue lo que hicimos?, ¿Con qué bailamos ¿qué hicimos después?, ¿Cómo nos refrescamos?, ¿Por qué?,</p>	<p>- Verbaliza aportes de la actividad física a su salud.</p> <p>- Demuestra de manera gestual goce por la actividad física.</p> <p>- Nombra beneficios de una alimentación saludable.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Plumeros de papel volantín o de bolsas plásticas</p> <p>- Frutas</p> <p>- Agua</p> <p>- Juguera</p> <p>- Cuchillos</p> <p>- Vasos</p>
	<p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral Nº7</p>	<p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>				

			¿Por qué no tomamos bebida?, ¿Qué nos aportan las frutas?, ¿Qué nos aporta la actividad física?		
--	--	--	---	--	--

Día 12	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable Nº 3 y Nº 7.</p>	<p>(3) Conocer el bienestar y los aportes que produce la actividad física a través de mural e implementación de espacios para la actividad física.</p> <p>(7) Adquirir conciencia de aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para nuestra salud a través de pirámide y mural.</p>	Mi jardín se pinta saludable	<p>Inicio Se invitará a niños y niñas a sentarse en sus mesas por grupo, con las pirámides alimenticias confeccionadas previamente. Se les preguntará: ¿Qué se les ocurre que podríamos hacer con ellas?, ¿Cómo podemos hacer para que todos las conozcan y aprendan a alimentarse de una mejor forma?, ¿Dónde las podríamos poner?, Niños y niñas propondrán el lugar donde colocarlas y el adulto les dará la idea de confeccionar un mural con fotos y recortes relacionados con una alimentación saludable y actividad física y adaptar rincones de actividad física, para que puedan jugar a la pelota, saltar la cuerda u obstáculos, etc.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas saldrán al patio con sus pirámides para decorar el jardín, se realizarán preguntas: ¿por qué estamos haciendo esto?, ¿por qué es importante alimentarnos bien?, además se distribuirán los elementos de actividad física, pelotas, cuerdas, elásticos, etc para explicarles que los materiales estarán a su disposición cuando ellos/as quieran. Niños y niñas practicarán con los elementos implementados de actividad física.</p> <p>Finalización Por último se conversará respecto a lo realizado, felicitándolos por hacer de su jardín un lugar mucho más saludable, se realizarán preguntas como ¿Qué hace que estemos saludables?, ¿Cómo debemos</p>	<p>- Verbaliza aportes de la actividad física a su salud.</p> <p>- Nombra al menos 2 beneficios de una alimentación saludable.</p> <p>- Nombra 4 alimentos saludables.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Pirámides Alimenticias - Papel craft o cartulina - Recortes - Plumones - Pegamento - Elásticos - Pelotas - Cintas de Gimnasia artística - Cuerdas
	<p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral Nº7</p>	<p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>		<p>Finalización Por último se conversará respecto a lo realizado, felicitándolos por hacer de su jardín un lugar mucho más saludable, se realizarán preguntas como ¿Qué hace que estemos saludables?, ¿Cómo debemos</p>		

				alimentarnos?, ¿Qué fue lo que pegamos afuera en el patio? Etc.		
Día 13	<p>Formación Personal y Social. Autonomía. Categoría: Motricidad y Vida Saludable N° 3 y N° 7.</p> <p>Comunicación Lenguaje Verbal Categoría: Lenguaje oral N°7</p>	<p>(3) Experimentar el bienestar que produce la actividad física al realizar diferentes ejercicios en conjunto con sus padres.</p> <p>(7) Reconocer alimentos saludables que aportan beneficios para su salud.</p> <p>(7) Comunicarse usando argumentos en sus conversaciones, respetando turnos y escuchando atentamente</p>	Cóctel Saludable entretenido	<p>Inicio Como finalización de la Propuesta, el adulto invitará a los niños y niñas a la cancha porque tiene una sorpresa para ellos/as. En la cancha se reunirán al menos con uno de sus padres, y se les comunicará que es la última experiencia de la Propuesta por lo que serán invitados a realizar ejercicios de relajación con diferentes partes de su cuerpo en conjunto con sus hijos e hijas.</p> <p>Desarrollo Niños y niñas realizarán diferentes ejercicios de relajación con sus padres. Posteriormente prepararán con ayuda del adulto un cóctel con diferentes alimentos saludables como frutas, verduras, cereales, frutos secos etc que reflejará el término de la Propuesta implementada. Niños, niñas y sus padres disfrutarán de una convivencia en el que comerán los diferentes alimentos saludables mencionados anteriormente.</p> <p>Finalización Para finalizar el adulto reunirá a los niños, niñas, padres y apoderados, les pedirá que aplaudan muy fuerte por las experiencias vividas. Las estudiantes en práctica profesional agradecerán la cooperación y el interés de los niños, niñas como también de sus padres. Realizará preguntas como: ¿Qué les parecieron las experiencias realizadas durante estas</p>	<p>- Manifiesta gestualmente agrado por realizar actividad física.</p> <p>- Nombra algunos alimentos saludables observados en el coctel.</p> <p>-Verbaliza respuestas relacionadas con el tema argumentándolas</p>	<p>- Bowls o potes</p> <p>- Cucharas</p> <p>- Servilletas</p> <p>- Alimentos como:</p> <p>- Cereales</p> <p>- Frutas</p> <p>- Verduras</p> <p>- Frutos secos</p> <p>- Música</p> <p>- Trozos de género</p>

				3 semanas? ¿Cuál experiencia les gusto más? ¿Qué aprendieron? Etc.		
--	--	--	--	---	--	--

ANEXO 8

Planificación Taller Alimentación Saludable y Actividad Física para la Familia

Fecha	Objetivo general	Objetivo específico	Experiencia de Aprendizaje	Mediación del Aprendizaje	Evaluación	Recursos
21 de Junio	Valorar la Promoción de La Salud en torno a la Alimentación Saludable y Actividad Física.	<p><i>Conocer los Beneficios de una Alimentación Sana.</i></p> <p><i>Conocer beneficios de realizar Actividad Física.</i></p>	Taller para la Familia en torno a la Actividad Física y Alimentación Saludable.	<p>Inicio</p> <p>Se invitará a la Familia a un taller informativo práctico de Alimentación Saludable y Actividad Física. Los adultos se ubicarán sentados en sillas en semicírculo.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Las alumnas expondrán acerca de los beneficios de una Alimentación equilibrada y Actividad Física para el organismo, además de otros temas como porciones, pirámide alimenticia, minutos recomendados para realizar Actividad Física etc.</p> <p>Finalización</p> <p>La familia participará de un juego que consiste en preguntas acerca de su vida cotidiana en relación a estos temas. Se contestarán sus dudas e inquietudes y se les hará entrega de un tríptico informativo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Asistencia de padres y/o apoderados. - Participación y aportes 	<ul style="list-style-type: none"> - Pirámide Alimenticia - Papelógrafos - Tarjetas con preguntas

ANEXO 9

Planificación Taller Alimentación Saludable y Actividad Física para el Personal Educativo

Fecha	Objetivo general	Objetivo específico	Experiencia de Aprendizaje	Mediación del Aprendizaje	Evaluación	Recursos
22 de Junio 2010	Informar al Personal Educativo acerca de la Promoción de la Salud y los Estilos de Vida Saludable para posteriormente realizar un taller de futuras experiencias educativas enfocadas al tema.	<p>-Informar acerca de la Promoción de la Salud en Chile y los Estilos de Vida Saludable</p> <p>-Realizar un taller grupal de futuras experiencias educativas enfocadas en la Promoción de la Salud.</p>	Taller de Promoción de la Salud y futuras experiencias de aprendizaje	<p>Inicio</p> <p>Se reúne al Personal Educativo para comenzar la incentivación a través de un juego.</p> <p>Desarrollo</p> <p>Se comienza informando acerca de la Promoción de la Salud y los Estilos de Vida Saludable, con el fin de informar y aclarar dudas con respecto al tema.</p> <p>Posteriormente, se reúnen en grupos para realizar un plenario con ideas de futuras experiencias educativas relacionadas con los Estilos de Vida Saludable.</p> <p>Finalización</p> <p>Cada Grupo expone las ideas y se realiza evaluación del taller</p>	<p>- Asistencia de padres y o apoderados.</p> <p>- Participación y aportes</p>	<p>- Radio</p> <p>- Música</p> <p>- Mesas</p> <p>- Sillas</p> <p>- Cartulinas</p> <p>- Hojas blancas</p> <p>- Plumón</p> <p>- Lápices</p> <p>- Pegamento</p> <p>- Scotch</p>

ANEXO 10

Tríptico

El tríptico tiene un fondo verde claro. En la parte superior izquierda y derecha hay pequeños iconos de frutas. El contenido está dividido en secciones con fondos de colores más oscuros.

OTRAS FORMAS DE CUIDADO

- ELIMINANDO EL TABACO
- ELIMINA Y/O REDUCE EL CONSUMO DE ALCOHOL

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

ALIMENTATE BIEN

1. Consume 3 veces al día productos lácteos como leche yogurt, quesillo o queso fresco, de preferencia semidescremados o descremados



4. Come pescado mínimo 2 veces por semana, cocido, al horno, al vapor o a la plancha



5. Prefiere los alimentos con menor contenido de grasas saturadas y colesterol



6. Reduce tu consumo habitual de azúcar y sal



7. Toma de 6 a 8 vasos de agua al día



ESTA ES UNA DE LAS FORMAS DE LLEVAR UNA VIDA MAS SANA Y EQUILIBRADA.

REALIZA EJERCICIOS POR LO MENOS 3 VECES POR SEMANA.

● 30 minutos de caminata rápida



● Ejercicios de estiramiento

● Baile



● O algún tipo de deporte



Cambia poco a poco tus hábitos alimenticios y sedentarios, cuesta, ¡Pero se puede! . Así evitaras en gran cantidad enfermedades crónicas no transmisibles que pueden atentar contra tu vida como son la obesidad, hipertensión, diabetes, hipercolesterolemia y algunos cánceres. Y lo más importante inculcarás a tus hijos hábitos de estilos de vida saludables desde pequeños.



FASE III

EJECUCION- ACCION Y EVALUACION DE LA PROPUESTA

ANEXO 13

Registros Abiertos

Situación de aprendizaje: Juego del chinito saludable

Ciclo: 2

Fecha: 22 de Junio

Nombres de niños/as: Benjamín Muñoz - Jordan Contreras.

Observaciones:

Se comienza la incentivación con la estudiante en práctica profesional vestida de china, comentándoles que viene de otro país en donde sólo se alimentan con comida saludable, se les pregunta si ellos conocen alimentos saludables a lo que los niños mencionados para la observación responden que sí. La estudiante en práctica les pregunta si les gustaría jugar a un juego, en donde el grupo en general responde que sí también. Se les explica el juego contándoles que cada vez que la china vaya cantando y se detenga delante de un niño, le dirá “yo querer alimento saludable como...”y cuando el niño o la niña respondan, se pondrá detrás de la china. En el momento en el que se detiene delante de Benjamín y le pide un alimento saludable, el responde a la brevedad “lechuga”, al cual se le da un aplauso, felicitándolo por la respuesta acertada, además de mencionar el por qué es saludable, para luego continuar con el juego, es así como pasa por varios niños y niñas, la mayoría responde con ayuda ya que se iban repitiendo. Finalmente se llega donde Jordan, el cual se encontraba un poco inquieto, moviéndose en su puesto, y se le pide un alimento saludable, él mencionó varios alimentos saludables que ya se habían mencionado anteriormente, pero él no necesitó ayuda para la respuesta ya que siguió nombrando hasta que consiguió dar el nombre de un alimento nuevo saludable. se termina el juego sentados en un círculo en donde se menciona que lo que pidió la china y qué fue lo que nombraron, Benjamín y Jordan participan durante toda la situación de aprendizaje activamente, respondiendo hasta el cierre de la situación a las preguntas realizadas por la china y la estudiante en práctica.

Comentario : Gracias a esta experiencia de aprendizaje, los niños y las niñas recuerdan y nombran Alimentos Saludables generalmente basándose en frutas, ya que es lo que más les agrada comer dentro de una dieta sana, y a su vez realizan Actividad Física disfrutando de ella al ser ésta situación de aprendizaje un juego con movimiento.

Situación de aprendizaje: Juguemos con plumeros

Ciclo: 2

Fecha: 23 de Junio

Nombres de niños/as: Sergio Ojeda –Benjamín Marambio

Observaciones:

Se inicia la situación con preguntas que los motiven a bailar ¿les gusta bailar?, ¿qué música podemos poner para bailar? , al comenzar la situación se les entregan unos plumeros para bailar libremente y luego de manera más guiada por la estudiante en práctica profesional, potenciando además nociones espaciales con los plumeros. Tanto Sergio como Benjamín demostraron durante toda la experiencia de aprendizaje un goce por la actividad física, esto se logró ver por los gestos que realizaban durante el baile con los plumeros luego de terminar el baile se les ofreció preparar un jugo de frutas naturales preguntándoles qué ingredientes necesitábamos para realizarlo, a medida que se preparaba el jugo se puso mayor atención en los niños en observación, para además preguntarles cuáles eran los aportes de realizar actividad física a lo cual Benjamín respondió correctamente, mientras Sergio respondió de la misma forma pero de manera más guiada. En cuanto a comentar algunos beneficios de una alimentación saludable a Sergio y a Benjamín les costó bastante responder correctamente, ya que aun se encontraban concentrados en la preparación del jugo.

Comentario: Por medio de esta situación de aprendizaje, niños y niñas logran realizar Actividad Física de una forma divertida y medianamente libres, a través del baile con plumeros y al ser estos llamativos logran captar la atención por parte del grupo de niños y niñas. Cabe destacar que cada experiencia que tenga que ver con el movimiento del cuerpo necesita de la hidratación del mismo, es por eso que se les ofrece preparar un jugo de frutas para concluir el baile con un Alimento Saludable como lo es el jugo de fruta natural. De aquí se entiende que niños y niñas valoran más las preparaciones de alimentos que realizan ellos, entendiendo además el beneficio que éstos traen para el cuerpo al ser naturales.

Situación de aprendizaje: Esto debes Comer

Ciclo: 2

Fecha: 24 de Junio

Nombres de niños/as: Isidora Delgado- Ignacio Jaimalis

Observaciones:

En la experiencia de aprendizaje se muestran imágenes en donde los niños y niñas seleccionarán alimentos saludables para un niño y niña que también se encuentra en una imagen para esto los niños deberán correr de un extremo a otro en busca de alimentos que consideren saludables, Isidora pudo seleccionar los alimentos sin ninguna ayuda además de realizar esto corriendo y demostrar gestualmente que disfrutaba de la experiencia de aprendizaje, por otro lado Ignacio disfrutó de la actividad física que se necesitaba realizar para llevar a cabo la situación de aprendizaje, pero no supo seleccionar los alimentos que necesitaba consumir el niño de la imagen que le correspondía llevar, necesitó bastante ayuda para poder llevar alimentos saludables.

Comentario: Al seleccionar alimentos saludables queda en evidencia que logran discriminar y conocer el concepto de comida sana o como se señaló anteriormente alimentos sanos, al observar y tener más alternativas que puedan desviar la atención de los niños y las niñas como lo es la comida chatarra, ya que esto los puede tender a confundir por ser comida de su agrado. Sin embargo logran en su gran mayoría identificar la comida sana, con algunas excepciones que necesitaron un poco más de mediación por parte de la Educadora a cargo de la experiencia. Con lo que respecta a la Actividad Física, la realizan sin darse cuenta efectivamente que la están efectuando, aun así lo importante es que disfrutaran como lo hicieron y que al finalizar se comenta lo que realizaron preguntándoles además como lo pasaron.

Situación de aprendizaje: Cóctel Saludable Entretenido

Ciclo: 2

Fecha: 30 de Junio

Nombres de niños/as: Carolyn Hidalgo- Ignacia Garrido

Observaciones:

En esta experiencia de aprendizaje aunque costó en un principio que se organizaran por el hecho de que estaban sus padres y los niños y niñas se ponen un tanto regalones, pero no obstante se logró el objetivo en Carolyn y en Ignacia, así como también en el grupo en su totalidad, todos disfrutaron de la experiencia con sus padres además les pareció mucho mejor la idea de compartir con ellos el cóctel saludable y los padres ayudaron también en que niños y niñas probaran los distintos tipos de alimentos que se encontraban en dicho cóctel, Carolyn e Ignacia como ya mencionamos anteriormente disfrutaron al realizar ejercicios con sus padres y nos fijamos en que también reconocieron los distintos tipos de alimentos que se encontraban para la degustación de comida saludable.

Comentario: Gracias a esta experiencia se logra visualizar que además de niños y niñas disfrutar de la Actividad Física, lo disfrutaron sus padres. Es de esta forma como se logra valorar el beneficio que ésta trae para el cuerpo manteniendo así una vida más sana de la cual pueden estar acompañados aportando con el movimiento del cuerpo y el goce de llevar a cabo dicha acción. Además logran nuevamente reconocer alimentos sanos de los cuales siempre se está haciendo mención de sus aportes específicos para el cuerpo (Ej: naranja: Vitamina C, evita resfríos, etc)

Situación de aprendizaje: Cocinando con mi Familia

Ciclo: 2

Fecha: 28 de Junio

Nombres de niños/as: Maximiliano Zúniga- Catalina Cuevas

Observaciones:

En esta situación de aprendizaje se evidencia claramente que el trabajo con la familia sirve bastante ya que hace que las experiencias de aprendizaje les sean más significativas tanto en la Matrogimnasia como en la cocina saludable. Maximiliano y Catalina, se divirtieron al demostrarlo de manera gestual realizando los ejercicios con sus padres realizando diferentes tipos de implementos. Luego en la cocina con los padres en donde se prepararon poniéndose gorros de chef para cocinar, presentando los ingredientes y materiales a utilizar y describir paso a paso la receta a preparar. Maximiliano se mostró atento durante todo momento y con ganas de querer ayudar a la preparación de la comida y Catalina se mostró atenta, pero no respondía preguntas cuando por ejemplo los padres preguntaban qué ingrediente, era el que les estaba mostrando, en el final de la situación de aprendizaje ambos nombraron los ingredientes, teniendo Maximiliano un poco más de dificultad para reconocer y recordar alimentos saludables.

Comentario: Al igual que otra experiencia realizada con la familia, siempre éstas les son más significativas además de ser la matrogimnasia una experiencia con esta finalidad. Por medio de esta situación aprenden que no sólo pueden realizar actividad Física acelerada, sino que también con la madre o el padre fortaleciendo además lazos afectivos. Por último tener claro que hay que alimentarse Sano y que la Familia es la primera encargada de eso. Por lo cual les encantó y aprenden viendo algún padre o madre cocinar alimentos saludables para ellos y ellas.

Situación de aprendizaje: Mi jardín se pinta saludable

Ciclo: 2

Fecha: 29 de Junio

Nombres de niños/as: Daniela Concha – Jocelyn Contreras

Observaciones:

Si bien la situación comenzaba con proponer ideas para promocionar la pirámide alimenticia también consistía en confeccionar carteles en donde se comunicarán beneficios de la actividad física y de los alimentos saludables. Daniela, comenzó y entendió la idea, ya que comenzó a recortar alimentos y situaciones de actividad física saludables, no así Jocelyn ya que recortó todo lo que encontraba que le interesara, propaganda, juguetes, etc. Ambas niñas nombraron aportes de la Actividad Física y nombraron alimentos saludables pero no nombraron los beneficios de estos alimentos, ya que se comenzaron a distraer al querer ir a utilizar los elementos para realizar deportes que quedaron en el patio. Finalmente al ingresar a la sala se trató de retomar las preguntas para que contestaran esta vez más concentrados y fue así como lograron contestar correctamente Daniela y Jocelyn.

Comentario: A pesar de no resultar en una primera instancia el objetivo de la situación de aprendizaje con algunos niños y niñas, se entiende que al seleccionar y mediar la tarea a realizar conocen y reconocen lo que estaban buscando que eran imágenes en relación a Alimentación Saludable y Actividad Física, esto ya es un logro. Para luego nombrar los beneficios de este tipo de estilo de vida.

Situación de aprendizaje: Juguemos a los deportes con un Amigo

Ciclo: 2

Fecha: 21 de Junio

Nombres de niños/as: David Núñez- Benjamín Garrido

Observaciones:

Con respecto a esta situación de aprendizaje, todos estaban en general muy entusiasmados observando los videos de los distintos deportes que aparecían que en este caso era el fútbol y el basketball y en el momento que aparece Lazy Town en el video también promocionando la actividad física David y Benjamín además de otros niños/as comenzaron a imitar saltos y cantos y a recordar también otras canciones que salen en estos dibujos animados. Cuando se invita al grupo a practicar algún deporte de su interés David sale corriendo a buscar pelota de fútbol y Benjamín se quedó esperando las indicaciones de la Educadora, ambos disfrutaron al demostrar de manera gestual que los estaban pasando bien realizando deportes. Al invitarlos a preparar jugos saludables gesticularon una expresión de desagrado, pero David quiso de inmediato ir a la preparación ya que decía que tenía sed. Durante esta preparación David y Benjamin participaron respondiendo las preguntas que correspondía a alimentación saludable y actividad física nombrando sus aportes y reconociendo alimentos.

Comentario: Al mostrar los deportes a través de series infantiles, tuvieron gran interés por participar, es por esto que gracias a esta experiencia los niños y niñas enfocaron su participación mayoritariamente en la Actividad Física logrando educar a través de imágenes televisivas de las cuales se extrae la importancia de realizar deportes y Actividad Física, en cuanto a la preparación del jugo también les pareció atractivo, pero sólo al dejar pasar un momento de terminar ya la ingesta de jugo se logran escuchar respuestas en relación a sus beneficios

Situación de aprendizaje: ¡Juguemos a la feria!

Ciclo: 2

Fecha: 17 de junio

Nombres de niños/as: Bianca Arancibia- Paz Aranda

Observaciones:

Se invita a los párvulos a la cancha para jugar a la feria, vendiendo y comprando verduras, representando distintos roles dentro de la actividad.

Algunos párvulos se ubican tras las mesas que representan los puestos de ventas mientras otros recorren el sector observando las verduras y comprándolas.

Bianca se acerca a un puesto y pide al “vendedor” que le de una lechuga, la estudiante en práctica le pregunta por qué quiere lechuga y éste le dice que por que hace bien y es muy rica con limón, luego Paz sigue recorriendo el lugar hasta que se acerca a otro puesto y observa las verduras que en él se encuentran, se le pregunta que verduras hay y este responde indicando mientras las nombra: “tomate, palta, limón...mmm... eso”.

Por otro lado Paz se acerca a los puestos, toma tres verduras y las compra, se media preguntando qué verduras compró, de las seleccionadas nombra solo una con las otras la educadora va dando pistas, como para qué se utilizan, con qué se comen y cómo empieza su nombre hasta que logra nombrar una más, la tercera se la dice otro párvulo, para potenciar la educadora toma un tomate y pregunta si sabe qué verdura es, el párvulo responde que es un tomate y agrega que a él le gusta mucho la ensalada de esa verdura.

Luego se invita a los niños y niñas a volver a la sala a realizar una ensalada, en el camino se encuentran con distintos obstáculos que deben sortear, Bianca participa pasando por todas las pruebas algunas con cierta dificultad como lo es el equilibrarse sobre una cuerda, pero volvía a subirse en ella y repetía en ejercicio mostrando entusiasmo. En el caso de Paz participa activamente pasando todos los obstáculos, mostrando interés y ayudando a otros compañeros a pasarlos.

Al finalizar entre otras preguntas se consulta si recuerdan qué verduras había en la feria, lechuga, tomate, limón, mientras Bianca responde al consultarle sólo tomate.

Comentario: Debido a esta experiencia se logra que niños y niñas aprendan desde actividades cotidianas como es ir a la feria a reconocer y normar los beneficios de las

verduras que allí venden, y se potencia de mejor forma al luego prepararla, ya que muchas veces los párvulos no desean ciertos tipos de alimentos al ver ya sólo preparado y no cómo se prepara. En cuanto a la complementación de poner obstáculos para el ingreso a la sala, consigue el objetivo de realizar Actividad Física disfrutando de ésta.

Situación de aprendizaje: Buscando el tesoro

Ciclo: 2

Fecha: 18 de junio

Nombres de niños/as: Ángel Catalán – Alex Catalán

Observaciones:

Se incentiva leyendo una carta que incita a buscar un tesoro siguiendo unas pistas, los niños irán encontrando imágenes de alimentos que forman parte de la pirámide alimenticia los cuales luego deberán pegar en la misma, para llegar a encontrar cada imagen deberán hacerlo realizando una actividad motriz que se le indicará.

Al encontrar las imágenes se va preguntando que alimento es, Alex distingue y nombra carne, pollo, leche y tomate, por su parte Angel responde pan y leche, luego de armar la pirámide se irán viendo qué alimentos había, luego se preguntarán se volverá a preguntar que alimentos recuerdan de la pirámide, Alex nombra tres y Angel nombra uno.

En las actividades motoras que realizaron los párvulos para ir en búsqueda de las imágenes ambos niños se mostraron entusiastas, efectuando los ejercicios que se requerían.

Comentario: Generalmente siempre es efectiva la realización de Actividad Física en los niños y las niñas, esto resulta ser innato, es por esto que esta situación de aprendizaje logra ser atractiva al tener incluida en ella movimiento para buscar un tesoro, fortaleciendo además esta actividad nombrando alimentos saludables y recordando los de la pirámide alimenticia.

Situación de aprendizaje: Tomar agua nos hace bien.

Ciclo: 2

Fecha: 15 de junio

Nombres de niños/as: Ariadne Farias- Javiera Guerrero

Observaciones:

Se comenta con los párvulos el beneficio que trae tomar agua para la salud, luego se invita a decorar unas botellas personales para que en ellas podamos beber agua constantemente, luego de decorarlas se invita a los párvulos a realizar actividad física, al terminar, se llenan las botellas y mientras toman agua se pregunta si se acuerdan por qué es bueno hacerlo. Ariadne dice que a ella no le gusta tomar agua que prefiere tomar bebida, se explica que el agua hace mejor para su cuerpo que la bebida y se le pregunta si sabe por qué y dice que es para no tener sed. Por otro lado, al preguntarle a Javiera por que le hace bien tomar agua dice que sirve para no enfermarse.

Comentario: A pesar de que niños y niñas tienen el hábito de ingerir líquido, no siempre es el adecuado, esta experiencia sirvió para hacer de la ingesta de agua una practica cotidiana y constante, reduciendo o eliminando de preferencia, la bebida, ya que es perjudicial por su alto contenido de azúcar y sodio. Es adecuado mencionar que cada vez que se realiza Actividad Física como en esta experiencia de aprendizaje, es preferible tomar agua o jugos naturales en vez de la bebida o jugos artificiales.

Situación de aprendizaje: Fiesta de inicio.

Ciclo: 2

Fecha: 14 de junio

Nombres de niños/as: Emilia Pavez- Josefina Pezoa

Observaciones:

Se cuenta a los párvulos que durante las próximas semanas haremos muchas actividades para mejorar nuestra salud y saber que cosas le hacen bien o mal a nuestro cuerpo. Luego se invita a participar en una fiesta donde se comprometerán a participar de las actividades, durante la fiesta los niños bailarán, moviendo distintas partes de su cuerpo y compartirán alimentos saludables como cabritas de maíz sin sal y agua. Mientras participamos de la fiesta la educadora pregunta a los niños y niñas si saben que alimentos hacen bien para su salud, Emilia responde que la manzana, se le pregunta si conoce otro y tras pensar un instante dice el pan, dice que la ensalada hace bien.

Emilia baila y mueve su cuerpo mostrando disfrutar de la actividad, mientras Josefina se queda parada, se le insta a mover pero no quiere y se queda observando a los demás.

Comentario: Al presentar la propuesta, muchos niños y niñas se entusiasmaron al comenzar esta propuesta con una fiesta. Es importante destacar que muchos tienen incorporados muy pocos alimentos como saludables, es por esto que al escuchar algunas respuestas se corrigió muchas veces que algunos eran sanos y otros no, destacando que éstos que no lo eran, eran llamados chatarra. En relación a la Actividad Física, fue un buen comienzo, disfrutaron del baile en todo momento.

Situación de aprendizaje: Marchemos por la salud.

Ciclo: 2

Fecha: 25 de junio

Nombres de niños/as: Aaron Lizana-Nickole Leiva

Observaciones:

Se conversa con los párvulos acerca de los malos hábitos de alimentación y sedentarismo que tiene la población, por lo que se invita a realizar una marcha en que llamemos a la gente a comer bien y hacer deporte. Se crearán carteles con dibujos y mensajes alusivos a la alimentación y actividad física los cuales serán propuestos por los párvulos y luego se saldrá a marchar por las calles realizando gritos alusivos a la vida sana. Para hacer los carteles se preguntará qué podemos dibujar, Nickole dice que podemos dibujar frutas, por otro lado Aaron dice dulces, se le pregunta si los dulces son saludables, después de un silencio dice que no y se le vuelve a preguntar entonces que otra cosa podemos dibujar que nos haga bien para la salud y no responde, luego se le pregunta que se puede dibujar para que la gente haga deporte y dice que una pelota. Luego se pregunta que cosas podemos decir a la gente para escribirlo en los carteles, Nickole dice hay que hacer ejercicio y Aaron dice que podemos decir que no coman papas fritas.

Comentario: Aunque resultó ser un tanto confuso preguntarles que frases se podrían poner para realizar una marcha, logran identificar frases que recomienden una vida sana con bastante mediación por parte de la estudiante en práctica profesional, haciendo de éstas una presentación de estilos de vida que pueden llevarnos a tener una vida saludable desde la promoción.

Situación de aprendizaje: Juego saludable.

Ciclo: 2

Fecha: 16 de junio

Nombres de niños/as: Victoria Gallardo- Maximiliano Riquelme

Observaciones:

Se invita a los párvulos a jugar una especie de gincana donde en cada estación obtendrán un utensilio que servirá posteriormente para hacer un postre saludable, a cada obstáculo se deberán desplazar realizando distintas actividades motoras, como saltar a pies juntos, caminar unidos por una parte del cuerpo, entre otras. Al obtener todos los materiales, se hace un tuti fruti con yogurt y se comparte entre todos.

Luego de compartir el postre se pregunta si se acuerdan que alimentos saludables utilizamos, Victoria dice pera y Maximiliano yogurt. En la misma pregunta Victoria responde naranja. Durante la gincana y mientras encontraban los alimentos se iba preguntando que era, ambos niños reconocieron y nombraron correctamente lo solicitado.

Mientras se hacía actividad física entre cada posta, ambos niños participaron activamente, mostrando disfrutar del ejercicio.

Comentario: Gracias a esta experiencia de aprendizaje niños y niñas logran reconocer Alimentos Saludables degustando luego de éstos, disfrutaron durante todo momento de la Actividad Física siendo ésta más atractiva al ser en parejas y de una forma competitiva, pero con la finalidad de realizar algo en conjunto y en beneficio de todos.

Entrevista a Niños y Niñas Grupo 1

Preguntas	Niño(a) 1	Niño(a) 2	Niño(a) 3	Niño(a) 4	Niño(a) 5	Niño(a) 6
<p>1.- ¿Sabes como cuidar tu cuerpo?</p> <p>Alumna: ¿Qué hacen ustedes, para que su cuerpo este sano?</p>	<p>Yo, en mi cuerpo lo cuido en la cama.</p> <p>Comer comida</p>	<p>La mamá</p> <p>Comer manzana, verduras</p>	<p>Mi mamá me acuesta con el cuerpo</p>	<p>Mi mama me cuida mi cuerpo</p>	<p>Cuando mi mama me cuida mi cuerpo, me enfermo, me revisa la cabeza, y yo voy al enfermo y también me da remedios</p>	<p>En mi cama.</p>
<p>2.- ¿Cuándo estas enfermo como te cuidas?, ¿que hacen cuando están enfermos?</p>	<p>Se acuestan</p>	<p>Yo como pera</p>	<p>Me pegué en la frente.</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>
<p>3.-¿Qué alimentos deberíamos comer todos los días?, ¿Qué alimentos son sanos y deberíamos comer todos los días?</p> <p>Alumna: ¿Sergio tengo una pregunta para ti, tu conoces la comida chatarra, Sergio?, ¿Quién conoce la comida chatarra?</p> <p>Alumna: Y el completo ¿qué será?, ¿un alimento sano o una comida chatarra?</p>	<p>Los fideos</p> <p>La papa fritas</p> <p>Una chatarra.</p>	<p>Yo como pollo.</p> <p>Las galletas</p> <p>Porque tiene mayonesa</p>	<p>Tía cuando yo estaba enferma me dieron un remedio</p> <p>Papas fritas.</p> <p>Yo como completos</p>	<p>No responde</p> <p>La comida que tiene carne</p> <p>Yo como comida con carne y con pollo.</p>	<p>No responde</p> <p>La carne</p> <p>No responde</p>	<p>No responde</p> <p>No responde</p> <p>No responde</p>

<p>4.- La otra pregunta dice así, ¿les gustan los deportes? ¿A quien le gusta hacer deportes?</p> <p>Alumna: Deportes, de hacer ejercicio, te acuerdas cuando vamos a la cancha y hacemos ejercicios Alumna: ¿Pero que eso que estas haciendo? ¿Qué es?</p> <p>Alumna: Aahhh!!! Estas saltando como un conejo, Eso es saltar, te gusta saltar.</p> <p>Alumna: ¿Ustedes conocen el futbol? ¿A quien le gusta jugar futbol?</p>	<p>Comer carne</p> <p>Niña se para y salta) hacer ejercicios</p> <p>Un conejo</p> <p>A mí</p>	<p>A mi me gusta hacer cuando yo juego en la cancha con pelotas con mi papá</p> <p>A mí</p>	<p>Me gusta hacer así (la niña salta) Alumna: ¿Que es lo que es eso? saltar</p> <p>A mí</p>	<p>Saltar</p> <p>A mí</p>	<p>No responde</p> <p>No responde</p>	<p>No responde</p> <p>No responde</p>
<p>5.- ¿Qué les gustaría hacer que cuide nuestro cuerpo en el jardín con las tías y todos los niños?</p>	<p>Cuidarme mi pierna</p>	<p>Me gustaría eeeehhh cuidar mi frente</p> <p>(no hay más repuestas, todos se desordenan)</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>

Entrevista a Niños y Niñas Grupo 2

Preguntas	Niño(a) 1	Niño(a) 2	Niño(a) 3	Niño(a) 4	Niño(a) 5	Niño(a) 6
1.-La primer pregunta dice así ¿sabes como cuidar tu cuerpo? ¿Cómo cuidas tu cuerpo?	No responde	No responde	Ejercitando	Ejercitando	No responde	No responde
2.- Cuando ustedes están enfermos ¿cómo se cuidan?, ¿qué hacen ustedes cuando están enfermo?	Vamos al doctor	Vamos al doctor, me ponen algo aquí en el ombligo	No responde	No responde	No responde	No responde
3.- ¿Conocen la comida chatarra?, ¿quién conoce en este nivel la comida chatarra? Alumna: A ya se, a lo mejor esta si se la saben. ¿Los alimentos sanos los conocen ustedes?, los cosas que nos hacen muy bien a nuestro cuerpo ¿que puede ser?	La comida chatarra allá la venden Alumna: ¿Donde la venden la comida chatarra? ¿Allá abajo? ¿Y que es? ¿Que comida? que yo no se que es, ¿que cosas son chatarras? La comida saludable	Las galletas La comida que hacen las tías que cocinan	Las galletas Alumna: ¿Quien sabe que otra comida chatarra hay? No responde	Las galletas Alumna: Aparte de las galletas que otras cosas nos hacen mal para nuestro cuerpo y se come así (simulando comiendo un completo) y nos hace mal para nuestro cuerpo porque nos hace engordar. No responde	Allá hay Alumna: Pero ¿qué cosa? ¿Cómo se llama? No responde	No responde No responde

<p>4.- Haber, ¿a quién le gusta los deportes?</p> <p>Alumna: ¿Qué deportes te gustan?</p> <p>Alumna: ¿Cuáles son esos deportes suavécitos?</p> <p>Alumna: Paz, ¿qué deportes te gustan hacer a ti?, se acuerdan que cuando vamos a la cancha a veces hacemos unos deportes, ¿cuál te gusta hacer a ti paz?</p>	<p>A mí (en coro)</p> <p>Los suavécitos</p> <p>Que los tiran allí en el techo</p>	<p>A mí (en coro)</p> <p>Me gusta correr</p>	<p>A mí (en coro)</p> <p>A mi me gusta hacer así (muestra lo que hace. Se acuesta y mueve las piernas)</p> <p>Alumna: ¿Pero eso como se llama?, lo que hiciste recién, ¿cómo se llama?</p> <p>Niña: hacer gimnasia</p>	<p>A mí (en coro)</p> <p>No responde</p>	<p>A mí (en coro)</p> <p>No responde</p>	<p>No responde</p> <p>No responde</p>
<p>5.- ¿Qué cosas les gustaría hacer en le jardín para cuidar su cuerpo?</p>	<p>Ejercitar</p>	<p>(No hay respuestas de ningún niño y niña).</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>

Entrevista a la Familia I parte

Preguntas	Apoderada 1	Apoderada 2	Apoderada 3	Apoderada 4	Apoderada 5	Apoderada 6
<p>1.-¿Cuál es la importancia de la vida saludable en el desarrollo de su hijo o hija?</p>	<p>Bueno para mi yo creo que es importante por el hecho de que si tenemos una buena alimentación los niños van a crecer mas sano y no van a tener tantos problemas en la salud porque las comidas de repente producen muchas enfermedades por eso yo creo que debe ser importante la alimentación en un niño chico sobre todo.</p>	<p>Mira yo creo que es buena la alimentación sana porque ahora se ve tanto niño obeso con las comidas chatarras y todas esas cosas que se venden suflé toda esas cosas que le hacen tanto daño a los niños entonces y a veces las mamás igual les compran mi yerna esta estudiando mi nuera esta estudiando y me dice mire esto tiene esto o sea uno no sabe pero como ella esta estudiando alimentación me explica todo entonces nada de comida chatarra o sea lo más sano posible lo que se pueda más fruta incluso hasta jugos naturales, pero a veces los niños son uuuuuu horrible, la Sofia. Realmente las mamás no saben el daño que le hacen a esos niñitos pequeñitos y le meten cosas y todo eso horrible es horrible sobre todo en el extranjero uno ve la noticia de esos niños y llega a dar pena o sea pena lo mejor es</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>	<p>No responde</p>

		la comida sana, saludable es lo mejor lo que imparte el jardín es bueno, es súper bueno.				
2.-¿Sabía usted que el jardín infantil al cual asiste su hijo o hija esta acreditado como institución promotora de la salud?, si su respuesta es afirmativa ¿cómo se informó	No, me entere recién, lo que pasa es que mi hija entro hace 2 semanas, entonces fue como bien rápido yo creo que le dieron las información cuando ya empezó ella en el jardín. Alumna: ¿Pero se entero ahora cuándo? Apoderada: ahora , como te digo mi hija empezó hace una semana no mas poa si que....por eso no me informe	No	Bueno yo tampoco no tenia idea nada así que estoy como media perdida en lo que ustedes están preguntado pero también lo mismo que Jimena mi niño está recién el interés de nosotras es que el niños aprenda que le enseñen cosas y ahí vamos a saber que es lo que entrega el jardín porque realmente no sabemos que es lo que entrega el jardín porque yo soy mamá primeriza entonces es la primera vez que traigo a mi niño al jardín, entonces no se que el es lo que el jardín está entregando, lo único que se es los valores que yo le he entregado como mamá porque los valores que le va entregar el jardín todavía no se nada.	A través del mismo jardín y por mi mamá que ha tenido entrevista con la directora y con las mismas tías yo también con las tías así que a través de eso nos hemos enterado.	Si yo también me entere por intermedio de las tías que me informaron que impartían eso.	Si, si sabia por la reunión y las cosas del año pasado, no es lo mismo que dijo ella.
3.-¿Ha sido invitado a participar en actividades para la promoción de la salud? Si es así, ¿a cuáles?	Si, no pude venir ¿pero fue invitada? si, si fui invitada. ¿A cual fue? No me acuerdo, fue la semana pasada no más.	No.	No, tampoco	No.	Yo si, a los dos talleres de aprendizaje que hicieron, pero no he podido venir por problemas de horario y eso.	No he sido invitada no, pero igual he ido yo me invito solita el año pasado fue sobre la alimentación saludable que hicieron en el consultorio y como yo estaba trabajando cerca fui

<p>4.-¿Qué acciones relacionadas con la promoción de la salud le ha comentado su hijo o hija que realiza en el jardín infantil?</p>	<p>No, lo único que me dice es que se come toda la comida, por que le gusta, es bueno para comer, pero eso es lo que me a dicho, que se come toda la comida.</p>	<p>No, hasta ahora nada (risas)</p>	<p>El me dice que juega al gol, a la pelota, que le gusta eso y que no le gusta la comida (susurrando y riendo).</p>	<p>Si mi hija dice que va a la cancha que hacen deporte, que comen mucha fruta, eso.</p>	<p>No se la sofi me dice que corre, que corre y que le dan ensalada y que le gusta el brócoli dice</p>	<p>No habla (risas).</p>
<p>5.-¿Qué acciones le gustaría a usted que se realizaran el jardín infantil en relación a la promoción de la salud?</p>	<p>Taller, charlas educativas que te enseñen y te orienten eso es bueno, sobre todo a las lolitas a las mamás jovencitas, porque no sé po, yo soy abuela, la abuela de la Sofia e igual uno tiene que aprender uno nunca deja de aprender en entonces es bueno eso charlas educativas para enseñarles a los papas a como saber llevar esa parte.</p>	<p>Seria como una charla pero más a los niños que enfocada a nosotros, uno porque yo creo que a los niños hay que enseñarles o sea ponerse al nivel del niño y enseñarle lo que es bueno que coma y lo que es malo que coma eso, nada mas.</p> <p>Comentario de otro apoderado: pero por eso mismo hay que enseñarle a las mamás también por que si las tías, tu les enseñan en el jardín y los niños llegan a la casa no es lo mismo o sea no es lo mismo por que la mamá va a decir ya ahí teni unos suflés y si en el colegio dicen no eso es malo, entonces porque la tía dice que es mala y mi mamá me da, o sea tienen que ser en ambas partes iguales</p>	<p>A mi me gustaría que me enseñaran a los niños y a mi hijo a comportarse a como ser señoritas de chiquititas ser caballeros de chiquititos, me entiende, ser educado, por que uno, o sea yo educo a mi hijo que sea caballero que sea educado pero también el jardín es otra muy parte importante, la mamá en el hogar y el jardín las dos cosa unidas, importantes o sea es lindo cuando un niño dice, por favor me prestas eso, no tú o cuando dice oye tu se ve feo, un chiquitito que ande diciendo esas cosas, entonces a comportarse a ser caballeros y señorita de chiquitito.</p>	<p>No yo estoy de acuerdo con eso, con lo que dijo ella.</p>	<p>He, podría ser también ser he o sea no tengo nada contra la comida no por que gracias a dios la María Ignacia come de todo, y ella no tiene o sea si le dan verduras ella come verdura pero si a como comportarse porque la María Ignacia como es la mas chiquitita de la casa entonces ella todo es de ella y nada comparte entonces de repente también que el jardín ayudara con eso a como comportarse.</p>	<p>Que lo tuvieran hasta cuarto medio, a no es súper buena yo no tengo nada que decir esta bien, yo no se si les dan juguito, agua eso es lo que mas, por que en la casa siempre toma harta agua y entonces están casi toda la semana acá y en la casa están acostumbrados a tomar agüita entonces llegan como desesperados a tomar agua o jugo.</p>

Entrevista a la Familia II parte

Preguntas	Apoderada 7	Apoderada 8	Apoderada 9	Apoderada 10	Apoderada 11	Apoderada 12
------------------	--------------------	--------------------	--------------------	---------------------	---------------------	-------------------------

1.-¿Cuál es la importancia de la vida saludable en el desarrollo de su hijo o hija	No responde	No responde.	No responde	No responde	No responde	No responde
2.-¿Sabía usted que el jardín infantil al cual asiste su hijo o hija esta acreditado como institución promotora de la salud?, si su respuesta es afirmativa ¿cómo se informó?	No, no sabia me entere en este minuto porque soy nueva en el jardín.	No, no sabia por que por problemas de trabajo es mi primera reunión a la que puedo asistir porque estoy de vacaciones así que no sabia.	Yo si sabia, me entere a través del mismo jardín la directora me lo informo	No, no sabia me acabo de enterar	No responde	No responde
3.-¿Ha sido invitado a participar en actividades para la promoción de la salud? Si es así, ¿a cuáles?	No yo nunca he sido invitada, pero me gustaría participar si me invitaran sí.	Sí, si participe en el periodo de embarazo a través del consultorio, pero a través del jardín no.	No tía no he sido invitada, no me quieren...jajaja (risas).	Yo si he sido invitada, pero por asuntos de trabajo no he podido asistir, acá por el mismo jardín a varios programas del asunto de la salud y talleres también.	No responde	No responde
4.-¿Qué acciones relacionadas con la promoción de la salud le ha comentado su hijo o hija que realiza en el jardín infantil?	He que van a la cancha, hacen actividades, juegos entretenidos, a parte me dice que la comida chatarra no hay que comerla porque es mala hace daño y que hay que comer solamente dulces saludables	No, nunca pero yo se que, que salen a la cancha que comen saludable, todo eso.	No habla	Puro jugar no mas tía, pero yo soy testigo por que yo lo he visto en la cancha, se que salen a caminar, por que los he visto en el trencito y todas esas cosas.	Y yo a través de mi hija no porque mi hija no habla mucho, pero las actitudes que ella tiene que le gusta correr, me dice tía, tía correr con el vocabulario de ella y lo he visto también, trabajo allí (apuntando a un lugar cerca).	Comentario de apoderada: el mío llega cantando, talan chiqui chi yo se que lo llevan asi jaja

<p>5.-¿Qué acciones le gustaría a usted que se realizaran el jardín infantil en relación a la promoción de la salud?</p>	<p>No porque yo encuentro que esta todo bien</p>	<p>No yo creo que han hecho buen trabajo, me gusta.</p>	<p>Bueno talleres ilustrativos, más conocimientos, incentivos pero que estuviese involucrada la familia porque los niños no son solo el niño y la mamá hay mas familia en la casa y para que todos pudiésemos cooperar en lo que se le esta enseñando al niño también.</p>	<p>En este momento no se me ocurre nada, pero estoy muy conforme con lo que he visto, porque yo he sido testigo de las canchas de los paseos de los niños de esas cosas así que estoy muy conforme</p>	<p>No yo estoy de acuerdo con lo que han dicho los demás apoderados y además que el jardín cumple casi con todo, estoy conforme así que.</p>	<p>No responde</p>
--	--	---	--	--	--	--------------------

Entrevista al Personal Educativo

Preguntas	Técnico 1	Técnico 2	Técnico 3	Técnico 4	Directora	Educadora
1.- ¿Han recibido algún tipo de capacitación y/o asesoría de parte de la institución para trabajar la promoción de la salud?	No, ninguna capacitación, lleva 3 años, ningún taller, ninguna charla nada.	No, no ninguno llevo 1 año	Nada, yo tampoco he recibido nada y voy a cumplir 1 año en este año en este jardín.	No, al menos yo llevo un año y media acá y nunca he recibido alguna asesoría o un curso nada, lo único que se que este jardín esta...promueve la alimentación saludable.	Yo primero voy a contestar porque yo si he recibido capacitación desde el año 2000 no se que 2001 puede ser de la institución de JUNJI de parte de las nutricionistas pero mas capacitación de parte de la seremi de salud y también a través del comité de vida chile y de el programa de comisión mixta que se trabaja directamente con el consultorio y por esa razón hemos trabajando ¿cuantos? Como 5 años en la comisión de salud.	Capacitación no he recibido ninguna aunque yo ingrese recién en agosto al jardín infantil, asesoría si por parte de la María Antonia que es la directora del jardín.
2.- ¿Qué situaciones de aprendizaje se incorporan diariamente en relación a los estilos de vida saludable?	Hay experiencias permanente de ejercicios y bueno casi la mayoría de las planificaciones son enfocadas en estilos de vida saludable, y alimentación saludable, ejercicios. De vez en cuando los apoderados traen frutas y se les hacen jugos a los niños o se hacen brocheta donde los niños participan y hacen ellos también trabajar la experiencia.	Hacemos experiencias con jugos naturales, con frutas y eso	Somos compañeras de trabajo entonces hacemos lo mismo	En mi nivel ee todos los días tenemos que salir a la cancha hacer ejercicios con los niños media hora, con respecto a la alimentación? es una alimentación sana y si hacemos alguna actividad tratamos que sea relevante haciendo brochetas de fruta todo lo que sea saludable	¿Situaciones de aprendizaje tiene que ver con las experiencias? Las experiencias que se realizan son de preparación de alimentos orientación sobre la calidad de los alimentos como disertaciones, trabajo con la familia, investigación de parte de la familia y un trabajo práctico que se hace en base a la alimentación saludable que puede ser brochetas, jugos y ese tipo de cosas	En la sala cuna se trabaja con la identificación de alimentos saludables y no saludables a través de laminas, alimentos naturales ehh también degustación de sabores ya sea a través de jugo o algún postre o laguna verdura que los menores cierto de 2 años puedan consumir.

<p>3.-¿Qué acciones concretas se realizan con los niños y niñas en relación a la promoción de la salud?</p>	<p>Este año no se ha hecho nada pero por lo general con los niños con la promoción de la salud se disfrazan de frutas y verduras también y salen a caminar por el sector, tenemos coordinación con el consultorio del sector y hacemos tenemos una comunicación con ellos, cada vez que que tiene algún proyecto nos invitan y nosotros participamos en eso.</p>	<p>Nada, en el nivel sala cuna no</p>	<p>Nada...ahhh si el jardín es promotor de una ambiente libre de humo de tabaco pero nosotras acá en realidad no hacemos como nada concreto, acá en el nivel sala cuna</p>	<p>En el jardín eso ir ala cancha hacer ejercicios, hablarle sobre la comida saludable y no saludable.</p>	<p>Se realizan experiencias concretas como caminata, como manifestaciones publicas participación en actividades masivas que tienes que ver con promoción de salud en relación con el consultorio, siempre estamos trabajando en relación y en contacto con el consultorio, con enfermeras, con las nutricionistas.</p>	<p>En la sala cuna se trabaja harto a través de la expresión corporal con distintos bailes y con distintos implementos cintas, balones y también la motricidad gruesa a través de aparatos de juegos que los niños puedan realizar ejercicios.</p>
<p>4.-¿Qué importancia cree usted que tiene para la comunidad educativa (niños/as, padres, apoderados y equipo docente) la educación en estilos de vida saludables?</p>	<p>Es muy importante porque nosotros somos las que debemos enseñarle a los niños y educar en la educación saludable porque yo creo que en muy pocas casas muy pocas familia se les dan tanta importancia o se enfocan mas en la alimentación saludable la dejan para último y nosotros le damos la prioridad en eso.</p>	<p>Que los niños puedan tener una buena alimentación a base de proteínas y cosas naturales.</p>	<p>Es súper importante porque estamos.... la obesidad baja nos estamos tan propenso a la obesidad no se come a deshora, tenemos un horario, estamos con nutricionista, bueno para los niños.</p>	<p>Que los papás y la comunidad en general se preocupe de la alimentación de su hijo que sea mas sana y que no sea tan sedentaria el niño y la niña.</p>	<p>Que importancia.... Eso es lo que queremos cambiar, la mentalidad que tenga realmente importancia tanto para los niños y las niñas como para sus familias para que puedan decidir en un futuro su alimentación y que no se sientan influenciados por el medio y tampoco por la alimentación del exterior y que ellos puedan decidir por una alimentación saludable y que los lleve a ellos también a tomar buenas decisiones en su alimentación. a mi el trabajo en la promoción de salud también hemos incluido el y trabajo con los psicólogos y con los dentistas que trabajan con los padres y la familia y aparte en sala con experiencia con los niños y</p>	<p>Yo pienso que es súper importante para la familia y para la comunidad educativa en general para aprender hábitos, hábitos de alimentación para que lo hagan siempre y para que sigan también en los ejemplo que se realizan acá en el jardín infantil, en cuanto al deporte cierto, las caminatas y el ejercicio físico</p>

<p>¿Hay algo que te gustaría específicamente saber, o te gustaría que te hicieran algún taller o charla de algo específico en relación a este tema?</p>	<p>La verdad que si me gustaría que hubiera alguna charla de alimentación más que nada o tipo de ejercicios que fueran aptos para los niños porque nosotros podemos hacer de repente muchos ejercicios pero nos son tan aptos para ellos o que se enfoquen en vida saludable.</p>	<p>Si me gustaría que nos hicieran charlas o porque nos sirva mucho para trabajar con los niños mas, a base de la alimentación en muchas cosas.</p>	<p>(No responde pregunta relacionada con sugerencias ya que se retira antes)</p>	<p>Obvio que si porque si estamos trabajando en un jardín así tiene que partir por la base que es darnos un curso asesorarnos decirnos que es lo que debemos y lo que no debemos hacer en este caso.</p>	<p>con las niñas y lo otro de que hace 4 años que se instauro la educación física como actividad permanente y se realiza actividades diaria durante media hora. Eso!</p> <p>No alcanza a responder</p>	<p>No alcanza a responder</p>
---	---	---	--	--	--	-------------------------------

