



UNIVERSIDAD PERUANA  
**CAYETANO HEREDIA**  
FACULTAD DE EDUCACIÓN

**PROPUESTA DE INNOVACIÓN EDUCATIVA  
PARA INTEGRAR LAS NECESIDADES  
NUTRICIONALES, CULTURALES Y DEL  
APRENDIZAJE EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE  
KÍNDER 3 (5 AÑOS) QUE ESTUDIAN EN EL  
COLEGIO ÁLEPH**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN

AUTOR

ANTONELLA MARIA RAFAELLA BARCHI VELAUCHAGA DE FARANDA

ASESOR

VIRGILIO SAUL HOLGUIN REYES

LIMA - PERÚ  
2014

**ASESOR**

**MG. VIRGILIO SAUL HOLGUIN REYES**

Sentémonos pronto a comer con todos los que no han  
comido, pongamos los largos manteles, la sal en los  
lagos del mundo, panaderías planetarias, mesas con  
fresas en la nieve, y un plato como la luna en  
donde todos almorcemos.

Pablo Neruda

El Gran Mantel

## Contenido

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>1. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN QUE SE DESEA MEJORAR O INNOVAR:.....</b>	<b>6</b>
<b>2. ANTECEDENTES DEL PROYECTO DE INNOVACIÓN .....</b>	<b>9</b>
<b>3. DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA APLICADA .....</b>	<b>12</b>
<b>4. ANALISIS DE RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO .....</b>	<b>14</b>
<b>5. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>22</b>
<b>6. PROPUESTA DE INNOVACIÓN .....</b>	<b>30</b>
<b>7. Bibliografía.....</b>	<b>38</b>
<b>8. Anexos .....</b>	<b>42</b>

## RESUMEN

El presente trabajo de suficiencia profesional nace de la necesidad que tiene el colegio Aleph donde trabajo actualmente: de abordar las necesidades nutricionales, culturales y del aprendizaje en los niños de 3 a 5 años. El colegio se caracteriza por una pedagogía activa y enfoque en relaciones sociales.

La propuesta surge debido a la dificultad de incorporar la alimentación como parte del aprendizaje, considerando la resistencia de los niños a ciertos alimentos y la falta de experiencia en fomentar la autonomía en la alimentación.

Cabe destacar la importancia de integrar la alimentación como un proceso de aprendizaje y garantizar una dieta saludable, al tiempo que involucra a los padres en el proceso.

Por último, la falta de participación de los padres en el diseño de la propuesta alimenticia argumenta la necesidad de cambiar los hábitos alimenticios en la sociedad.

En consecuencia, la propuesta de innovación busca abordar la relación entre la alimentación y el aprendizaje en un contexto educativo innovador, promoviendo la participación activa de los niños y la colaboración entre la comunidad educativa.

Presento en un primer lugar la descripción de la situación que se desea mejorar, el marco teórico donde sustento mi trabajo, confronto con experiencias similares que me ayudan a comparar realidades para luego realizar la propuesta innovadora, presentando objetivos y cronograma a desarrollar.

Se presentan también en los anexos, la aplicación de los instrumentos: cuestionarios y entrevistas, el recojo de la información de la aplicación de los instrumentos, el árbol de problemas, el plan de acción y finalmente la propuesta de innovación.

Palabras claves: Nutrición, aprendizaje, cultura, cocina.

## INTRODUCCIÓN

La experiencia de innovación se desarrolla en el Colegio Áleph ubicado en la Alameda del Remero, Los Huertos de Villa en el distrito de Chorrillos. Su reciente creación y el tipo de propuesta educativa que representa, ha constituido un reto para mí como docente, debido a que debo incorporar en la planificación del proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes el enfoque de la pedagogía activa. Esta característica se conjuga con la importancia que desde la institución educativa ponemos sobre las relaciones sociales, lo que se evidencia en la forma en que se interactúa con los estudiantes y con los padres de familia; situación que se sustenta y retroalimenta en el funcionamiento de Comunidades de Interaprendizaje Colaborativo entre docentes.

El rol que desempeño en esta institución es de docente de Kinder 3, en un aula de 24 niños de cinco (05) años, en compañía de mi partner la docente Samy Duarte. El carácter dinámico e innovador de la propuesta pedagógica implicó que mi propia práctica profesional se enriqueciera a través de la interacción con diferentes colegas y padres de familia con problemáticas relacionadas a la propia implementación de la institución educativa. de construcción y reconstrucción de la propuesta pedagógica y de gestión que se desarrolla en el colegio.

Desde el inicio del curso escolar tuvimos que enfrentar (mi partner y yo) diversas dificultades, en la que destaca incorporar la alimentación dentro de las actividades que desarrollan los niños en la institución educativa. Este reto no sólo se basa en garantizar que los niños se alimenten; tarea de por sí difícil debido a que no están acostumbrados a comer muchos de los alimentos que se proponen como parte de su dieta, sino que no contábamos con la experiencia suficiente para lograrlo, fomentando la autonomía de los niños (que por lo general están

acostumbrados a que un adulto les de la comida) de forma coherente con la propuesta pedagógica de la escuela.

Esto significa integrar la alimentación como un proceso más de aprendizaje; y al mismo tiempo, garantizar que la alimentación de los niños fuera sana, suficiente y adecuada a su necesidad nutricional. Otro aspecto aparte es hacer comprender a los padres de la necesidad de mantener estos alimentos en casa; y retroalimentarle de la información refería a la alimentación de su menor hijo.

Ante esta situación, me di a la tarea de diseñar e implementar el presente proyecto de innovación educativa, para revertir los efectos de la problemática identificada en mi salón tanto en los niños, como en sus familias, en relación al saber alimentario, y a su incorporación a los procesos de enseñanza y aprendizaje que tienen lugar en la institución educativa. A propósito de la socialización de los primeros avances del proyecto, algunos docentes de otros salones han comenzado a aplicar algunas de las propuestas en aulas Nivel 1 (Inicial y primaria).

El Colegio Áleph es una institución educativa de nivel inicial y primaria, que atiende a niños entre 3 a 5 años de edad; correspondientes al Ciclo I y II de la Educación Básica Regular. Estos estudiantes se ubican al momento de su matrícula en el Nivel 1, que corresponde a efectos internos a los niños de pre-kínder y kínder primero, como mis alumnos. Actualmente la institución educativa posee una matrícula de 250 estudiantes, evidenciándose una mayor demanda de atención específicamente en grados superiores. Esta propuesta de innovación está dirigida a los estudiantes de 5 años de edad y a sus familias.

La propuesta pedagógica del Colegio Áleph se sustenta en la Active Learning Philosophy (de ahí el acrónimo de su nombre: Áleph) e incorpora algunas teorías relacionadas con la pedagogía activa y el aprendizaje colaborativo, incorporando elementos de la pedagogía

implementada en las Escuelas Municipales de Reggio Emilia.<sup>1</sup> El proceso de aprendizaje se desarrolla sobre la base del reconocimiento de tres ejes fundamentales: la interacción con la comunidad; el docente como investigador/mediador de la experiencia del aprendizaje y el ambiente como tercer maestro.

La filosofía del aprendizaje en acción sostiene que los niños y jóvenes son protagonistas de la experiencia de aprendizaje. Ellos son los conductores y constructores en un ambiente altamente motivador que busca que desarrollen un vínculo apasionante y comprometido con el proceso de aprender. Los niños y jóvenes trabajarán en colaboración y serán desafiados para: formular preguntas, hipotetizar, investigar, diseñar, construir, sustentar y evaluar.(Colegio Áleph, 2013)

Es en este sentido, que la concepción del niño como sujeto de su propio aprendizaje; de la experiencia del aprender, se centra en una consideración acerca de las capacidades activas del estudiante; así como en la función social de la educación. El objetivo educacional de la institución educativa radica en el empoderamiento del niño y la niña alrededor del reconocimiento de sus propias habilidades a través del juego, la investigación, la reflexión sobre la práctica del aprendizaje, la interacción entre pares y el otorgamiento de identidad de parte de los adultos(Malaguzzi, 1994), constituyendo esto último el valor central de la experiencia educativa.

La participación autónoma y cooperativa entre los niños supone un enfoque inclusivo en una propuesta curricular que se construye a partir de proyectos integradores que se enfoquen en el diseño e implementación de soluciones para mejorar la calidad de vida de los estudiantes en base a la consideración de sus necesidades e intereses y al compromiso de los padres de familia.



Creemos que el niño es un ser extraordinario, complejo e individual que se construye a sí mismo a través de las relaciones y de las decisiones que toma día a día. Es un investigador natural buscando el sentido de la vida, dispuesto a responder preguntas trascendentes y a crear referentes nuevos que impacten en su comunidad.(Colegio Áleph, 2013)

El ambiente físico es considerado un tercer maestro. La arquitectura y el diseño de interiores, y las actividades que se desarrollan en ellos favorecen el aprendizaje desde una lógica estéticamente provocadora, que guarda relación con las experiencias desafiantes que se desarrollan en los diferentes espacios: plazas, jardines, aulas, ateliers de música, de danza, el huerto, la cocina y el comedor donde la estética y la belleza son un derecho dentro de la experiencia educativa y entendemos que sirven de activadores para el aprendizaje, como lo haría un buen maestro. Un colegio que traduce sus valores al diseño de sus espacios invitará a una mejor calidad de relaciones, de atención y concentración de sus estudiantes, de participación, de diálogo con la naturaleza, de investigación y autonomía de los alumnos.(Colegio Áleph, 2013)

Nuestra meta es hacer una escuela amable (laboriosa, con capacidad de invención, vivible, documentable y comunicable, lugar de búsqueda, de aprendizaje, de reconocimiento y de reflexión) en la que se hallen bien los niños, los enseñantes y las familias.(Malaguzzi, 2006)

Este protagonismo del espacio en el proceso de enseñanza y aprendizaje no solo se realiza por el diseño estético sino por el grupo de roles funcionales que los estudiantes asumen en cada una de ellas y que se suman a la experiencia de aprender en un “ambiente amable”. En la interacción que se genera los niños van transitando desde el lenguaje oral al lenguaje escrito, y del pensamiento concreto al pensamiento lógico-matemático; así como la formación en valores ciudadanos, desde una Pedagogía de la escucha; asumiendo responsabilidades

comunitarias como regar las plantas, trabajar en el huerto, poner la mesa, limpiar los espacios de trabajo, cocinar.

La cocina es el lugar en el que transmitimos a los niños el entusiasmo por una actividad humana vital: la preparación de los alimentos. Es el lugar donde los niños y niñas tienen la oportunidad de descubrir “la magia” de cocinar, al crear nuevos sabores y modificar la forma, la consistencia y el aspecto de los ingredientes.

## **1. DESCRIPCIÓN DE LA SITUACIÓN QUE SE DESEA MEJORAR O INNOVAR:**

Uno de los principales retos pedagógicos que se plantean en mi práctica docente en el Colegio Áleph es brindar una formación no directiva, favoreciendo el aprendizaje activo y colaborativo en los niños, desde una actitud indagatoria y de

respeto a sus potencialidades y capacidades. En el horario de alimentación que se desarrolla en la institución educativa esta finalidad pedagógica se pone a prueba, constituyendo un reto para los docentes.

Esto ocurre porque mis niños de Kinder 3 (5 años) se alimentan en la institución educativa, lo que implica que ellos se sirven su propia comida y limpien el área de alimentación. Otra de las dificultades encontradas en relación a los estudiantes es que no están acostumbrados a alimentarse con muchos de los platos que se proponen en su alimentación (tomando en cuenta sus necesidades o requerimientos nutricionales).

En el mismo proceso de enseñanza y aprendizaje que desarrollo en el aula, debo priorizar la producción y preparación de los alimentos que ellos mismos procesan, integrando en el aprendizaje determinados elementos culturales, históricos y de matemáticas; orientándolo al aprendizaje de lo que come, pero también de cómo lo come; desde las consideraciones de la pedagogía de los sentidos. (Ver Anexo N° 10 y 11).

En la propuesta curricular, elaborada por el equipo directivo de la institución, se reconoce a la cocina como un proyecto cultural que debe incorporar la investigación de forma continua, delimitándose un espacio específico de aprendizaje entre los niños. En la gastronomía, la

tradición la innovación, la salud y la estética se juntan para un solo fin: crear un espacio de placer, contemplación y alimentación... Los detalles que los niños tienen para los demás comensales (Cocinar, preparar la mesa y comer juntos) reflejan su sentido de comunidad.(Colegio Áleph, 2014)

En este sentido, la coherencia con la propuesta pedagógica invita a considerar a la cocina como una oportunidad de aprendizaje significativo, donde el niño tenga la posibilidad de experimentar sabores, texturas, color y olores; desarrollando estilos de alimentación saludables y los sentidos del tacto, la vista, el olfato y el gusto a través de la evocación de sensaciones familiares o momentos cotidianos. Desde una consideración pedagógica, el proceso de alimentación de los niños es una oportunidad ideal para el aprendizaje de la cultura y la historia peruana, pudiéndose incorporar conocimientos de hábitat, y localización geográfica, entre otros.

Los comportamientos alimenticios más frecuentes en nuestra sociedad, evidencian actitudes no virtuosas (comidas rápidas, ausencia de frutas y verduras, excesivo consumo de tentempiés, miedo a probar comidas nuevas...) que confirman la urgencia de una intervención educativa. (Spaggiari, 2007) La práctica alimentaria de las familias peruanas, no es muy diferente a la situación que plantea Sergio Spaggiari, reflejándose una mayor preponderancia de carbohidratos polisacáridos y grasas.

La incorporación de alimentos con valor nutricional, especias poco conocidas en la gastronomía peruana o de platos de la cocina tradicional y de los pueblos originarios no siempre son del conocimiento de los adultos, por lo que no constituyen parte de la rutina de alimentación de los niños. Esto afecta el proceso mismo de alimentación, generando rechazo en algunos estudiantes, así como preocupación en los padres de familia en relación a los hábitos y rutinas alimentarias de sus hijos.

En este sentido, en el Colegio Áleph la cocina es analizada como un laboratorio donde el aprendizaje se realiza a través del ejercicio de diversas habilidades: medir, pesar, amasar, probar, las que se ponen en práctica diariamente a través de múltiples actividades tales como cocinar para todos, poner la mesa, presentar los alimentos, comer juntos, limpiar el espacio, lo que favorece la integración sensorial, el desarrollo cognitivo y el sentido de comunidad en el niño.

La presencia del cocinero en la cocina interna de cada nido y escuela de la infancia es una condición indispensable para la calidad educativa del servicio... que favorece la información y las relaciones con las familias hacia temas sobre la alimentación, la salud y el bienestar del niño. Además la cocina garantiza el mantenimiento de la dieta personalizada para cada niño y colabora en la constante actualización de la dieta equilibrada y variada... a cargo de un equipo de dietistas, pediatras y cocineros.(Istituzione Scuole e Nidi d'infanzia, 2011)

El menú que se adopta por la institución educativa aumenta la presencia de frutas y verduras, de cereales, legumbres orgánicos y pescado. Asimismo promueve un desarrollo de los sentidos, favoreciendo el aprendizaje de diferentes texturas, colores, sabores y olores en el proceso de alimentación de los niños. Esta alimentación tiene como característica fundamental un balanceado valor nutricional, poniendo especial énfasis en la procedencia biológica de los alimentos, en su mayoría de naturaleza orgánica (Ver Anexo N° N° 3.).

Uno de los problemas relacionados a esta área es la insuficiente participación de los padres de familia en el diseño e implementación de la propuesta alimenticia de sus hijos, en plena coherencia con la filosofía del colegio, la cultura alimentaria del niño y sus necesidades nutricionales.

## 2. ANTECEDENTES DEL PROYECTO DE INNOVACIÓN

Como antecedentes de la presente propuesta de innovación, he identificado múltiples proyectos de innovación que constituyen antecedentes de la propuesta, no sólo en un sentido teórico, sino en la presentación de la propuesta:

Ana María Martín Morell (2008) en su Proyecto de Innovación Curricular: Nutrición y Salud propone un diseño curricular para estudiantes de bachillerato a través de las áreas de Educación Física y Ciencias Naturales. Entre los objetivos planteados está el de que los participantes conocieran sobre los fundamentos básicos de la nutrición, identifiquen cuáles son los factores alimenticios que intervienen en la salud, y su relación con los estilos de vida. El programa presentado se divide en dos partes, nutrición y salud, de treinta horas de duración cada una. Entre las actividades propuestas destacan: elaboración de cuestionarios, organización de un ciclo de conferencias impartido por expertos en la materia, análisis de alimentos y dietas, realización de deportes, exposición de temas por los alumnos, y preparar alimentos que permiten modificar los hábitos de alimentación de los participantes en el proyecto.

Isidora Sanhueza (2012) presentó un estudio que incluía 92 artículos sobre la calidad de los artículos nutricionales relativos a la malnutrición por exceso. En su investigación buscó determinar qué influencia lograban los artículos publicados durante los primeros seis meses del año 2011, en la modificación de las rutinas de alimentación en una zona urbana.

En Colombia, se desarrolló entre 1990 y 1997 un Proyecto Comunitario de Atención y Nutrición Infantil entre El Instituto Colombiano de Bienestar familiar y el Banco Mundial con la finalidad de extender y expandir el programa de atención en el hogar llamado Hogares de Bienestar Infantil (HBIs). Este programa de alcance nacional se orientó a servir las necesidades de nutrición, salud y desarrollo de los niños de 2 a 6 años en las comunidades

urbanas de bajos ingresos, a través de la intervención de las madres como actores de transformación comunitaria.

Argentina desarrolló un proyecto similar (Banco Mundial, 1993, 1997), enfocándose además en los aspectos nutricionales de las madres gestantes y de los niños. El proyecto aumentó suplementos de comida, raciones nutritivas, y actividades de estimulación intelectual en los programas de alimentación preescolar ya existentes en los Centros de Desarrollo Infantil.

Para el mejoramiento de la salud materno-infantil, el proyecto estableció mecanismos para la disseminación de información sobre: cuidados prenatales, lactancia materna, alimentación infantil, dieta, higiene, planificación familiar, y enfermedades de transmisión sexual para las madres de bajos recursos. Estos esfuerzos se apoyaron con la capacitación de personal de salud, el desarrollo de materiales impresos sobre nutrición y salud y el lanzamiento de campañas de información en los medios masivos.

En el Perú la experiencia más significativa que vincula nutrición y educación, brindando además un soporte nutricional a los estudiantes es el Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma, tiene como finalidad brindar un servicio alimentario de calidad a niños y niñas del nivel inicial (a partir de los 3 años de edad) y primario de las instituciones educativas públicas en todo el territorio nacional. Creado por DS. N° 008-2012-MIDIS, tiene como antecedente más reciente al programa Nacional de Asistencia Alimentaria.

En su componente alimentario provee de recursos para el servicio alimentario de calidad, adecuado a los hábitos de consumo locales y con los contenidos nutricionales adecuados a los grupos de edad de la población objetivo del Programa y a las zonas donde residen. El componente educativo busca promover mejores hábitos de alimentación en los niños y niñas y sus familias, usuarios del programa y en diversos actores involucrados con la implementación del servicio de alimentación escolar.(MIDIS, 2014)

Sin embargo no es la única experiencia: Cáritas del Perú desarrolló en convenio con Pan American Silver un proyecto denominado Mejoramiento de la salud y nutrición en el Distrito de Huayllay – Pasco por un periodo de cuatro meses (Setiembre a Diciembre 2011), con la finalidad de contribuir a mejorar las condiciones de vida de las familias y grupos vulnerables en las comunidades de Huayllay; que se plantea como resultados que las familias alcancen mejores prácticas de nutrición y salud a través de campañas y ferias de nutrición y salud; logrando que los niños en edad escolar cuenten con condiciones de nutrición y salud a través de la promoción de escuelas saludables.(Cáritas del Perú, 2012).



### **3. DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA APLICADA**

Para el desarrollo de la presente investigación se siguen los postulados de la metodología de la Investigación-Acción Educativa. Como característica fundamental de este enfoque es necesario señalar que identifica problemas relacionadas con la práctica educativa y propone estrategias de solución “desde adentro”, contando con la participación de los propios actores involucrados, los que se comprometen con el proceso mismo de investigación. Este análisis entiende a la reflexión y sus productos como insumos para la acción y la transformación de la problemática identificada.

Entre las principales técnicas utilizadas para la observación de hechos y el recojo de los datos se utilizaron entrevistas estructuradas en la forma de cuestionarios, a los padres de familia y los docentes; así como una entrevista semi-estructurada a la Chef del Colegio Áleph. Asimismo se entiende que los talleres y actividades propuestas son igualmente técnicas grupales que persiguen no sólo la transformación del problema identificado, sino capturar descripciones, percepciones y sentimientos de los diferentes actores, creando las condiciones para construir consensos y acuerdos. (Rodríguez Sosa, 2005)

Para la aplicación de los instrumentos de investigación se seleccionó la totalidad de la población (24 padres de familia y los 29 docentes que laboran en la institución educativa), debido al pequeño tamaño muestral de mi salón, garantizándose la participación equitativa de todos los miembros, lo que garantiza además la fiabilidad de los datos aportados. Los instrumentos se encuentran en los Anexos 1, 2 y 3 respectivamente.

Asimismo se utilizó el método de Análisis documental, para la revisión de la bibliografía lo que permitió una mayor comprensión del problema y de la filosofía de la pedagogía Reggio Emilia, y cómo se interrelacionaba con la propuesta pedagógica y curricular del Colegio Áleph.

## 1. PLAN DIAGNÓSTICO

Aspectos que se necesitan conocer		Fuentes de verificación	Instrumentos
Caracterización de aspectos alimentarios en los estudiantes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimento preferido por el estudiante</li> <li>• Bebida preferida por el estudiante</li> <li>• Alimentos no permitidos</li> <li>• Reacciones de los niños ante los alimentos considerados “extraños”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres de familia</li> <li>• Docentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta para padres de familia</li> <li>• Encuesta para docentes</li> </ul>
Consideraciones sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje del saber	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valoraciones proporcionadas por los padres de familia.</li> <li>• Percepciones sobre la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres de familia</li> <li>• Docentes</li> <li>• Chef del Colegio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta para padres de familia</li> <li>• Encuesta para docentes</li> </ul>

Aspectos que se necesitan conocer		Fuentes de verificación	Instrumentos
Alimentario	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Didáctica de la enseñanza del saber alimentario.</li> <li>• Percepciones y conocimiento sobre formas de alimentación, de preparación de alimentos en los pueblos originarios.</li> </ul>	Áleph	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevista al chef de la IE.</li> </ul>
Rutinas de alimentación de los niños	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vías de retroalimentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Padres de familia</li> <li>• Docentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta para padres de familia</li> <li>• Encuesta para docentes</li> </ul>

#### 4. ANALISIS DE RESULTADOS DEL DIAGNÓSTICO

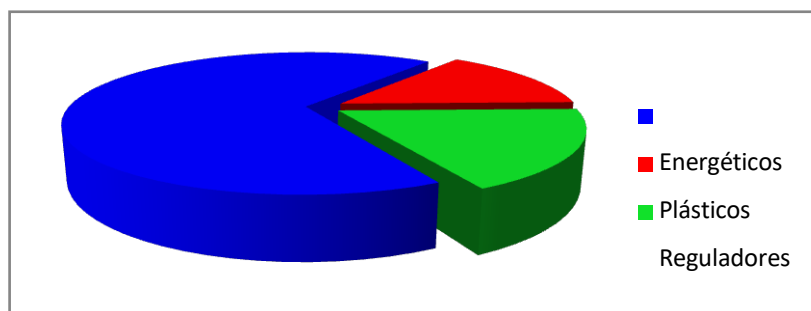
Caracterización de los aspectos alimentarios en los estudiantes

- Alimento preferido por el estudiante

La mayoría de los alimentos identificados como “preferidos” por los estudiantes son de tipo energéticos, predominando los platos de pastas (50.0%, fundamentalmente tallarines verdes y rojos) y con base de arroz (p. e. chaufa, 23.1%).

En una menor cantidad aparecen los alimentos plásticos o reparadores, predominado la carne de res, y el pescado (11.5%) seguido por alimentos reguladores predominando la palta y el tomate (7.7% respectivamente).

**Gráfico N° 1** Tipos de alimentos preferidos (Porcentaje)



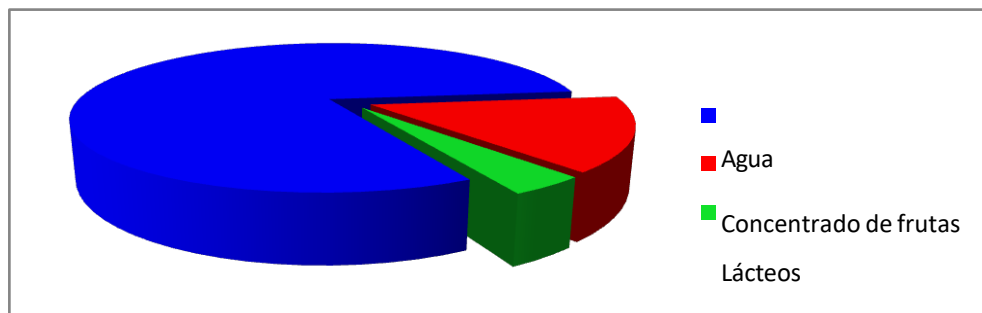
- o Bebida preferida por el estudiante

Dentro de las bebidas “preferidas” por los estudiantes predomina el agua que posee un valor regulador (42.3%), seguido por la chicha (30.8%).

Las frutas aparecen en la bebida que consumen los estudiantes en forma de jugo, aunque no se puede precisar si el consumo es precisamente de jugos naturales (15.4%).

Sólo un estudiante prefiere tomar yogurt (3.9%) que constituye un alimento reparador.

**Gráfico N° 2** Bebida preferida (Porcentaje)



- Alimentos no permitidos

Al preguntarle a los padres de familia cuáles serían las limitaciones que consideran pertinentes para retirarlo de la rutina de alimentación de su hijo, se encuentra que el principal criterio utilizado es que no esté vivo (88.5%), seguido por el criterio de agrado del niño, por encima de su valor nutritivo (46.2%).

- Reacciones de los niños ante los alimentos considerados “extraños”.

La exploración de la frecuencia con que los padres proveen al niño de “alimentos desconocidos”, arrojó que la mayoría prefiere no arriesgarse modificando el hábito alimentario de su hijo (65.4%); aunque si lo aliente a probar nuevas experiencias fuera del campo alimenticio (53.9%).



**Fig. N° 1 Milkshake de palta, escamoles (larvas de la hormiga *Liometopum apiculatum*) y gusano Suri (a la izquierda).**

Por lo general los niños ante un alimento desconocido no lo comen (53.9%); o expresa su disgusto, pero se lo come (42.3%).

Esta opinión coincide con la opinión de los docentes quienes reconocen que los estudiantes no comen o rechazan el alimento (75.0%) lo cual constituye un reto para la propuesta alimentaria que se brinda desde el colegio, cuya naturaleza diversa y personalizada permite que los estudiantes pidan un plato alternativo (28.6%), lo que no ocurre en los hogares de los niños, por lo cual el padre de familia opta por una propuesta más “informal”, sin detenerse en el valor nutricional del alimento o en su capacidad de brindar un aprendizaje.

Al explorar los platos menos comunes que los padres han probado resaltan algunos de la comida tradicional peruana como el cuy en sus diferentes formas de preparación (21.4%)

y el anticucho. Predominan los alimentos formadores como las carnes rojas y los mariscos (10.7%). Entre las selecciones que más me impactaron está el milkshake de palta; los escamoles y el suri.

La fuente principal de conocimiento de estos alimentos son los familiares o amigos(71.4%), seguidos por los viajes realizados (57.1%), evidenciándose el insuficiente papel de la escuela en la formación gastronómica y nutricional de los mismos.

En los docentes puede verse una mayor disponibilidad a probar nuevas experiencias en cuanto a la alimentación, evidenciándose una mayor diversidad. Entre los principales platos identificados predominan las frutas (aguaje, tipayá) las bebidas (Chicha de jora y masato), hortalizas y vegetales (tapioca, berenjena, mashua, algas y tocosh).

Consideraciones sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje del saber alimentario

o Valoraciones proporcionadas por los docentes y los padres de familia.

Las valoraciones aportadas tanto por los docentes como por los padres de familia, permite la conformación de un imaginario en relación al saber y la cultura alimenticia. Este simbolismo que se teje alrededor de los alimentos, y las relaciones sociales que implica, permite comprender en qué medida el acto de alimentarse constituye una oportunidad de aprendizaje.

<b>Categorías</b>	<b>Concepciones de los padres</b>	<b>Concepciones de los maestros</b>
<b>Es parte de los aprendizajes fundamentales que deben enseñarse en el colegio</b>	<b>07</b>	<b>15</b>
<b>Influencia positiva y negativa</b>	<b>04</b>	<b>-</b>
<b>Permite la socialización de hábitos, normas rutinas y acuerdos</b>	<b>06</b>	<b>04</b>

Categorías	Concepciones de los padres	Concepciones de los maestros
Cantidad y calidad de alimentación	03	-
Relación con la familia	02	01
Se relaciona con la salud y el cuidado del cuerpo	08	-
Porque eres lo que comes	-	02
Guarda relación con la formación de una cultura alimenticia	-	07

Tabla N° 1 Valoraciones proporcionadas por los docentes y los padres de familia sobre el saber alimentario en relación al proceso de enseñanza y aprendizaje en la escuela

La mayoría de las opiniones recogidas reconocen el papel formativo que tiene la alimentación (Ver Tabla N° 1), no sólo en su diversidad de colores, formas, texturas, olores y sabores que configuran lo que se reconoce en la pedagogía Reggio Emilia como una cocina polisensorial.(Tedeschi, 2007).

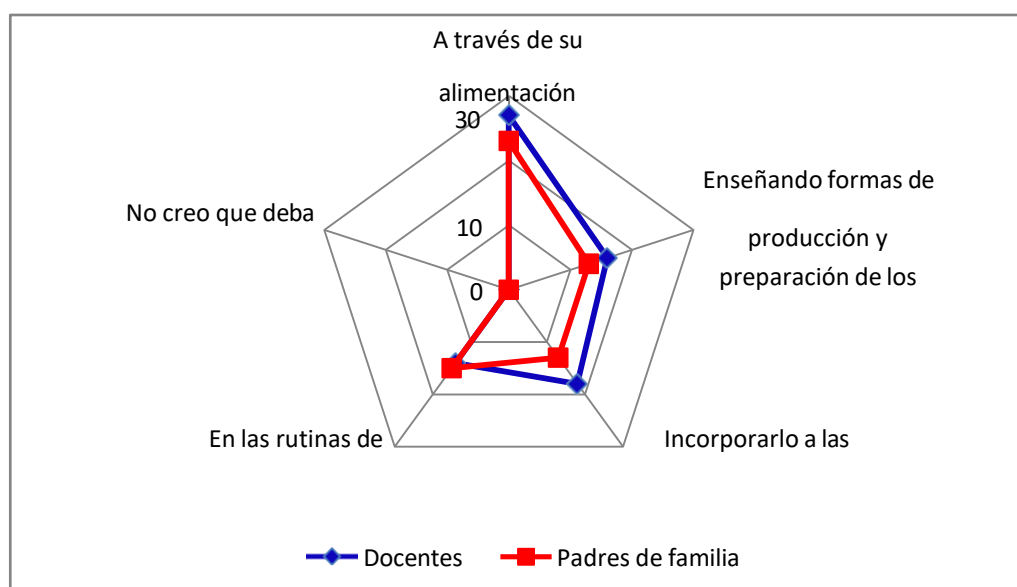


Gráfico N° 3 Percepciones sobre la didáctica del saber alimentario

Los docentes reconocen igualmente la importancia de la producción, preparación y consumo de los alimentos para generar una cultura alimentaria saludable, nutricionalmente coherente con las necesidades evolutivas del estudiante, permitiendo la socialización de hábitos, normas, rutinas de alimentación y acuerdos relacionados a cómo se alimentan y cómo se relacionan los niños con el cuidado de su cuerpo y su salud.

Otras opiniones apuntan a la importancia de la familia (y del carácter grupal de la actividad alimenticia) como uno de los factores que favorece la incorporación de esta importante actividad en la escuela.

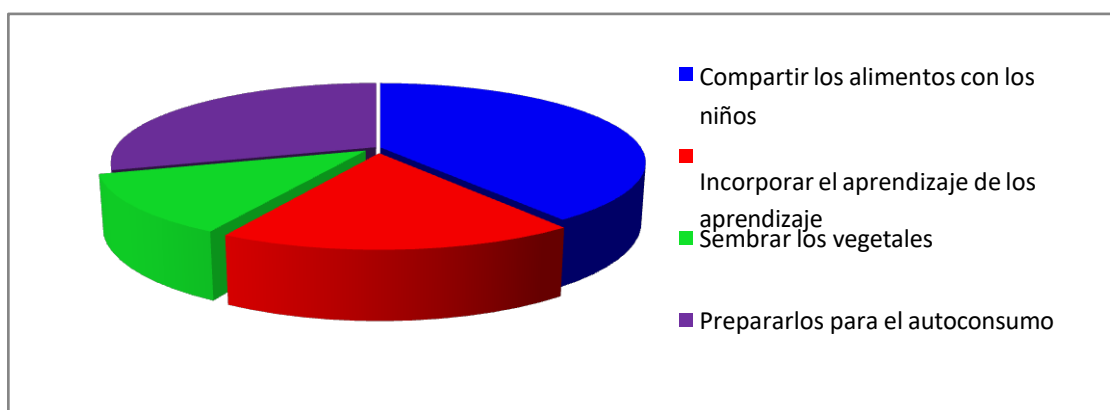
o Percepciones sobre la didáctica de la enseñanza del saber alimentario.

Al preguntarle a los docentes sobre cómo se debería enseñar el saber alimentario en la institución educativa; la mayoría de las opiniones coincidieron que la fuente principal del aprendizaje es la propia alimentación del niño (96.4%); seguido por su incorporación en las sesiones de aprendizaje (64.3%). Los padres de familia manifiestan opiniones similares a las vertidas por los docentes, como se indica en el gráfico N° 3.

Los docentes reconocen que una de las vías más adecuadas para apoyar la enseñanza del saber alimentario (y nutricional) de acuerdo al enfoque pedagógico del Colegio Áleph es invitar a los padres de familia a compartir los alimentos dentro de la institución educativa (75.0%), seguidos por la incorporación del aprendizaje de los alimentos desde su producción para el caso de los vegetales o especias y crianza para el caso de los animales; o acompañaría al estudiante en el proceso mismo de preparar el alimento propiamente dicho (53.6%).

**Gráfico N° 4 Vías para el aprendizaje del saber alimentario en las sesiones de clase**





Al preguntarle a los padres de familia estos coinciden en que la mejor manera de apoyar la enseñanza en este ámbito es preparar los alimentos junto a él (96.2%), seguido de una intención de compartir los alimentos hacia el interior de la institución educativa (46.2%).

#### o Vías de retroalimentación

Al preguntarle a los docentes cuáles son los principales problemas de comunicación con los padres de familia, resaltan el desconocimiento de la propuesta pedagógica del colegio respecto a la alimentación (32.1%) evidenciándose desde resistencia a que el estudiante experimente con su alimentación, no incorporar alimentos saludables o parecidos a los que se brindan en el colegio hasta no fomentar la autonomía, pidiendo que los docentes sean los distribuyan los alimentos, como lo hacen ellos en casa. Otra de las dificultades más significativas fue el desconocimiento del menú (25.0%) y el interés por la propuesta alimenticia del colegio y cómo reaccionó su hijo (17.9%). (Ver Gráfico N° 5)

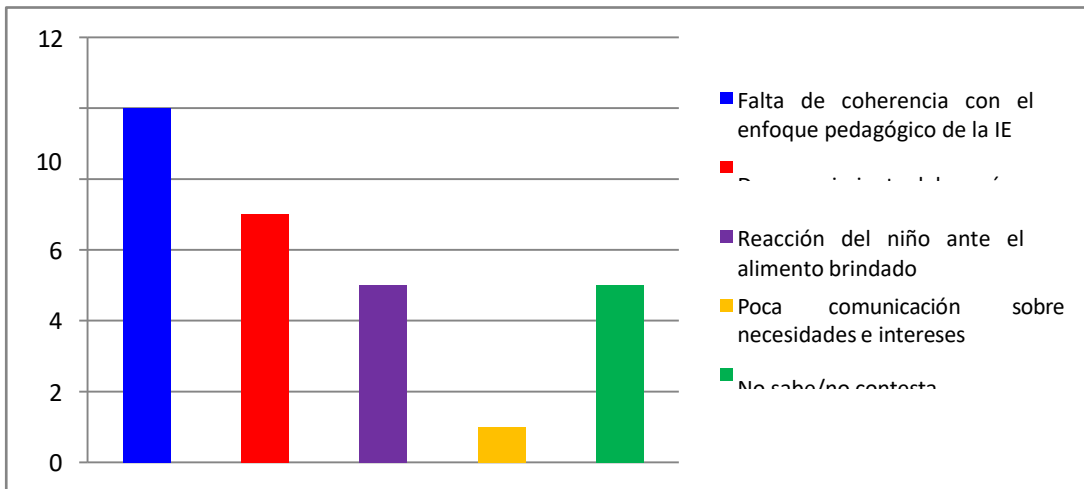


Gráfico N°5

Al respecto se preguntó a los padres de familia cómo les gustaría informados sobre las rutinas de alimentación de su hijo, coincidiendo la mayoría en resaltar la importancia de dos vías de retroalimentación: la publicación en un mural informativo y a través de un mensaje de texto, o un correo electrónico (46.2% respectivamente). Un porcentaje igualmente significativo reconoció la importancia de contar con una aplicación para socializar esta información (38.5%).

Este aspecto es esencial para el desarrollo de las actividades del colegio, dado que al consultarle a los docentes sobre cuán informados estaban los padres de familia respecto a la cocina como uno de los lenguajes en la filosofía del colegio la mayoría coincide en que no están informados (63.0%).

## 5. MARCO TEÓRICO

El Perú cuenta con un marco jurídico que reconoce el derecho al desarrollo integral en la primera infancia, comprendiéndola como la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo, emocional y social del ser humano. Comprende la franja poblacional que va de los cero (0) a los seis (6) años. Son derechos impostergables de la primera infancia: la atención en salud y nutrición, el esquema completo de vacunación, la protección contra los peligros físicos y la educación inicial.(Congreso de la República, 2000)

En este escenario, la finalidad de la educación es preparar a los estudiantes para la vida y el trabajo, en concordancia con el desarrollo integral de la persona humana. (Congreso de la República, 2003; art. 13 y 14) especialmente en la educación inicial y primaria, niveles que han sido reconocidos como servicio público esencial(Congreso de la República, 2007).

En la propuesta pedagógica de Reggio Emilia, una de las fuentes de la propuesta del colegio *Áleph*; se promueven los derechos y potencialidades de los niños desde una propuesta educativa que parte de considerar la teoría malaguzziana de los Cien Lenguajes como metáfora de las extraordinarias potencialidades de los niños, de sus procesos creativos y de conocimiento, de los múltiples modos con los cuales la vida se manifiesta y con los cuales el conocimiento es construido.(Istituzione Scuole e Nidi d'infanzia, 2011)

Para una mejor comprensión del tema propuesto, y de la innovación educativa a implementar, he revisado diferentes autores en lo relacionado al marco teórico general en que se encuadra el presente proyecto de innovación, partiendo de un enfoque socio-constructivista que define el aprendizaje como una función de cómo el individuo crea significados a partir de sus propias experiencias (Bednar, 1991) que se obtiene sobre la interacción con otros (Coll, Martín, Mauri, M., Onrubia, & Solé, 2007).

Incorporar la alimentación, y los procesos alimentarios en el proceso de enseñanza y aprendizaje que desarrollan los niños y las niñas de Kinder 3 (5 años), tiene una total relevancia desde el punto de vista en que se resalta el ambiente (la cocina, el comedor, el huerto escolar, el aula misma) que es un factor imprescindible para la incorporación de la experiencia y favorece la construcción del aprendizaje a través de la interacción que en estos espacios tienen lugar. (ver Nota al pie N° 03). Asimismo se comparte la concepción de que se coproduce el conocimiento a través de la actividad.(Jonassen, 1991)

El interés del constructivismo se sitúa claramente en la creación de herramientas cognitivas que reflejan la sabiduría de la cultura en la cual se utilizan, así como los deseos y experiencias de los individuos. Es innecesaria la mera adquisición de conceptos o detalles fijos, abstractos o auto-contenidos. Para ser exitoso, significativo y duradero, el aprendizaje debe incluir los tres factores cruciales siguientes: actividad (ejercitación), concepto (conocimiento) y cultura (contexto) (Bednar, 1991)

Así como muchas otras teorías del aprendizaje, el constructivismo posee múltiples raíces en la óptica tanto filosófica como psicológica de este siglo, especialmente en los trabajos de Piaget, Bruner y Goodman(Perkins, 1991). Evidentemente esta concepción posibilita una reflexión social de los diferentes fenómenos relacionados con la existencia humana, como la alimentación por ejemplo, y su carácter eminentemente social.

De ahí la consideración de los contenidos de aprendizaje como productos sociales, cuya naturaleza cultural se hace posible en tanto existe la mediación con el docente, como agente mediador entre individuo y sociedad, y la del alumno, como aprendizaje social. El impacto de una práctica educativa que parta de la capacidad del estudiante de construir su propio aprendizaje supone que el aprendizaje promueve el desarrollo humano en un sentido cultural, contextualizado a la realidad propia del que aprende. (Vygotsky, 1979; Bronfenbrenner, 1987)

El presente proyecto de innovación educativa conduce a aceptar, con Bruner (1988), que “...decir que una teoría del desarrollo es independiente de la cultura no es una información incorrecta, sino absurda”. En otras palabras, la propuesta pedagógica articula aprendizaje y cultura alimentaria y nutricional en un contexto de construcción del conocimiento.

Como necesidades o requerimientos nutricionales se considera a la cantidad de energía y nutrientes biodisponibles en los alimentos que un individuo sano debe consumir para satisfacer sus necesidades fisiológicas, es decir con un nivel de ingesta que satisfaga los criterios de adecuación, para prevenir riesgos de déficit o exceso nutricional. Tiene tres componentes: el requerimiento basal; el requerimiento adicional por crecimiento, gestación, lactancia o nivel de actividad física, y la adición de seguridad para considerar pérdidas de nutrientes por manipulación y procesamiento. (Centro Nacional de Alimentación y Nutrición, 2012)

A partir de los tres años los niños precisan cinco nutrientes esenciales las proteínas que deben representar al menos el 12% del consumo energético diario; los hidratos de carbono (60%); las vitaminas; las sales minerales y las grasas (25- 30%), para garantizar su crecimiento adecuado. En este sentido el Colegio Áleph propone desde su filosofía de aprendizaje compensar a través de recomendaciones nutricionales (las cuales se presentan en la propuesta alimenticia que brinda el colegio) la dieta adecuada para garantizar dichas necesidades nutricionales, desde un enfoque de integración con los aprendizajes curriculares, por lo cual el presente proyecto de innovación tiene una alta pertinencia y relevancia.

La reforma del sistema curricular se plantea desde otras consideraciones pedagógicas, propósitos educativos orientados a que todos los estudiantes desarrollen su potencial desde la primera infancia, acceden al mundo letrado, resuelven problemas, practican valores, saben seguir aprendiendo, se asumen ciudadanos con derechos y responsabilidades, y contribuyen al

desarrollo de sus comunidades y del país combinando el capital cultural y natural con los avances mundiales. (CNE, 2007)

Los ocho Aprendizajes Fundamentales que propone el Marco Curricular como horizonte común para todo el país, no son disonantes con el tipo de expectativas que se han venido enfatizando en los últimos 20 años tanto a nivel latinoamericano como mundial. Es decir, están alineados a los consensos y prioridades que han venido siendo promovidos en los foros internacionales de UNESCO, en el contexto del cambio de siglo. (MINEDU, 2014)

Esta nueva propuesta curricular, retoma la concepción de la pedagogía activa y el aprendizaje basado en proyectos. En este sentido la propuesta pedagógica del Colegio Áleph, como colegio escuela alternativa se alinea a los postulados epistemológicos y sociológicos del nuevo sistema curricular<sup>2</sup>. Esto supone la consideración de las capacidades activas del niño, y a la función social de la educación, en concordancia con el concepto de educación progresiva de J. Dewey. (Zuluaga Garcés, 1993)

Dentro de la propuesta pedagógica también se retoman los aportes de la pedagogía Montessori en el sentido de énfasis en la actividad dirigida por el niño y observación del profesor. La concepción del docente como investigador implica su participación activa en el proceso de construcción y reparación de hipótesis para el diseño de los procesos de aprendizaje; tal como se concibe desde las políticas educativas del Colegio Áleph. (Colegio Áleph, 2014)

Montessori acentuó la relación “orgánica” del niño y su medio ambiente, enfatizando el proceso de desarrollo para que el infante no fuera visto como un “adulto diminuto”; se anticipó al problema de los significados diferentes de la experiencia escolar del niño, de varias clases sociales y grupos étnicos, con su concepto de “etnología regional” y el estudio de las condiciones locales. Llamaba al respeto de las diferencias individuales y demandaba una “pedagogía científica” que indagara estos elementos más otros psicológicos y físicos con

observaciones sistemáticas (Spindler, 2000, citado por Velasco Orozco & Reyes Montes, 2011).

La comprensión de que el Colegio Áleph es una escuela alternativa, permite comprender la relevancia que tiene la consideración de integrar el saber alimentario en el proceso de enseñanza que se desarrolla. Las Escuelas alternativas permiten la implementación de un modelo pedagógico innovador y alcanzar aprendizajes no tradicionales, y orientarse a la formación de competencias no rutinarias. Asimismo se comprende que en las escuelas alternativas, debido a la flexibilidad de su propuesta de gestión y su capacidad de cambiar y aprender de sí misma (Ver Tabla N° 02)

Escuelas pequeñas	Se trata de contar con ambientes que favorezcan el sentido de comunidad resaltando el aprendizaje colaborativo, de tal manera que se potencien las relaciones particulares con adultos o con otros niños o niñas. Se contempla la posibilidad de los niños a estar solos.
Aprendizaje basado en la interacción con Estudiantes de diferentes edades.	Basado en el principio de aprender a enseñar, supone un aprendizaje basado en la interacción entre pares. Es coherente con el principio de <i>vida cooperativa</i> y <i>participativa</i> de Freinet.
Aprendizaje en red	Reconocer la <i>no linealidad</i> del aprendizaje implica reconsiderar al currículo como plan secuenciado y homogeneizado de aprendizaje (Castells, 1997) esto supone configurar procesos de aprendizaje que se construyan y reconstruyan desde la propia experiencia, intereses y necesidades de los estudiantes.
Aprendizaje sistemático, significativo y en contextos desafiantes	El aspecto fundamental para garantizar aprendizajes significativos orientados al desarrollo de competencias, es su organizacdad; la <i>no reductibilidad</i> a una dimensión estrictamente cognitiva. Potenciar un aprendizaje significativo supone prestar una especial atención a las sensaciones que experimentan, a lo que se vive con toda la corporeidad, a la sensibilidad que se despierta, a la experimentación con la vida natural, social y cultural.
Libertad y responsabilidad	El principio de libertad supone que el estudiante desarrolla la interacción con otros en un ambiente armónico (aunque no exento de conflictos) Esto sólo es posible si se participa de un ambiente en el estudiante tiene que decidir qué hacer, y se asumen las consecuencias y la responsabilidad de esa decisión. Esto significa hacer énfasis en la metacognición y en posicionar al estudiante en el otro, mientras aprende.
Respeto profundo por la infancia y la juventud.	En coherencia con el puerocentrismo de Montessori; es la característica central de las escuelas alternativas, las cuales diseñan su propuesta curricular en las necesidades e intereses de los niños.

Tabla N° 2 Características de las escuelas alternativas (Elaboración propia a partir de Contreras, 2004)

El Aprendizaje Basado en Proyectos que se desarrolla en el Colegio Áleph es concebido como un enfoque metodológico que sitúa al estudiante en el centro del proceso de aprendizaje, partiendo de una situación que significativa, relacionada con la realidad del niño que a su vez plantea un reto que estimula el aprendizaje no sólo desde las tareas que debe afrontar; sino desde la concepción estética del medio en que tiene lugar el aprendizaje.<sup>3</sup>

Con este propósito, el proceso de aprendizaje se realiza en diferentes escenarios estructurados, que hacen que el niño aprenda, de forma placentera y apasionante. Para ello la institución educativa brinda diferentes áreas de investigación tales como el hogar; la literacidad, juegos, vida práctica, estudio de la naturaleza, composición y luz, pintura, y construcción. Los espacios propuestos para el logro de los aprendizajes en la institución educativa son los ateliers, los jardines, el huerto, y la cocina.

La consideración de que la cocina, y por ende, la alimentación y el saber alimentario constituyen espacios de aprendizaje en el Colegio Áleph, implica reflexionar desde un enfoque antropológico cómo los alimentos y las diferentes actividades relacionadas a su preparación, producción y consumo, favorecen el desarrollo de prácticas de socialización y conformación de la identidad grupal, en tanto se comprenden como una construcción tanto material como simbólica.(Álvares & Pinotti, 1997).

La antropología de la alimentación se enfoca en la importancia de la comida (producción, preparación y consumo de los alimentos) en el proceso de hacernos humanos junto al conocimiento y reconocimiento de lo que comemos, del espacio material y simbólico dónde se come y las relaciones sociales que están presentes y el lugar que la alimentación ocupa en la definición misma de nuestra identidad individual y grupal. Cada sociedad, cada cultura



tiene su propia identidad alimentaria y nos proporciona normas sobre los alimentos y las formas de consumirlos, lo que está condicionado por creencias que pautan lo que es bueno o no para el cuerpo, la salud o el alma. (Contreras, 1992)

Por medio de los alimentos y de las múltiples formas de preparar la comida, se pueden transmitir sentimientos, pensamientos, valores y actitudes como una manera esencialmente humana de comunicarnos. Por eso, cuando nos alimentamos a través del poder evocador de los alimentos, decimos que nutrimos nuestro cuerpo y nuestro espíritu, lo cual está en la filosofía de la pedagogía malaguzziana (Fabbri, 2007).

Si bien el proyecto educativo institucional no identifica la necesidad de resolver un problema alimentario en los estudiantes, es evidente que la propuesta educativa confirma la urgencia de una intervención educativa capaz de desarrollar desde la primera infancia una cultura de alimentación correcta y sana.(Spaggiari, 2007)

Las cocinas afirman cotidianamente la posibilidad de crear culturas compartidas, espacios de negociación y de comparación entre adultos, entre adultos y niños, a partir de la comida como condición esencial para la vida. Pero las cocinas son también laboratorios abiertos y hospitalarios capaces de recibir los proyectos especiales de los niños y los adultos... Un laboratorio donde la comida es el alimento del cuerpo, pero también de la mente, de los ojos, de la nariz, de las emociones.(Tedeschi, 2007)

La problemática señalada se ubica también en la confluencia de otra línea de investigación social: La educación para la salud, específicamente en aspectos de tipo nutricional. La propuesta teórica de educación en nutrición, dentro de la pedagogía Reggio Emilia visualiza al proceso educativo como la manera de modificar hábitos y costumbres para disminuir los problemas nutricionales y cuyo eje de acción se ubica fundamentalmente en el estudiante y

sus familias; dejando de lado los factores socioeconómicos y culturales que están relacionados.

En este sentido se vincula con la estrategia de promoción de la salud en el contexto peruano, coincidiendo con la política del Ministerio de Salud al reconocer que la construcción de espacios para el empoderamiento y la reflexión de la población sobre temas nutricionales (por ejemplo en la escuela), se reflejará en una mayor participación en la toma de decisiones sobre todo en aquellos aspectos que determinan su salud.(Martínez-Salgado, 1993)

En el Perú se promueve la educación nutricional y la alimentación saludable. Esta promoción implica la implementación de hábitos alimentarios favorables al crecimiento y desarrollo adecuado de las personas, a través de las acciones de educación (Congreso de la República, 2013) en plena coherencia con la filosofía pedagógica del colegio Áleph: Interconectar a la familia y a la escuela en el desarrollo y divulgación de iniciativas de educación alimenticia, dirigidas a las nuevas generaciones, para que niños y jóvenes puedan tener una actitud crítica ante el “conformismo alimentario” vinculado a gestiones comerciales, publicitarias y televisivas.(Fabbri, 2007)

En esta misma línea de reflexión, el control de calidad de los productos para elaborar los alimentos de los niños es muy importante en el Colegio Áleph, por lo que en la institución educativa se favorece especialmente opciones de productos procedentes de cadenas productivas breves, controladas y privilegiando cultivos orgánicos. Las recetas que se preparan y proponen a los estudiantes promueven el desarrollo de los sentidos del olfato, la vista, el gusto.

## 6. PROPUESTA DE INNOVACIÓN

Propuesta de innovación educativa para integrar las necesidades nutricionales, culturales y del aprendizaje en los niños y las niñas de Kinder 3 (5 años) que estudian en el Colegio Áleph.

**6.1. Objetivo General.** Integrar las necesidades nutricionales, culturales y del aprendizaje en los niños y niñas de Kinder 3 (5 años) que estudian en el Colegio Áleph.

**6.2. Objetivos Específicos:**

- Mejorar las relaciones entre padres y docentes, relacionado a las rutinas de alimentación de los estudiantes, integrando sus necesidades nutricionales, de acuerdo a las políticas educativas del Colegio Áleph y la filosofía pedagógica de Malaguzzi.
- Mejorar el saber alimentario de los estudiantes de 3 a 5 años, integrando elementos culturales y el desarrollo de los sentidos, desde el proceso de enseñanza y aprendizaje.

**6.3. Resultados**

- Padres conocen sobre la rutina de alimentación de sus hijos y lo retroalimentan con los docentes, mejorando las relaciones entre padres y docentes.
- Estudiantes integran los elementos culturales y desarrollan los sentidos, desde el proceso de enseñanza y aprendizaje, mejorando su saber alimentario.

**6.4. Descripción del Proyecto**

En el enfoque pedagógico del colegio Áleph se hace especial énfasis en la experiencia y la creatividad de los niños y las niñas. Dentro de su proyecto educativo se encuentra la consideración de la cocina, la producción, preparación y consumo de alimentos como un espacio que brinda oportunidades para el aprendizaje. Para ello se brindan oportunidades para reconocer a través de las acciones cotidianas olores, sabores y texturas; desde un enfoque de pedagogía de los sentidos.

Como docente he tenido la oportunidad de desarrollar en mi salón algunas actividades que integran el reconocimiento de ingredientes, para desarrollar aprendizajes relacionados al tacto y al dominio de formas y movimiento; también hemos preparado jugo de naranja en nuestras sesiones de aprendizaje (Ver Anexo N° 10.) con el propósito didáctico de fortalecer la coordinación viso-motora y la motricidad fina. Hemos cultivado con nuestros niños en el huerto, y regado las plantas. A pesar de ello todavía no se evidencian que se incorporan sesiones para el análisis de la flora y la fauna peruana, y a los saberes de las culturas originarias de nuestro país.

Pocos padres de familia están familiarizados con la filosofía del colegio, en cuanto a incorporar el saber alimentario al proceso de enseñanza y aprendizaje, integrando elementos culturales y el desarrollo de los sentidos. Por otro lado el diagnóstico arroja una preocupación en relación a sus rutinas de alimentación y a las formas de comunicación con la institución educativa, respecto a comidas y bebidas favoritas, alergias, evidenciándose un desconocimiento casi generalizado sobre las necesidades nutricionales de sus hijos.

Para resolver la problemática identificada, se decide desarrollar las siguientes actividades:

#### 1. Aplicación Android 4.0 Áleph Food (Ver 1.0)

Permite poner en conocimiento a los padres en tiempo real y con fácil disponibilidad sobre las rutinas alimentarias de los niños en relación a:

- El menú del día (Y su valor nutricional)
- Recomendaciones para la casa
- Socialización de informaciones relevantes relaciones con las rutinas de alimentación.
- Permite compartir fotos y videos con opciones de compartirlas en las redes sociales.

#### 2. Mural informativo

Utilizando un entorno gráfico y de forma didáctica presenta la información básica sobre rutinas y hábitos alimentarios de los niños y las niñas. Se le brindan a los padres un grupo de recetas que sirven de referencia para que los padres puedan preparar los platos en sus casas.

Se actualiza con una periodicidad diaria y está concebido como un complemento a la aplicación Áleph Food. (Ver Anexo N° 12)

### 3. Recetario “Los lenguajes de la comida”

Para garantizar que los padres de familia se familiaricen no sólo con los tipos de alimentos que se pueden preparar para mejorar la cultura alimenticia de los niños y las niñas y considerando las necesidades nutricionales para un mejor desarrollo físico. Es una herramienta que permite además la información sobre los tipos y características de los ingredientes utilizados, en plena coherencia con el enfoque del Colegio Áleph.

Es realizado por un equipo de trabajo conformado por la chef del colegio Sra. Alessandra Perona, con el asesoramiento de especialistas pedagógicos y los docentes sobre la base de la retroalimentación de los padres de familia y los propios estudiantes. (Ver Anexo N° 07)

### 4. Taller de “Prácticas alimentarias con fines educativos: Los lenguajes de la comida”

Taller vivencial realizado en dos modalidades: Conferencias de profundización teórica y Espacios de participación con los padres de familia y los docentes.

Temas propuestos para las conferencias de profundización teórica:

1. Los lenguajes de la comida dentro de la propuesta pedagógica del Colegio Áleph  
(Presentación de Power Point por la Chef Sra. Alessandra Perona)

2. El valor nutricional: recetas, experiencias y pensamientos en la pedagogía de las escuelas Reggio Emilia. (Conferencia magistral de la nutricionista del colegio)
3. Antropología de la alimentación: una visión desde los pueblos originarios y su contextualización a los procesos de enseñanza y aprendizaje (Presentación de Power Point por la docente Antonella Barchi)

Temas propuestos para los talleres:

1. Organizo el menú junto a mi hijo.
2. Preparando loncheras saludables (snacks) en casa.
3. Elaboración de platos típicos peruanos.
5. Diálogos con la Chef

Espacio de interacción con la Chef del colegio Sra. Alessandra Perona; con los especialistas de nutrición, pediatría, y otro personal de servicio que labora en el área de abastecimiento, logística y procesamiento de los alimentos. Se propone una periodicidad mensual durante tres meses.

Adicionalmente a este espacio se considera que los padres pueden pedir citas dirigidas para esclarecerse de inquietudes relacionadas con su mejor hijo de forma específica.

6. Hoy nos toca cocinar juntos

Actividad desarrollada con una periodicidad mensual donde los niños ayudarán a los padres de familia por turno, a cocinar un plato en el colegio, para compartirlo en su aula.

7. Sesiones de aprendizaje

Utilizando la experiencia del alumno, y el sentido estético, se compartirán poemas o canciones en el área de investigación de literacidad o lectura, cuidando de retroalimentar el resto de áreas de investigación si el poema lo permite. (Ver Anexo N° 8.).

En el sector de Vida práctica o en la cocina misma del colegio se desarrollan sesiones de aprendizaje en grupos pequeños donde se trabajan la psicomotricidad, la convivencia, la autonomía, las relaciones, conservación de la salud, medición, expresión y comprensión entre otros aprendizajes que conforman la propuesta curricular del Colegio Aleph (ver Anexo N° 10, 11 y 13).

Se propone organizar una representación teatral entre alimentos “chatarra” y nutritivos en el atelier teatral.

#### 6.5. Propuesta del Plan de actividades (octubre-diciembre 2014)

Fecha (Día/Mes)	Descripción de la actividad
Actualización diaria	Mural informativo
05 – 31 de Octubre	Diseño y programación de la Aplicación Áleph Food (Ver 1.0) (Ver Anexo N° 05)
15 de Octubre	Conferencia: Los lenguajes de la comida dentro de la propuesta pedagógica del Colegio Áleph
16 de octubre	Taller: Organizo el menú junto a mi hijo
21 de Octubre	Diálogos con la Chef
20 de Octubre 20 de Noviembre	Diseño y edición del recetario “Los lenguajes de la comida” (Ver Anexo N° 7.)
24 de Octubre	Hoy nos toca cocinar juntos
03 – 07 de Noviembre	Lanzamiento de la Aplicación Áleph Food
13 de noviembre	Conferencia: El valor nutricional: recetas, experiencias y pensamientos en la pedagogía de las escuelas Reggio Emilia

14 de noviembre	Taller: Preparando loncheras saludables (snacks) en casa
20 de Noviembre 15 de Diciembre	Impresión del recetario “Los lenguajes de la comida”
21 de Noviembre	Diálogos con la Chef
24 de Noviembre	Hoy nos toca cocinar juntos

Fecha (Día/Mes)	Descripción de la actividad
02 de diciembre	Conferencia: Antropología de la alimentación: una visión desde los pueblos originarios y su contextualización a los procesos de enseñanza y aprendizaje
03 de diciembre	Taller: Elaboración de platos típicos peruanos
06 de Diciembre	Diálogos con la Chef Presentación del recetario “Los lenguajes de la comida”
09 de Diciembre	Hoy nos toca cocinar juntos

## 6.6. Viabilidad de la Propuesta

La propuesta planteada es viable ya que se contempla una implementación gradual y progresiva. Al mismo tiempo está alineada con los fines y objetivos del Colegio Áleph y su proyecto educativo así como está orientado a la solución de un problema de alta significancia tanto para los padres de familia como para los docentes.

Se considera que esta es una propuesta de innovación pertinente, respondiendo a la problemática encontrada en el centro, a su realidad actual. Toma en consideración las metas que se desean lograr en la institución y se centra en alcanzar un cambio a largo plazo cuya prevalencia se evidencia en el tiempo, dentro del Colegio Áleph.

Igualmente se cuenta con los recursos técnicos y financieros necesarios para la implementación del proyecto, el cual cuenta con el apoyo institucional, lo cual valida su



viabilidad como proyecto de innovación y favorece su proceso de implementación en los procesos de gestión pedagógica y de enseñanza y aprendizaje que se realizan en el Colegio Áleph. Los docentes, directores y promotores comparten una misma filosofía sobre la innovación y la flexibilidad al cambio, y están sensibilizados en la problemática identificada, lo que garantiza la viabilidad política-cultural.

Todos los padres cuentan con el soporte técnico suficiente (Tablets, Smartphome) para permitir la retroalimentación deseada a través de la aplicación que se diseñará, la cual se garantiza desde la misma implementación del proyecto a través de un Mural Informativo que constituye el soporte material de la propuesta. No obstante un riesgo que corre el proyecto es las insuficientes habilidades en el manejo y gestión de las nuevas tecnologías, tanto de docentes como de padres de familia, lo que puede resolverse a través de un taller dedicado a cómo manejar la aplicación.

Los horarios para los talleres presenciales y conferencias son consensuados con los padres de familia a través de distintas plataformas de comunicación que están establecidas en el colegio: Página WEB, intranet y la aplicación cuando esté implementada.

#### **6.7. Criterios e indicadores de evaluación de los objetivos de la propuesta**

Se utilizan los siguientes criterios de evaluación:

Cuantitativo, hace uso de la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas confiando en la medición numérica y la elaboración de cuadros estadísticos.

Cualitativo, se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones. El criterio cualitativo expande los datos (es inductivo, parte de lo particular hacia lo general).

## 6.8. Objetivos, indicadores e instrumentos de evaluación

Objetivos específicos	Indicadores	Instrumentos para utilizar
Mejorar las relaciones entre padres y docentes, relacionado a las rutinas de alimentación de los estudiantes, integrando sus necesidades nutricionales, de acuerdo con las políticas educativas del Colegio Áleph.	Se involucra en las actividades Propuestas por proyecto de innovación. Asiste a las conferencias y talleres programados	Registro de asistencia a las actividades. Fichas de Evaluación del taller. “Prácticas alimentarias con fines educativos: Los lenguajes de la Comida (ver anexo N°9).
	Participa activamente en la definición propuestas alimentarias y de aprendizajes de sus hijos, de acuerdo a las características de Áleph.	Memoria de los talleres Actas de las reuniones Registro de Asistencia a los Talleres Colegio y Conferencias.
	Explica las necesidades nutricionales de sus hijos, y demuestra una actitud colaborativa en la búsqueda de una propuesta alimentaria acorde a sus intereses y necesidades	
	Plantea ideas y realiza comentarios que permiten mejorar la gestión de la cocina y de los aprendizajes relacionaos a la alimentación, a la preparación, a la producción o al consumo de los alimentos.	

Objetivos específicos	Indicadores	Instrumentos a utilizar
Mejorar el saber alimentario de los Estudiantes de 3 a 5 años, integrando elementos culturales y el desarrollo de los sentidos, desde el proceso de enseñanza y aprendizaje.	Refuerza positivamente las ideas y sugerencias aportadas por otros PPF.	
	Propicia el respeto y la comunicación en las relaciones con los otros PPF y con los docentes. Interactúa con la aplicación Áleph Food, o se informa con regularidad sobre las rutinas alimentarias de su hijo, retroalimentando ideas y preocupaciones con los docentes de la IE	Cuantificador de ingresos a la aplicación G+1 recibidos Evaluaciones realizadas por los padres del colegio Retroalimentación con las redes sociales y otros entornos interactivos del colegio (página WEB, intranet).
	Los docentes incorporan el saber alimentario y nutricional en los procesos de enseñanza y aprendizaje a través de diferentes temas, situaciones y oportunidades, favoreciendo la formación de un clima favorable al aprendizaje y al pleno desarrollo y bienestar del estudiante	Registros visuales de las sesiones de aprendizaje (fotos o videos) Registro de asistencia a las sesiones de clase.
	Los PPF participan de manera activa en las actividades prácticas Organizadas por la institución educativa, preparando alimentos con sus hijos, o acompañándolos en el proceso de alimentación, en los horarios consensuados previamente.	Registros visuales (fotos o videos) del encuentro. Registro de asistencia a las los talleres

## 7. Bibliografía

Álvarez, M., & Pinotti, L. V. (1997). *Procesos socioculturales y alimentación*. Buenos Aires: Ediciones Colihue.

Andere, E. (2007). *Escuelas Vittra*. México: Aula XXI-Santillana.

Banco Mundial. (1997). *Argentina: II Proyecto de nutrición y salud infantil y maternal (PROMIN II)*. Washington, DC.: BANCO MUNDIAL. Oficina Regional para América Latina y el Caribe.

Banco Mundial. (1993). *Argentina: Proyecto para la nutrición y la salud infantil y maternal*. Washington, D.C.: BANCO MUNDIAL.

Banco Mundial. (1998). *Colombia: Proyecto Comunitario de Atención y Nutrición Infantil*. Washington DC.: BANCO MUNDIAL.

Bednar, A. K. (1991). *Theory into practice: How do we link?* In T. M. Duffy, *Constructivism and the technology of instruction: a conversation* (pp. 17-34). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.

Beresaluce Díez, R. (2009). *Las escuelas municipales de Reggio Emilia como modelo de calidad en la etapa de Educación Infantil*. Alicante: Editorial Club Universitario.

Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano. Experimentos en entornos naturales y diseñados*. Barcelona: Paidós.

Bruner, J. (1988). *Desarrollo cognitivo y educación*. Madrid: Ediciones Morata.

Cáritas del Perú. (2012 йил 06-Agosto). Retrieved 2014 йил 08-October from Proyecto Mejoramiento de la Salud y la Nutrición en el Distrito de Huayllay—Pasco. Informe Resumen Septiembre - Diciembre 2011:

<http://www.caritas.org.pe/documentos/INFORME%20FINAL%20PROYECTO%20HUALLAY.pdf>

Carrasco Henríquez, N. (2007). *Desarrollos de la antropología de la alimentación en América Latina: hacia el estudio de los problemas alimentarios contemporáneos*. *Estudios Sociales* Vol. 15 No. 30 .

Castells, M. (1997). *La era de la información. Economía, sociedad y cultura*. Madrid: Alianza.

Centro Nacional de Alimentación y Nutrición. (13 de Agosto de 2012). *Requerimientos de energía para la población peruana*. Recuperado el 08 de Octubre de 2014, de <http://www.ins.gob.pe/repositorioaps/0/5/jer/>

1/Requerimiento%20de%20energ%C3%ADa%20para%20la%20poblaci%C3%B3n%20peruana.pdf

CNE. (2007). Proyecto educativo Nacional al 2021. Lima: MINEDU. Cohen, L. J. (2002). Playful Parenting. Nueva York: Ballantine Books.

Colegio Áleph. (2013). Colegio Aleph. Retrieved 2014 йил 12-Agosto from <http://www.colegioaleph.edu.pe/propuesta-educativa/active-learning-philosophy>

Colegio Áleph. (2014). Políticas educativas. Lima: [Documento de trabajo].

Coll, C., Martin, E., Mauri, T., M., M., Onrubia, J., & Solé, I. y. (2007). El constructivismo en el aula. (18 edición ed.). Barcelona: Editorial Graó.

Congreso de la República. (2000). Ley N° 27337 Código de la Niñez y la Adolescencia.

Lima, Perú: El Peruano.

Congreso de la República. (2003). Ley N° 28044 Ley General de Educación. Lima: El Peruano.

Congreso de la República. (2007). Ley N° 28988, que declara la Educación Básica Regular como servicio público esencial. Lima: Congreso de la República.

Congreso de la República. (2013). Ley N° 30021 Ley de la promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes. Lima: El Peruano.

Contreras, J. (1992). Alimentación y Cultura: reflexiones desde la antropología. Revista Chilena de Antropología. N°11. , 95-111.

Contreras, J. (2004). Otras escuelas: escuelas alternativas. Cuadernos de Pedagogía , 14.

Croft, J. (2008 йил 02-Mayo). Variations on a Blue School: An Analysis of the Gestation of the Blue Man Creativity Center. Retrieved 2014 йил 18-Setiembre from [http://www.academia.edu/201304/Variations\\_on\\_a\\_Blue\\_School\\_An\\_Analysis\\_of\\_the\\_Gestation\\_of\\_the\\_Blue\\_Man\\_Creativity\\_Center](http://www.academia.edu/201304/Variations_on_a_Blue_School_An_Analysis_of_the_Gestation_of_the_Blue_Man_Creativity_Center)

Doris, E. (2010). Doing What Scientists Do, Second Edition: Children Learn to Investigate Their World. Nueva York: Heinemann.

Duckworth, E. (2006). The Having of Wonderful Ideas: And Other Essays on Teaching and Learning. Nueva York: Teacher's College Press.

Fabbri, A. (2007). Alimentarse con gusto. In REDSOLARE, Los lenguajes de la comida. Recetas, experiencias, pensamientos. (pp. 11-12). México: Solare Servicios Educativos.

Forman, G. (2001). Loris Malaguzzi en Estados Unidos. Cuadernos de pedagogía , 79.

Hein, G. E., & Price, S. (1994). *Active Assessment for Active Science: A Guide for Elementary School Teachers*. Washington: National Science of Resources Center.

Istituzione Scuole e Nidi d'infanzia. (2011). *Reglamento de Nidos y Escuelas de la Infancia en el Ayuntamiento de Reggio Emilia*. Reggio Emilia: Reggio Children.

Jonassen, D. H. (1991). Objectivism versus constructivism: do we need a new philosophical paradigm? *Educational Technology Research and Development* , 39 (3), 5-14.

Malaguzzi, L. (2006). *La storia, le idee, la cultura*. In C. Edwards, L. Gandini, & G. Forman, *The Hundred languages of Children: The Reggio Emilia Approach* (p. 83 y ss.). Greenwich: Ablex Publishing.

Malaguzzi, L. (1994). *Your Image of the Child: Where teaching begins*. *Child care Information Exchange*, No. 96 , 52-61.

Martin Morell, A. (2008). *Proyecto de Innovación Curricular: Nutrición y Salud*. Madrid: Instituto de bachillerato Iturralde.

Martínez-Salgado, H. (1993). *Experiencias en participación comunitaria para promover la educación en nutrición*. *Salud Pública Mex* No. 35 , 673-681.

MIDIS. (2014). *Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma*. Retrieved

2014 йил 08-October from <http://www.qw.gob.pe/>

MINEDU. (2014). *Marco Curricular Nacional. Una propuesta para el diálogo*. 2da Versión. Lima: MINEDU.

Obando Castillo, G. (2014 йил 14-Setiembre). *Educación y Sociedad: Escuela Reggio Emilia*. Retrieved 2014 йил 18-Setiembre from <http://blog.pucp.edu.pe/item/30541/escuelas-reggio-emilia>

Perkins, D. N. (1991). What constructivism demands of the learner. *Educational Technology* , 31 (9), 19-21.

Peru Educa. (2014). *Perú Educa*. Retrieved 2014 йил 18-Agosto from [portal.perueduca.edu.pe/modulos/web\\_juego.../guia\\_metodologica.doc](http://portal.perueduca.edu.pe/modulos/web_juego.../guia_metodologica.doc)

REDSOLARE Argentina. (2007 йил 08-October). *Reggio Emilia y la pedagogía de Loris Malaguzzi*. Retrieved 2014 йил 18-Setiembre from <http://www.redsolare.com/new3/hoyuelos.pdf>

Rodríguez Sosa, J. (2005). *La investigación Acción educativa ¿Qué es? ¿Cómo se hace?* Lima: Ediciones Doxa.

Sanhueza, I. (2012). Estudio de la calidad de los artículos nutricionales relativos a la malnutrición por exceso publicados en revistas y diarios chilenos durante los primeros seis meses del año 2011. Santiago de Chile: Universidad del Desarrollo.

Spaggiari, S. (2007). Los lenguajes de la comida. In REDSOLARE, Los lenguajes de la comida. Recetas, experiencias, pensamientos. (pp. 12-15). México: Solare Servicios Educativos.

Spindler, G. (1955). Education and Anthropology. Stanford : Stanford University Press.

Tedeschi, M. (2007). Una cocina polisensorial. In REDSOLARE, Los lenguajes de la comida. Recetas, experiencias, pensamientos. (pp. 14-20). México: Solare Servicios Educativos.

Velasco Orozco, J. J., & Reyes Montes, L. (2011). Antropología y educación: notas para una identificación de algunas de sus relaciones. Contribuciones desde Coatepec No. 21 , 59-83.

Vittra. (2012). Escuelas Vittra ¿La educación del futuro? Retrieved 2014 йил 18- Setiembre from <http://webayunate.com/escuelas-vittra>

Vygotsky, L. (1979). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona: Crítica.

Zuluaga Garcés, O. L. (1993). La pedagogía de John Dewey. Educación y Pedagogía (10 y 11), 20-30.

## 8. Anexos

### Anexo N° 1.: Cuestionario para padres

Este instrumento se ha diseñado como parte de una Investigación Acción Participativa, para incorporar el proceso de alimentación de su menor hijo como parte del proceso de enseñanza y aprendizaje, en concordancia con la filosofía de la IE. Le agradezco de antemano la respuesta de todas las preguntas, con la mayor sinceridad posible.

1. ¿Cuál es el alimento y bebida preferida de su menor hijo?
  - a. Alimento preferido: \_\_\_\_\_
  - b. Bebida preferida: \_\_\_\_\_
2. ¿Ud. cree que la alimentación debería ser parte del proceso de enseñanza y aprendizaje de su menor hijo?
  - a.  Si. Porque \_\_\_\_\_
  - b.  No. Porque \_\_\_\_\_
3. ¿Cómo cree que se debería enseñar el saber alimentario en la institución educativa? Marque tantas respuestas como considere pertinente.
  - a.  A través de su alimentación, para que experimente sabores, texturas y colores.
  - b.  Se debería enseñar fundamentalmente las formas de preparación y cocción de los alimentos.
  - c.  Se debería utilizar en las sesiones de aprendizaje.
  - d.  En la rutina de alimentación para que aprenda las normas de educación formal.
  - e.  No creo que se debería enseñar en la institución educativa.
4. ¿Cómo le gustaría enterarse de las rutinas de alimentación de su menor hijo?
  - a.  Conversación directa con la profesora.
  - b.  Basta con la publicación en un mural informativo.
  - c.  A través de una aplicación que pueda consultar en una Tablet, o Smartphone.
  - d.  A través de un correo electrónico, o un mensaje de texto.
  - e.  Es un tema que en general no me interesa.
5. ¿Qué características debe tener un alimento para que Ud. considere retirarlo de la rutina de alimentación de su menor hijo? Señale con cuál de las proposiciones está de acuerdo.
  - a.  Si no lo he probado yo, no permito que él lo pruebe.

- b.  Vivo, definitivamente no.
- c.  Haber sido elaborada por algún pueblo originario del Perú, o del mundo.
- d.  Si a él no le gusta, por más valor nutritivo que tenga.
- e.  Crudo, ni pensarlo.
- f.  Una comida no debe tener colores raros.
- g. Otra. ¿cuál? \_\_\_\_\_
6. ¿Cuál es el alimento más fuera de lo común que ha probado en su vida? (puede ser una bebida, una especia, etc.)
- 

7. ¿Cómo reacciona su menor hijo cuando le disgusta algún alimento que Ud. le ofrece como parte de su alimentación?
- a.  Expresa su disgusto, pero se lo come
- b.  Pide algún plato alternativo.
- c.  Lo tira al piso, expresando enfado.
- d.  Le incorpora algún otro elemento que mejore su sabor.
- e.  Otra. ¿Cuál? \_\_\_\_\_
8. ¿Cuáles formas de alimentación, de preparación de los alimentos o los alimentos mismos conoce de los pueblos originarios del Perú?
- 

9. ¿Cómo se ha enterado de este tipo de saber alimentario?
- a.  Por los medios de comunicación (TV, radio o prensa)
- b.  Me lo enseñaron en la escuela
- c.  Los he aprendido en mis viajes.
- d.  He leído sobre ellos, o los he visto en alguna película.
- e.  Los he conocido a través de mis familiares o amigos.
- f. Otra. ¿Cuál? \_\_\_\_\_
10. ¿Para apoyar la enseñanza de su menor hijo, en relación con el saber alimentario con cuál de las siguientes proposiciones Ud. estaría de acuerdo?
- a. Prepararía los alimentos junto con él.
- b. Me gustaría que en ocasiones compartamos alimentos dentro de la institución educativa.
- c. Si tuviera un libro de recetas, lo utilizaría para decidir cuáles alimentos prepararle en casa.
- d. No creo que este saber debería enseñarse en la institución educativa.



## Anexo N° 2.: Cuestionario para docentes

Este instrumento se ha diseñado como parte de una Investigación Acción Participativa, para incorporar el proceso de alimentación de su menor hijo como parte del proceso de enseñanza y aprendizaje, en concordancia con la filosofía de la IE. Le agradezco de antemano la respuesta de todas las preguntas, con la mayor sinceridad posible.

1. ¿Ud. cree que la alimentación debería ser parte del proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes?
  - a.  Si. Porque \_\_\_\_\_
  - b.  No. Porque \_\_\_\_\_
2. ¿Cómo cree que se debería enseñar el saber alimentario en la institución educativa? Marque tantas respuestas como considere pertinente.
  - a.  A través de su alimentación, para que experimente sabores, texturas y colores.
  - b.  Se debería enseñar fundamentalmente las formas de preparación y cocción de los alimentos.
  - c.  Se debería utilizar en las sesiones de aprendizaje.
  - d.  En la rutina de alimentación para que aprenda las normas de educación formal.
  - e.  No creo que se debería enseñar en la institución educativa.
3. ¿Cuáles han sido los principales problemas en la comunicación con los padres de familia respecto a la alimentación de sus hijos?  
\_\_\_\_\_
4. ¿Cuál es el alimento más fuera de lo común que ha probado en su vida? (puede ser una bebida, una especia, etc.)  
\_\_\_\_\_
5. ¿Cómo reaccionan los alumnos cuando le disgusta algún alimento que se le ofrece?
  - a.  Expresa su disgusto, pero se lo come
  - b.  Pide algún plato alternativo.
  - c.  Lo tira al piso, expresando enfado.
  - d.  Le incorpora algún otro elemento que mejore su sabor.
  - e.  Otra. ¿Cuál? \_\_\_\_\_
6. ¿Cómo se entera de los diferentes saberes alimentarios para brindárselo como aprendizaje a sus estudiantes?
  - a.  Por los medios de comunicación (TV, radio o prensa escrita)
  - b.  Me lo enseñaron en la escuela
  - c.  Los he aprendido en mis viajes.
  - d.  He leído sobre ellos, o los he visto en alguna película.
  - e.  Los he conocido a través de mis familiares o amigos.

- f.  Investigo sobre ellos o bien constituyen un área particular de interés
- g.  Otra. ¿Cuál? \_\_\_\_\_
7.  ¿Para apoyar la enseñanza de sus estudiantes, en relación al saber alimentario (y nutricional) de acuerdo al enfoque pedagógico de la IE Áleph con cuál de las siguientes proposiciones Ud. estaría de acuerdo?
- a.  Prepararía los alimentos junto con él.
- b.  Invitaríamos a los padres de familia a compartir los alimentos dentro de la institución educativa, o los invitaríamos a acompañarlos en su elaboración.
- c.  Incorporaría el aprendizaje de los alimentos desde el proceso mismo de producción (industrial o artesanal) para el caso de los vegetales o especias; y desde la crianza en el caso de animales.
- d.  No creo que este saber debería enseñarse en la institución educativa.
8.  ¿Cuáles son los principales problemas identificados respecto a la alimentación de los estudiantes que Ud. tiene que enfrentar en su práctica pedagógica?
- a.  Los estudiantes no conocen muchos de los alimentos que se les proponen para su alimentación.
- b.  Los padres nos piden información sobre sus gustos y estilos alimentarios, así como asesoramiento sobre qué tipos de alimentos deben incorporar en la casa.
- c.  En el currículo no se han previsto acciones relacionadas con el saber alimentario.
- d.  Otra. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

### Anexo N° 3.: Entrevista a Chef del Colegio Áleph Sra. Alessandra Perona

**1.** ¿Me puedes explicar que significa la cocina en el colegio Áleph?

Es tan importante como cualquier sector en el que trabajan los niños, es uno de los cien lenguajes en el que también un niño o un adulto se pueden expresar.

**2.** ¿Qué tipo de comida es la que ustedes tienen que preparar?

A nosotras nos ha preparado una bióloga molecular, de la Universidad de Harvard, especialista en lo referido al contenido nutricional de los alimentos que deben consumir nuestros estudiantes, en relación a su grupo de edades y a sus necesidades evolutivas. Además nos ha dado a conocer la importancia de la alimentación para el aprendizaje. En conjunto con ella hemos elaborado una propuesta alimenticia balanceada, fundamentalmente orgánica, estableciéndose métodos relacionados a la forma de preparación de los alimentos, de forma que sean más provechosos para el estudiante, nutricionalmente hablando.

Nos hemos basado igualmente en lo que necesita cada niño de acuerdo a su edad para que este bien alimentado, sano y con energía.

**3.** ¿Cómo tienen que ser preparados los alimentos para los niños?

Hay varias reglas de cumplimiento imperativo: No se fríe nada; no se consideran aderezos ni aceite en las bases para la comida, el aderezo es de agua y aceite de oliva. Todo va al horno.

Los ingredientes que utilizamos son de calidad, que adquirimos de productores reconocidos por no utilizar ningún plaguicida; son orgánicos, como por ejemplo el arroz integral. La leche de soya que utilizamos la preparamos en el mismo colegio. La carne de pollo la cocinamos con piel, la carne de res debe ser magra. Para salar utilizamos sal de mares. Los postres los hacemos con fruta natural, con harina integral.

**4.** ¿Los papás están enterados de las características de la alimentación de los estudiantes, de las características de la dieta?

No lo sé si en las charlas informativas se las han explicado. Pienso que sí, pero no estoy segura.

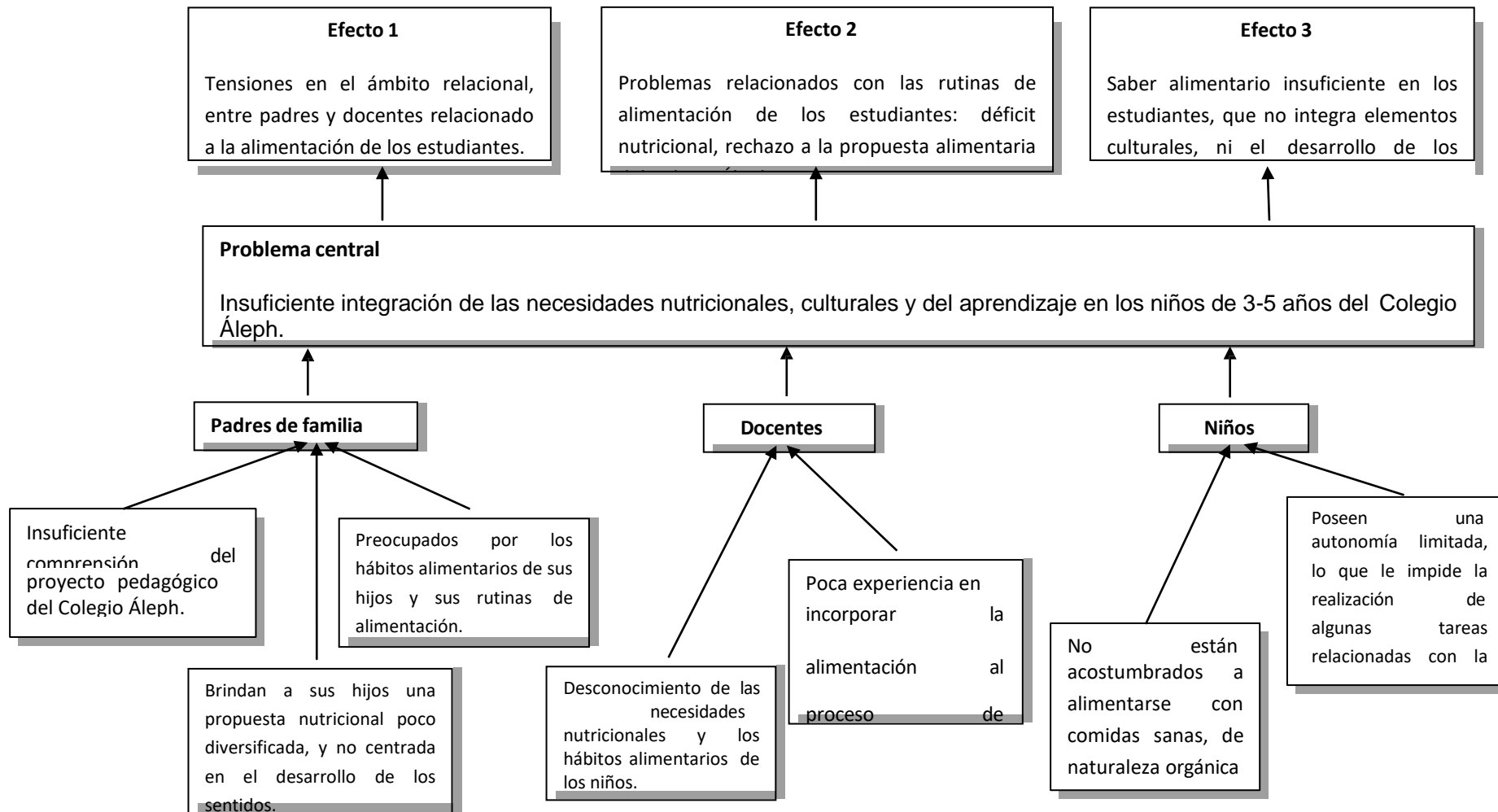
**5.** Para el colegio, ¿por qué es importante el comedor?

Porque es parte de la filosofía del colegio, hacer que los niños tengan la oportunidad de experimentar a través de todos sus sentidos, es como otro lenguaje de los niños, una manera más de expresarse.

Es además un lugar en que los niños deben estar tranquilos y felices. Un lugar más de encuentro donde se una el placer de comer con los amigos y es la oportunidad de comenzar proyectos o que el aprendizaje sea en esos momentos.

En el colegio el comedor es utilizado fundamentalmente en la mañana comunitaria, pero se convierte en un sector más de la clase, que puede trabajarse como construcción, vida práctica, etc.

## Anexo N° 4.: Árbol de problemas del proyecto de innovación



## Anexo N° 5.: Aplicación Áleph Food (Ver 1.0)



Áleph Food

★★★★☆ (46) | Recursos académicos | De [www.antonellabarchi.edge.com](http://www.antonellabarchi.edge.com) | 02 usuarios

DESCRIPCIÓN GENERAL | DETALLES | OPINIONES | RELACIONADOS

Áleph Food es una herramienta que favorece la formación de una cultura alimentaria de acuerdo a la pedagogía Reggio Emilia.

Favorece la interacción de los padres y madres de familia del Colegio Aleph con los hábitos y rutinas alimentarias de sus hijos, permitiéndoles configurar la propuesta alimentaria con sus gustos, considerando el valor nutricional de sus alimentos.

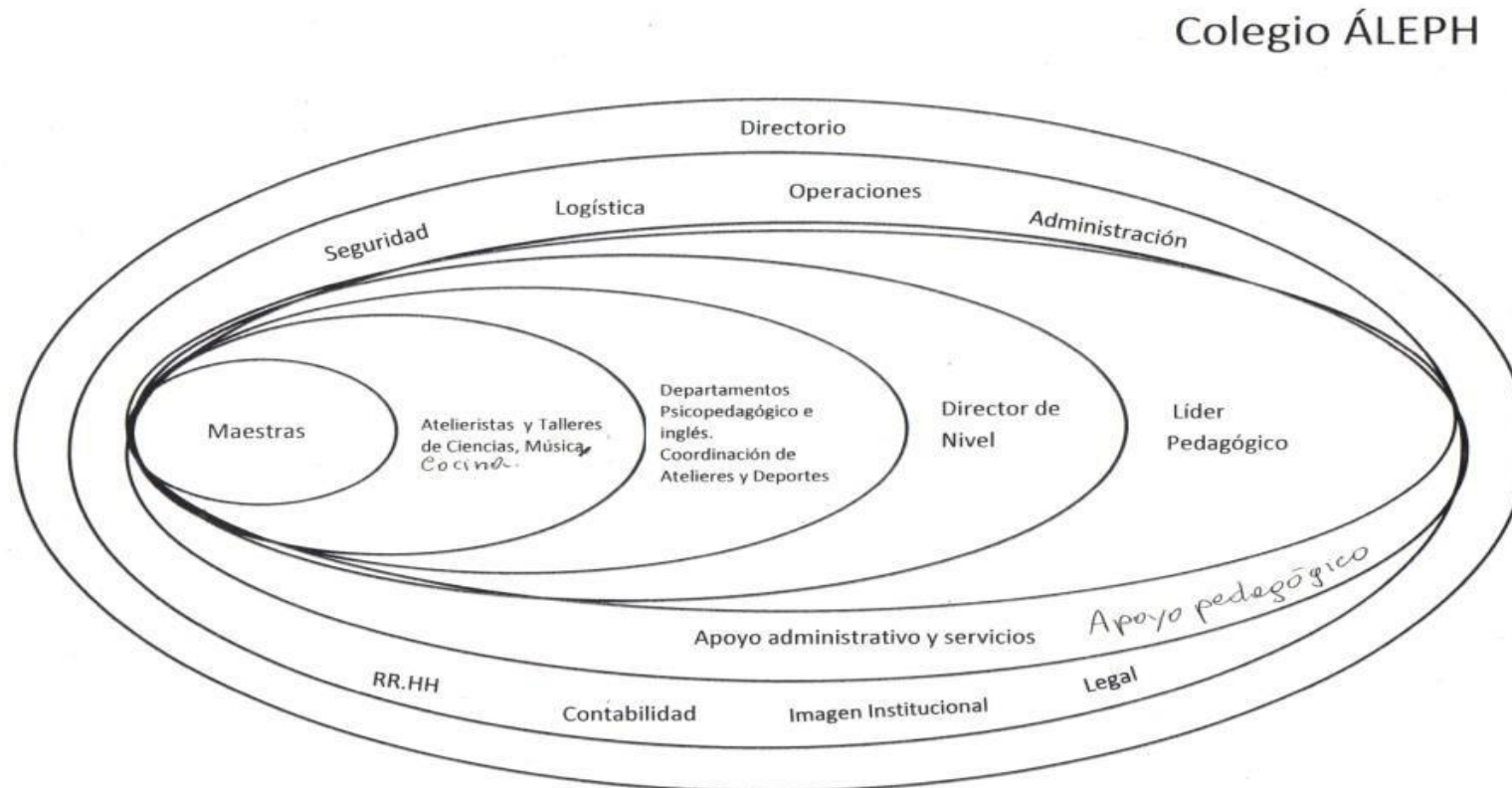
Asimismo favorece el aprendizaje relacionando en diferentes módulos juegos interactivos, videos y fotografías que se pueden compartir de forma fácil y dinámica en las redes sociales en relación a cómo los estudiantes desarrollan investigan en relación a cómo preparar y consumir los alimentos, en coherencia con un espíritu de comunidad e investigación.

Revisa el perfil de tu hijo. Allí podrás ver cómo se alimentó y qué aprendió sobre los alimentos hoy día.

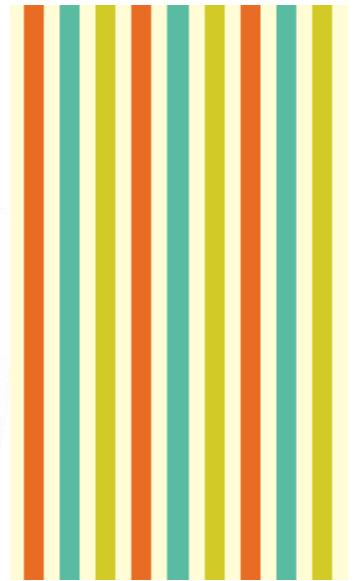
### Módulos previstos

- Menú del día/semana/mes
  - Información nutricional
  - ¿Cómo comiste hoy?
- Mensaje para mis papás...**
- Fotografías y videos
  - Informaciones relevantes
    - Gustos personales
    - Alergias

Anexo N° 6.: Organigrama del Colegio Áleph (Colegio Áleph, 2014)



Anexo N° 7.: Imágenes del recetario “Los lenguajes de la comida”



COMER ES DIVERTIDO

Niños y niñas Vamos  
a conocer, Consejos  
sanos  
Que nos ayudaran a crecer.  
Tres veces al día, Hay  
que comer  
Leche, yogurt y cereal.  
Junto al queso  
¡Qué fenomenal!  
Las verduras frescas Y  
tres frutas cada día De  
distinto color Alegran la  
vida Pescado cocido  
O al vapor Navegan en  
tu pancita  
Así una salud mejor  
Porotos, garbanzos  
Lentejas y arvejas Son  
las semillas  
Que te llenan de fuerzas Seis  
vasos de agua Para terminar  
Son los consejos De  
mi mamá

LAS COMIDAS

Din, don, ¡vamos, ya! Todos a  
desayunar,  
Que comienza un nuevo día Y la  
mesa puesta está.  
Un buen zumo de naranja, Dos  
tostados, leche y pan,  
Mantequilla y mermelada Y al  
colegio a trabajar.  
Din, don. ¿Quién es? Es la  
hora de comer, Vamos  
todos a la mesa Y  
pongamos el mantel.  
Macarrones con tomate, De  
segundo un buen bistec Y por  
último, de postre, Una pera y  
un pastel.  
Din, don. ¿Quién será? Nos  
llaman a merendar. Vamos  
todos muy deprisa Que, si no,  
se acabará.  
Din, don, ¿quién va? Es  
la hora de cenar.  
Vamos todos a la mesa, Que,  
si no, se enfriará. Una sopa de  
fideos  
Y croquetas de jamón Y  
de leche con galletas  
Llenaremos es tazón.

RONDA DE  
ALIMENTOS

La manzana y la  
banana  
Se pusieron a jugar Y la  
pícara naranja Sola se  
quiso invitar A lo lejos  
la sandía Mostraba su  
corazón  
Y les dijo a sus amigos Les  
cantaré una canción  
Porque nadie la invitó Muy  
enojado el limón  
¡Dijo! yo juego solo Con  
mi vecino el limón La  
frutilla sonrojada  
De vergüenza se quedó Sin  
sus pecas y perfume  
Y muy pronto entristeció Dijo la  
mandarina  
Una ensalada yo haré  
Invitaré a la frutilla Para  
que contenta esté  
Muy pronto toditas ellas  
Tuvieron muy buena onda  
Se divertieron muchísimo  
y formaron una ronda

---

<sup>4</sup> Extraídos de <http://comesaludable.wikispaces.com/Poemas+sobre+los+alimentos>



**Anexo N° 9.: Ficha de Evaluación del Taller “Prácticas alimentarias con fines educativos: Los lenguajes de la comida”**

A continuación le presentamos algunas preguntas para conocer su opinión sobre al taller prácticas alimentarias con fines educativos que organiza el Colegio Áleph, para garantizar una mejora en el proceso de alimentación y gestión de los aprendizajes relacionados.

Recuerde que las respuestas son anónimas, y que no hay respuestas buenas ni malas, por lo que quisiéramos que fuese sincero, ya que la información que Ud. nos brinda es muy importante y valiosa para poder brindarle una información más completa y eficiente.

1. Tema del taller: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

2. En general el taller me pareció:

a) \_\_\_ Muy Bueno b) \_\_\_ Bueno c) \_\_\_ Regular d) \_\_\_ Malo

3. Lo que más me gustó del taller fue:

---

---

---

4. Hubiera cambiado:

---

---

---

5. Mi participación ha sido:

a) \_\_\_ Muy Activa b) \_\_\_ Activa c) \_\_\_ Regular d) \_\_\_ Pasiva

6. Los temas tratados en los talleres me sirven para:

---

---

---

7. Las dinámicas utilizadas y el ambiente del taller me parecieron:

---

---

---

\_\_\_ porque \_\_\_\_\_

8. Que te pareció el desempeño del facilitador, y las actividades propuestas:

a) \_\_\_ Muy Bueno b) \_\_\_ Bueno c) \_\_\_ Regular d) \_\_\_ Malo

## Anexo N° 10.: Sesión de aprendizaje “Exprimimos naranjas”

La actividad comienza cuando los niños después de lavarse las manos observan los materiales que se les presentan en la provocación: tabla de picar, cuchillo, naranjas, exprimidor, vaso, jarra y esponja para limpiar. Bajo la pregunta de motivación: *¿PODEMOS PREPARAR JUGO DE NARANJA PARA NOSOTROS?* Los niños respondieron inmediatamente y a agarraron las naranjas, las olieron y querían cortarlas y exprimirlas.



Cada uno de los niños exprime las naranjas. Esta actividad implica dos aspectos. Primero, es una actividad de motricidad fina que necesita fuerza y precisión para realizarlo. Movimientos que le servirán más adelante para manejar el lápiz correctamente, así como otros instrumentos. Por otra parte es un servicio que implica preparar el jugo para luego compartirlo con sus compañeros lo que fortalece el sentido de comunidad.



Mariano :” La naranja es dura”.  
Lía : “Y sale juguito”  
Lía : “¿La puedo probar?”



Los niños reconocen propiedades de las naranjas, las huelen, la sienten y la prueban. Sentir. Cortar



Abrir la naranja

A los niños les gusta experimentar y compartir experiencias de la vida cotidiana de la casa. Es importante que ellos trabajen con autonomía y pidan ayuda solo cuando la necesitan.



Exprimir el jugo



Verter el jugo en la jarra

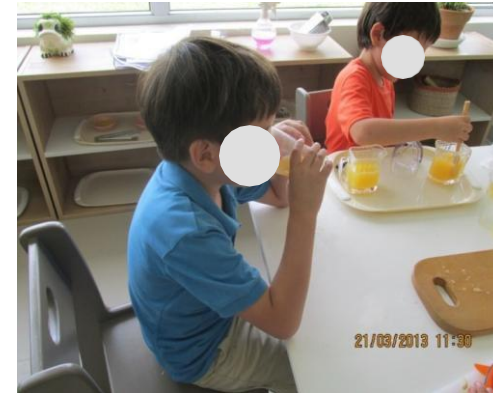


Mezclar con azúcar

Mientras los niños realizan la actividad se trabajan distintos objetivos transversales, tales como el respeto con los compañeros, esperar turnos, regulación entre ellos, hábitos de higiene y la interacción que surge entre ellos a través del contexto.



Verter



Probando el jugo.

## Anexo N° 11.: Sesión de aprendizaje “Pelamos habas”

Matías escoge el sector de vida práctica para trabajar esta mañana diciendo: “Yo pelaré las habas para llevárselas a la cocina para que la pongan en la sopa de verduras.”

Ale: “Yo quiero ayudar a los de la cocina así tienen menos trabajo, pero hay que contar ¿cuántas hay?.” Luka: “Hay muchas, en cada una hay como 4 habas entonces tendríamos que sumar de 4 en 4 y eso es muyyyyy difícil.”

Matías: “Yo cuento 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14, uyy si hay muchas ya no puedo contar.” Luka: “Habrán como 100.”

Ale: “Hay muchas, comeremos habas todos los días. Muchas habas, mucha sopa (Y ríe). Matías:” Las alverjitas son redonditas, estas tienen forma de pallares.”

Luka: “No los pallares son blancos y estos son verdes, pero los dos son semillas. Creo.”

Matías: “Cuando germinamos las semillas también habían pallares ósea que las habas son semillas”

En equipo desean ayudar a los cocineros para que cocinen más rápido.



“Hay que contar ¿cuántas hay.” Ale.



Luka: “Yo también ayudo en mi casa”.



Matias: “Tiene cáscara y es un poquito dura, lo que hay adentro ¿será una semilla?”

APRENDIZAJES:

- Motricidad fina
- Sentido comunitario de ayuda
- Cantidad
- Conteo
- Comparación
- Trabajo en equipo
- Descripción
- Análisis lógico
- Construcción de teorías

Anexo N° 12.: Mural informativo



Anexo N° 13.: Fotos sobre situaciones y procesos de aprendizaje incorporando el saber alimentario.

