

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS  
“CAPITÁN SILVERIO BLANCO NÚÑEZ”

TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN  
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

**TÍTULO:** TAREAS DOCENTES SOBRE LOS GRUPOS  
BÁSICOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES EN  
LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE  
COMERCIO

**AUTORA:** Lic. Asunción Elena Gardó Barroso

Fomento  
AÑO: 2010

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS  
“CAPITÁN SILVERIO BLANCO NÚÑEZ”

TESIS EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN  
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

**TÍTULO:** TAREAS DOCENTES SOBRE LOS GRUPOS  
BÁSICOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES EN  
LOS ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE  
COMERCIO

**AUTORA:** Lic. Asunción Elena Gardó Barroso

**TUTORA:** MSc. Beatriz Díaz Esquivel

Fomento  
AÑO: 2010

## *AGRADECIMIENTOS*

*A mis hijos, que me dan fuerzas para seguir adelante.*

*A mi Mama por darme aliento para continuar superándome.*

*A mi familia que en todo momento fue incondicional.*

*A mi esposo por darme apoyo y confiar en mí.*

*A la Revolución por ofrecerme la posibilidad de seguir superándome.*

*A mi consultante MSc Beatriz Díaz Esquivel y MSc. Katia Borroto Labrada que en el preciso momento me dieron su opinión oportuna.*

*A mis compañeros de trabajo por su valiosa contribución en el desarrollo de esta tesis.*

*En general, a todo que de una forma u otra contribuyó a la elaboración de este trabajo.*

A todos gracias

## *DEDICATORIA*

*Quiero dedicar el fruto de esta investigación a todas las personas que de una forma u otra me brindó su apoyo incondicional.*

*A mis hijos que son la razón de ser de mi vida*

*A mi Mama que en todo momento me ofreció*

*A todos mis familiares, amigos que gracias a sus consejos y sugerencias alimentaron las ansías de seguir adelante*

*Y especialmente a mi tutora, por sus sabios consejos y sugerencias, permitiéndome la materialización de esta tesis de maestría.*

## *RESUMEN*

El siguiente trabajo nos sirvió para elevar el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en los estudiantes de la especialidad de Comercio responde a una necesidad fundamental de la educación de los estudiantes de la ETP teniendo en cuenta los años que estos deben pasar en la enseñanza, en la misma se abordan temas científicos que posibilitan su fundamentación a partir del conocimiento y las dificultades que poseen los estudiantes en el aprendizaje. Estas exigencias fundamentan la realización de esta investigación que tiene como objetivo aplicar tareas docentes dirigidas al desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio. Los resultados del diagnóstico realizado, utilizando métodos del nivel teórico, empírico y estadísticos matemáticos evidencian que estos presentan limitaciones relacionadas con el desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes dentro del proceso de enseñanza aprendizaje. Con la aplicación de esta experiencia se logró elevar la asimilación de los conocimientos por lo que se pudo constatar la efectividad de las tareas docentes.

## *PENSAMIENTO.*

***“La educación ha de ir a donde va la vida. Es insensato que la educación ocupe el único tiempo de preparación que tiene el hombre, en no prepararlo. La educación ha de dar los medios de resolver los problemas que la vida ha de presentar los grandes problemas humanos son: la conservación de la existencia y el logro de los medios de hacer la grata y pacífica”.***

***José Martí***

# ÍNDICE

Introducción-----	1
Capítulo 1: Consideraciones teóricas generales relacionadas con el proceso enseñanza aprendizaje de la nutrición y su contribución al desarrollo de la educación alimentaria.	
1.1. Proceso de enseñanza aprendizaje en la asignatura Nutrición y Dietética.	11
1.2. Antecedentes de la educación alimentaria nutricional. Contenidos que tributan a la misma en las diferentes educaciones.-----	18
1.3 El curso de estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio y el programa Nutrición y Dietética. -----	23
1.3.1Caracterización psicopedagógica de los estudiantes de primer año de especialidad de Comercio. -----	27
1.4 Etapas de la actividad docente. Zona del Desarrollo Próximo (ZDP)-----	30
Capítulo 2: Diagnóstico del estado inicial, propuesta de solución y validación de los resultados obtenidos. fundamentación de las tareas docentes, sobre grupos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética.	
2.1 Diagnóstico del estado actual sobre el conocimiento de los grupos básicos de alimentos y nutrientes de primer año de la especialidad de Comercio.-----	39
2.2 Las tareas docentes. Su fundamentación. -----	46
2.3 Validación de las tareas docentes. Descripción de los resultados experimentales.-----	63
Conclusiones-----	69
Recomendaciones -----	70
Bibliografía -----	71
Anexos	

# INTRODUCCIÓN

Los alimentos constituyen una fuente importante en la vida del hombre son tan antiguos como la misma existencia de la humanidad, la nutrición mineral ha ido desarrollándose paulatinamente hasta alcanzar su desarrollo científico. Cuba hasta 1959 atravesó por una etapa de poco desarrollo en la alimentación a pesar de ser una actividad importante para el ser humano. A partir del triunfo de la Revolución Cubana se abren las posibilidades de estudio para todos y se comienza a fomentar el desarrollo sobre los conocimientos de los alimentos y la nutrición.

La alimentación natural es parte de un sistema idóneo para la adecuada nutrición ya que proporciona al organismo valiosísimos elementos nutritivos como vitaminas, minerales y enzimas imprescindibles para el mantenimiento de la salud y la prevención de muchas enfermedades.

Los alimentos constituyen un elemento fundamental para la vida. Existen alimentos y combinaciones de estos que pueden ser dañinos para la salud, otros en cambio ayudan a prevenir y curar enfermedades. La alimentación natural, además de retrasar el deterioro orgánico propio del envejecimiento y aumentar la calidad de vida de las personas puede prevenir la aparición de enfermedades, tales como cerebro vasculares, hipertensión arterial, infarto cardiaco, diabetes etc. Los alimentos que se deben consumir en mayor cantidad están las verduras, frutas que contienen vitaminas y minerales importantes en el funcionamiento de los órganos del cuerpo, estos y la nutrición son dos procesos sumamente importantes en la vida del hombre ya que ambos garantizan su crecimiento y desarrollo adecuado dentro del seno de la sociedad.

La presentación de los alimentos se efectúa mediante un proceso conciente y voluntario sobre la base de los procesos socioculturales y económicos lo que determina hábitos y aptitudes alimentarias.



El organismo humano es una perfecta armazón de muchísimas células que forman los tejidos y órganos del cuerpo y están organizados en la realización de determinadas funciones. La célula es la unidad más pequeña del organismo y continúa brindando sustancias indispensables en su funcionamiento estas sustancias se obtienen a partir de los alimentos ingeridos. Las células tienen que crecer, dividirse, sustituir o reparar otras que han sufrido daños, los nutrientes y los alimentos se emplean en las reacciones químicas que ocurren en dichos procesos, una buena alimentación permite al hombre respirar, crecer, caminar, correr y pensar, aquí está dada la interrelación netamente biológica entre la alimentación y la nutrición aunque no es la única. El ser humano se desenvuelve en un contexto social donde esta relación debe representar además un medio para alcanzar un modo de vida saludable para lograr este objetivo mediante los estudios de alimentación y nutrición se establecen normas sobre las características adecuadas en que debe llegar los alimentos al hombre, las cantidades necesarias de estos los requerimientos higiénicos que deben cumplirse entre el individuo y el alimento para una mejor asimilación.

Los factores que ejercen mayor influencia en el estado nutricional son la disponibilidad alimentaria, el consumo y los conocimientos sobre la utilización biológica de los alimentos.

La disponibilidad alimentaria depende de la política alimentaria del país, la producción, la elaboración, el clima, el transporte, el almacenamiento, los técnicos agrícolas, la fuerza de trabajo y el comercio exterior entre otros elementos.

Entre los factores de los que depende el consumo se señalan los hábitos alimentarios, el número de personas en la familia, los conocimientos alimentarios, el poder adquisitivo, la higiene y la distribución intrafamiliar.

El buen aprovechamiento de los nutrientes así como una correcta utilización biológica están subordinados al estado de salud del individuo, a los conocimientos y aplicación de estos requerimientos nutricionales para cada etapa de la vida, al agua

potable, la higiene de los alimentos, la atención médica, las condiciones de la vivienda y de los estados que condicionan pérdidas de nutrientes.

La adecuada interrelación, la disponibilidad alimentaria-consumo y utilización biológica conduce a un estado nutricional óptimo. El hombre por su esencia social posee rasgos fundamentales y particulares específicos que lo diferencian radicalmente de otros seres vivos. Esto obliga a enfocar la salud de las personas no sólo desde posiciones biológicas sino considerando las características sociales.

En el proceso de enseñanza aprendizaje de la escuela cubana actual persisten rasgos de una enseñanza tradicional, donde no se explota al máximo el potencial de desarrollo humano, contradictoriamente en una época en que las exigencias sociales han aumentado y se requiere de una enseñanza individualizada que los lleve a descubrir, crear y desarrollar capacidades para pensar. El proceso de enseñanza aprendizaje está más ligado a lo que el profesor espera que a lo que el estudiante debe lograr, no siempre se presta la debida atención a aquello que sucede en el ser humano cuando aprende en ocasiones se ha llegado a resaltar al estudiante memorístico, al que repite al pie de la letra lo que dice el profesor, el libro de texto u otra fuente de conocimiento sin importar las horas que dedique para aprenderlo de memoria. Interesa esencialmente el resultado y no la vía que utilizó, aunque pasado algún tiempo se le olvide todo lo estudiado. Lo fundamental es que rinda, no que produzca, que repita, no que aplique, el estudiante así no se estimula porque él no descubre, no crea, sino que reproduce.

Los problemas relacionados con la fijación mecánica de conocimientos en los estudiantes y las limitaciones que presentan para su aplicación tienden a acumularse de un año a otro, de un grado a otro, lo que provoca la imposibilidad de resolver con éxito las tareas docentes, originado por el planteamiento de tareas de bajo nivel de dificultad, poco motivadoras que implican débil esfuerzo intelectual y que mediante la memorización de alguna información sin verdadero significado permite al estudiante responder sin necesidad de dedicar mucho tiempo al estudio independiente, lo cual

provoca la pérdida de interés, la monotonía, lo que conduce muchas veces con el paso de los años al fracaso y la deserción escolar.

Podría preguntarse. ¿Es esto lo que la sociedad espera de la escuela cubana actual? La respuesta a esta interrogante demuestra la necesidad de profundizar en la forma de propiciar un aprendizaje más activo y duradero en nuestros estudiantes, por lo que la estimulación de las operaciones básicas del pensamiento es un reto para los docentes. En este sentido aportan un valioso sustento teórico, para las reflexiones y la propuesta de actividades, los aportes de Margarita Silvestre Bramas, y José Zilberstein Toruncha pues permiten arribar a concepciones sobre la didáctica para un aprendizaje desarrollador, por lo que el papel del profesor se redimensiona. Al respecto se plantea que *“al desarrollar en el alumno, nuevas formas que le permitan trabajar y llegar a buscar por sí mismo el conocimiento, se niegan dialécticamente las formas anteriores y a la vez se está preparando para el autoaprendizaje”*. (Zilberstein J., 1998:6)

Elevar la eficiencia del proceso docente educativo es una de las razones esenciales de los esfuerzos que se realizan por el perfeccionamiento del sistema educativo. Esa es la hermosa y formidable tarea encomendada a los profesores y para cumplirla es necesario que se preparen con esmero para dirigir la actividad de los estudiantes: única vía para lograr una enseñanza y educación cuyo producto sea el hombre que se aspira a formar.

Todo lo planteado anteriormente, ha motivado a la realización del presente trabajo, teniendo en cuenta los antecedentes teóricos y metodológicos del tema y la experiencia pedagógica de la autora con más de 20 años de trabajo en la labor docente, los resultados de los diagnósticos aplicados a los estudiantes y a la observación continua confirman la necesidad de buscar alternativas para fortalecer los conocimientos de la asignatura Nutrición y Dietética, si se pretende cumplir con eficiencia el encargo social de la formación del Técnico Medio de la especialidad de Comercio.

En el programa de Nutrición y Dietética de primer año de la especialidad de Comercio presenta un sistema de conocimientos y habilidades dirigidas a desarrollar una conducta favorable hacia grupos de alimentos y nutrientes y se plantean las exigencias metodológicas para su cumplimiento que deben concretarse en el trabajo del profesor en la clase.

A pesar de las orientaciones y el trabajo que se realiza en las clases aún existen dificultades y carencias de textos o materiales, mostrando la necesidad de documentación sobre este tema tan importante donde el estudiante debe conocer la teoría y la práctica mediante tareas docentes que los lleven a esclarecer sus dudas y vincularlo a la vida práctica y laboral.

A través de las evaluaciones sistemáticas y de la observación en clases los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio muestran insuficiencias en los conocimientos adquiridos en nutrición y dietética, al definir los grupos básicos de alimentos y nutrientes, al identificar necesidades nutricionales y valorar la importancia de los alimentos y nutrientes para el buen desarrollo nutricional.

Teniendo en consideración lo expuesto anteriormente se determina el siguiente **problema científico**: ¿Como contribuir al desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en los estudiantes de primer año de la especialidad Comercio del IPE “Jesús Luna Pérez”?

Se determinó como **objeto de investigación**: el proceso de enseñanza aprendizaje de la asignatura Nutrición y Dietética y como **campo de acción**: el conocimiento de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

En tanto se propone como **objetivo de investigación**: aplicar tareas docentes dirigidas al desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio.

Para dar cumplimiento al propósito declarado se considera necesario responder las siguientes preguntas científicas.

1. ¿Cuales son los presupuestos teóricos metodológicos que sustentan el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética.
2. ¿Cuál es el estado actual que presenta el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio?
3. ¿Qué características deben tener las tareas docentes dirigidas al desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio?
4. ¿Qué resultados se obtendrán con la aplicación de las tareas docentes encaminadas al desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio?

**Las tareas científicas** son las siguientes:

1. Determinación de los presupuestos teóricos metodológicos que sustentan el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética.
2. Constatación del estado actual del desarrollo de los conocimientos los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética para los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio.
3. Elaboración y aplicación de tareas docentes dirigidas al desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes para los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio.
4. Validación de las tareas docentes dirigidas al desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las clases de nutrición y dietética en los estudiantes de primer año en la especialidad de Comercio.

Durante el desarrollo de la investigación se emplearon diversos **métodos** teniendo en cuenta los niveles del conocimiento científico:

**Del nivel teórico:**

**Análisis y síntesis:** propició la determinación de las dificultades, potencialidades y su integración en los distintos momentos del cumplimiento de las tareas científicas, determinando el sistema de conceptos básicos de los conocimientos técnicos en los estudiantes de las Escuelas Politécnicas.

**Inducción y deducción:** permitió diagnosticar a cada estudiante, identificar la existencia de elementos comunes, en cada uno de ellos lo que posibilitó llegar a una generación del tema sobre el desarrollo de los conocimientos de grupos alimentos y nutrientes y la implementación de la propuesta.

**Enfoque de sistema:** proporcionó una orientación general para el estudio de los fenómenos educativos como una realidad integral formada por componentes que cumplen determinadas funciones y mantienen formas estables de interacción.

**Histórico y lógico:** permitió reconocer los antecedentes de desarrollo y la evolución del estudio del tema.

**Genético:** proporcionó conocer los resultados de los conocimientos alcanzados por niveles de asimilación de los estudiantes con respecto a las necesidades de la utilización de alimentos y nutrientes adecuados.

**Del nivel empírico:**

**Observación científica:** permitió constatar de forma planificada el comportamiento de los estudiantes durante el desarrollo de las clases con respecto al dominio sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes. Dicha observación se realizó sobre la base de indicadores precisos que permitieron dirigir la atención hacia aquellos aspectos que se necesitaron diagnosticar.

**Prueba pedagógica:** sirvió para diagnosticar el estado inicial y final de los conocimientos de los estudiantes sobre los grupos de alimentos y nutrientes.

**Pre-experimento:** permitió desarrollar la propuesta de tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, con el propósito de probar su validez y conformar la propuesta definitiva, derivada del análisis de los resultados obtenidos.

**Del nivel estadístico-matemático:**

**Cálculo porcentual:** se empleó para procesar la información obtenida de los instrumentos aplicados y representarlos en gráficos y tablas.

La población seleccionada es de 58 estudiantes de primer año del IPE “Jesús Lunas Pérez” del municipio de Fomento que representa el 100% de la matrícula de la especialidad de Comercio y una muestra de 32 estudiantes del grupo 1º Comercio A la cual representa el 55.2% de la población.

Los estudiantes poseen pocos conocimientos sobre el tema relacionado con los grupos básicos de alimentos y nutrientes ya que en la vida diaria desconocen como llevar una dieta equilibrada que les garantice una vida sana, además estos deben aprender a orientar a sus clientes en la adquisición de los alimentos y nutrientes, en correspondencia con los conocimientos adquiridos a través de las clases de nutrición y dietética y que les permita la toma de conciencia sobre los problemas nutricionales.

Por lo que se trabaja en la investigación con las siguientes variables:

**Variable independiente:** tareas docentes.

**Tarea docente:** “Célula básica del proceso pedagógico. Es la acción del profesor y el estudiante, que se realiza en ciertas circunstancias pedagógicas, con el fin de alcanzar un objetivo de carácter elemental, de resolver un problema planteado a los estudiantes. Se caracteriza además por ser variable, diferenciada, motivacional, integradora, flexible y socializadora”. (ISP. Santiago de Cuba. 2004).

**Variable dependiente:** Nivel de desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, a través de las clases de nutrición y dietética.

La variable dependiente se puede definir como el grado desarrollo en la adquisición de conocimientos y la disposición sobre los principales componentes de la nutrición, armonizando las relaciones entre los seres humanos y la naturaleza, propiciando un adecuado comportamiento con respecto a la alimentación nutricional.

Dimensiones	Indicadores
Cognitivo	1.1 Dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes  1.2 Dominio de las necesidades nutricionales  1.3 Dominio de la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional
Educativo	2.1 Actitudes ante los problemas nutricionales.  2.2 Comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentos y nutrientes.
Afectivo- Motivacional	3.1 Motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes  3.2 Necesidades del uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

**Novedad Científica:** radica en poder constar con tareas docentes que influya positivamente en el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes y que puedan mantener la calidad y la utilización del diagnóstico integral y el proceder didáctico en función de elevar el aprendizaje escolar y el sistema de influencias educativas para la formación integral de educandos, vinculando los procesos de enseñanza, instrucción y desarrollo de habilidades y capacidades.



La tesis se encuentra estructurada en: **introducción** que expresa las características esenciales del diseño teórico y metodológico así como otros aspectos generales relacionados con la significación de sus resultados, **dos capítulos** donde el primero aborda elementos y conceptos que fundamentan el objeto y el campo y el segundo presenta un diagnóstico inicial del problema; a partir de los resultados obtenidos en los instrumentos aplicados, las tareas docentes aplicadas, además de los resultados alcanzados con la validación de la propuesta. Además el informe presenta **conclusiones, recomendaciones, bibliografía** y un grupo de **anexos** necesarios para la comprensión del trabajo.

# CAPÍTULO I

## **CAPÍTULO 1: CONSIDERACIONES TEÓRICAS GENERALES RELACIONADAS CON EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA NUTRICIÓN Y SU CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA.**

### **1.1. Proceso de enseñanza aprendizaje en la asignatura Nutrición y Dietética**

Lo cierto es que en la actualidad, Nutrición y Dietética es una asignatura que depara muchas dificultades en el aprendizaje de los estudiantes. Esta responsabilidad en gran medida se atribuye a la falta de interés y motivación de estos, entre otros factores.

Según lo expuesto por Russel en el texto de Fitotecnia General de Roger, C (1980: 29) "...el maestro es el que tiene el poder, el estudiante es el que obedece, el maestro es el poseedor del conocimiento, el estudiante es el recipiente, no se puede esperar que el estudiante trabaje satisfactoriamente sin que el maestro lo este supervisando y chequeando continuamente".

Otros autores como P. Rico Montero y M. Silvestre Oramas (1997: 2) expresan que "...en el desarrollo del proceso, el escolar aprenderá diferentes elementos del conocimiento, nociones, conceptos, teorías, leyes que forman parte del contenido de las asignaturas y a la vez se apropiará de los procedimientos que el hombre ha adquirido para la utilización del conocimiento (...). Se adquieren asimismo como parte de este proceso habilidades que tienen que ver con la planificación, control y evaluación de la actividad de aprendizaje, contribuyendo a un comportamiento más reflexivo y regulado del alumno en la clase".

Como se refiere anteriormente y coincidentemente, todos los autores consultados expresan la función del profesor como dirigente del proceso y responsable de la actividad de aprendizaje; sin embargo, no todos les adjudican a los estudiantes una posición transformadora. Esto presupone que la actividad de enseñanza se

estructure correctamente para lograr resultados en la asimilación de los nuevos contenidos de una manera activa y creativa, para ello es necesaria la utilización de métodos que permitan aprender a aprender. Igualmente tiene que lograr que los estudiantes se sientan responsables y comprometidos con sus resultados, que comprendan que solo con su preparación consciente y sistemática pueden demostrar que han aprendido, que saben porque saben hacer, que sus estructuras cognitivas han aumentado como resultado de su aprendizaje.

Las transformaciones que en este sentido operen deben favorecer, no solo las asimilaciones de los conocimientos, sino también aspectos de la esfera volitiva y afectiva de los estudiantes, de modo que se fomenten condiciones para contribuir más efectivamente al desarrollo de la personalidad, se trata sobre todo de contribuir a despertar el interés por ocuparse con los contenidos, crear un ambiente de libertad, seguridad, confianza, responsabilidad individual y colectiva y audacia, en el cual no existen los temores al error y las inhibiciones, capaz de propiciar el trabajo independiente y creativo.

La enseñanza de la Nutrición y Dietética en la escuela cubana tiene la misión de proporcionar a los estudiantes un sistema de habilidades tanto de carácter intelectual como práctico, lo que contribuye en gran medida al fortalecimiento y formación de valores, convicciones y a la adquisición de una concepción científica del mundo.

Para iniciar el análisis del proceso histórico de la educación nutricional se comenzó a profundizar en el tema a partir del siglo XVII en esta etapa se evidencia la aplicación de un enfoque natural, conservacionista de la educación nutricional y muchos hombres de bien, organizaciones sociales y movimientos de trabajadores abogan por el bienestar social y humano para el logro de determinados objetivos que elevan los niveles de vida de la población

El desarrollo histórico de la Nutrición en Cuba antes del año 1959 era muy precaria y solo se observaba intervenciones aisladas de algunos especialistas. Es a partir de 1960 que comienza la formación de los primeros profesionales y técnicos en estas áreas. Para 1961 se crea el Departamento de nutrición en el Instituto de Higiene,

Epidemiología y Microbiología (INHEM) y, se crea la especialidad de nutrición en 1971 la cual se discontinuó en los primeros años de la década de los 80.

En 1992 se celebró en Río de Janeiro la cumbre de la Tierra donde se denunció la naturaleza contaminante de la producción de altos insumos para la conservación del planeta y se hizo un llamado para desarrollar entre otras cosas el problema mundial de la producción de alimentos. Allí estuvo presente Fidel Castro y se pronunció enérgicamente apoyando los acuerdos de los países en vías de desarrollo, enarbolando una conciencia de disminuir la contaminación ambiental, producir alimentos sanos y disminuir la carga contaminante que emana de los países más desarrollados. El derrumbe del campo socialista, trajo aparejada la caída del 85% de nuestras exportaciones e importaciones además del recio bloqueo que impone EEUU a Cuba. Con este panorama escasearon los alimentos y resultó indispensable desarrollar producciones que pudieran contribuir al mantenimiento de la salud humana con los propósitos de nuestra nación. Teniendo estos antecedentes a partir de 1994 comenzó a desarrollarse en gran escala la producción de hortalizas mediante un movimiento de popularización donde se incorporaron grandes masas del pueblo a producir alimentos en cada m<sup>2</sup> de las ciudades y pueblos utilizando al máximo los recursos territoriales.

La producción de alimentos dentro del perímetro urbano aplicando métodos intensivos propicia la estabilidad de las producciones alimentarias durante todo el año. Este movimiento comenzó con la producción de hortalizas año tras año que ha ido sumando diferentes subprogramas, por lo que la producción de hortalizas ha crecido considerablemente.

La riqueza de las hortalizas se basa fundamentalmente en su contenido de vitaminas, sales minerales y ácidos orgánicos fácilmente asimilables, aceites esenciales, etc., sustancias que juegan un rol fundamental para el desarrollo y funcionamiento del organismo humano, pues contribuyen al mejoramiento del sabor de las comidas, al aumento de la secreción de las glándulas digestivas y con todo

ello a la mejor digestión y asimilación de las demás sustancias nutritivas (Guenkov, 1980.)

Se ha encontrado recientemente que gracias al licopeno que contienen los tomates maduros, las personas que periódicamente los consumen muestran mayor resistencia física y a su vez son menos propensas a padecer de cáncer del estómago, esófago, páncreas, hígado y colon.

El profesor bioquímico indio, Asim Datta Ray, comprobó que comer un tomate diario es un método saludable para mantener el infarto a raya, debido a que sus dos pequeñas semillas amarillas poseen el p3, con fuertes propiedades anticoagulantes. “El p3 se encuentra también en la fresa, la toronja y el melón, pero en el tomate es donde es más efectiva”, dijo el científico de Calcuta (periódico Granma, 9-8-2000).

El ajo, además de sus propiedades antisépticas, balsámicas y expectorantes, se le atribuye acción sobre los sistemas cardiovascular y respiratorio. Actúa además sobre el sistema digestivo, por ser antidiarreico, antiséptico de la flora bacteriana patógena, antidiséptico y antihelmíntico. Este tiene acción antibiótica. y en pruebas realizadas se encontró que actúa de manera preventiva contra la poliomielitis. Además por ser una especie de insulina vegetal suave tiene acción hipoglicémica, además de otras propiedades ya descubiertas o por descubrir.

La cebolla por sus minerales, es muy favorable para la solidez de los huesos y la elasticidad de las arterias, facilita el trabajo cerebral y regula el sistema nervioso. Es eficaz contra el estreñimiento y la falta de apetito y por sus propiedades diuréticas contribuye a eliminar los cloruros. Se recomienda su consumo para combatir el raquitismo, afecciones de las vías respiratorias, inflamaciones, cistitis, reumatismo y obesidad, entre otros. Estudios experimentales han demostrado que una dieta que incluya cebolla puede tener un efecto favorable sobre el lipometabolismo. También sería capaz de disminuir el colesterol- uno de los factores básicos en la arterioesclerosis y con ello el nivel de cloresterina en la sangre. Similares efectos han sido encontrados en el ajo.

Según la Organización Mundial de la Alimentación a partir de 1991 se estableció una norma alimentaria para mantener la salud.

- Azúcares y grasas (Lo menos posible)
- Alimentos de origen animal (Poca cantidad)
- Granos y derivados (Cantidad suficiente)
- Verduras y frutas (Por lo menos dos raciones)
- Proporciones de alimentos crudos y cocidos

	% crudos	% cocidos
• Personas sanas	50	50
• Cualquier enfermedad	70	30
• Enfermos graves	80	20

Existen diversas formas de poder alcanzar un estado nutricional adecuado pero de un modo estable se puede lograr una buena alimentación, teniendo los nutrientes principales de cada uno de los alimentos y agrupándolos atendiendo a su función, a la cantidad de nutrientes que poseen a estos se le denominan grupos básicos de alimentación.

En Cuba se emplean tres grupos básicos de alimentación. Todos los alimentos poseen en su composición química diversas proporciones de nutrientes, bajo esta categoría están las proteínas (animal y vegetal), las grasas (animal y vegetal), hidratos de carbono (compuestos y simples), las vitaminas (liposolubles e hidrosolubles), los minerales y el agua.

Las proteínas constituyen el material plástico del organismo (todos los órganos y tejidos salvo el óseo) .Y son indispensables para el crecimiento, además forman y reparan todo el material plástico del organismo.

Cada gramo de proteína aporta 4 k cal al organismo.

Los alimentos energéticos, como lo indica su nombre son fundamentalmente proveedores de energía.

Los hidratos de carbono son nutrientes necesarios para la estructura y funcionamiento celular. Aparecen en forma compleja (almidón, celulosa) no obstante el organismo tiene una pequeña reserva de hidratos de carbono en forma de glicógeno (almidón animal). Las mayores cantidades de hidratos de carbono son convertidas y almacenadas como grasas.

### GRUPOS BÁSICOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES

GRUPOS	NUTRIENTES	ALIMENTOS
Constructores y Reparadores	Proteína de origen vegetal Y animal	Carnes, vísceras, huevos Fabáceas, pescados, Mariscos, nueces y almendras
Energéticos	Hidratos de carbono Grasas	Harina (Pan, pastas, etc) Dulces, cereales, azúcares, mieles, viandas, manteca, mantequilla, grasa de pescado y aceites
Reguladores	Vitaminas Liposolubles (A,D,E,K) E Hidrosolubles (C, complejo B,) Ácido fólico Minerales (Fe, Ca, Zn y P)	Vegetales verdes y amarillos, frutas, carnes, pescado, huevo, frijoles y otros

La inadecuada ingestión de azúcares conduce a resultados desfavorables por ejemplo caries dentales. Existe un grupo de hidratos de carbono complejos no digeribles por enzimas del sistema digestivo conocido como fibra dietética, la que tiene gran importancia para la salud pues previene enfermedades tales como: cáncer de colón, enfermedades de la vesícula biliar y colesterol elevado. Las grasas proporcionan gran cantidad de energía y constituyen el principal material de reserva

recubren y protegen diferentes órganos y sirven de vehículo a las vitaminas liposolubles(A, D, E y K) .No deben ingerirse en exceso las de origen animal por su alto contenido de ácidos grasos saturados así como por la relación entre estos y el colesterol ; por el contrario, los aceites excepto de coco y el de palma contienen ácidos grasos no saturados que tienen efecto beneficioso a la salud pues contribuyen a disminuir el colesterol.

Cada día se aprecia más el nexo entre una nutrición equilibrada o balanceada y los estudios nutricionales han estado dirigidos durante mucho tiempo a investigar la relación de los alimentos con los seres vivos. Se han establecido así los requerimientos de nutrientes para el hombre y las enfermedades que se producen por una dieta desequilibrada, ya sea por la ingestión deficiente o excesiva de algunos nutrientes. En los últimos años han surgido nuevos conceptos en el campo de la nutrición humana.

A partir de las evidencias obtenidas en estudios nutricionales, se demuestra que el papel de la dieta va más allá del aporte de los nutrientes indispensables, incluyendo el que desempeñan otras sustancias que sin ser consideradas como nutrientes ejercen un efecto beneficioso para la salud.

Los hidratos de carbono generalmente como azúcares son compuestos orgánicos más abundantes en la naturaleza, la mayoría de ellos proceden de las plantas y solo unos cuantos son de origen animal. Algunos de los hidratos de carbono tienen un sabor dulce, mientras que otros carecen de él. Entre los hidratos de carbono o azúcares dulces podemos mencionar la glucosa que se encuentra en los jugos de frutas, y el más dulce de todos los azúcares naturales la fructuosa, que se encuentra en la miel de abeja. Como ejemplo de hidratos de carbono que no tienen sabor dulce están el almidón y la celulosa.

Proteínas: Son compuestos orgánicos complejos cuya estructura básica es una cadena de aminoácidos que contienen carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno. La Proteína es el principal componente de los músculos, los órganos y las glándulas .Cada célula viva y todos los fluidos corporales excepto la bilis y la orina contienen



proteína. Las células de los músculos, los tendones y los ligamentos se mantienen con proteínas.

Las grasas o lípidos son una serie de compuestos solubles en determinados disolventes, orgánicos e insolubles en el agua, por lo que debe modificarse físicamente para ser absorbidos por la red del intestino.

Los lípidos de origen animal terrestre (Son sólidos a temperatura ambiente y se conocen como mantecas). Los ácidos grasos saturados, de origen animal(a excepción del pescado) y los de origen vegetal derivados de los aceites de palma y coco elevan de forma significativa los niveles de colesterol.

Todos los alimentos de origen animal contienen colesterol, en cambio los de origen vegetal no lo contienen. Las vitaminas fueron descubiertas por causa de enfermedades, debido a carencias en la dieta.

Las vitaminas son compuestos orgánicos esenciales en el crecimiento, se transportan por el sistema circulatorio y actúan en dosis mínimas. En la mayoría de los casos deben ser suministradas en la dieta diaria.

Acompañado de las vitaminas en los alimentos se encuentran otros elementos de igual importancia para la salud, los minerales. En un inicio estos no fueron objeto de interés científico ya que se les consideraba contaminante de los alimentos, pero en la actualidad se conoce que son esenciales para el crecimiento y desarrollo normal del organismo.

## **1.2. Antecedentes de la educación alimentaria nutricional. Contenidos que tributan a la misma en las diferentes educaciones.**

Desde el surgimiento de las primeras escuelas en Cuba hasta el triunfo de la Revolución insignes pedagogos cubanos como José Agustín Caballero y Rodríguez, Félix Varela y Morales, José de la Luz y Caballero. Nuestro héroe nacional José Martí, Enrique José Varona y otros se refirieron a la relación hombre medio

alimentación y destacaron la influencia de esta relación en el desarrollo del propio hombre y la sociedad.

José Agustín Caballero y Rodríguez. (1762-1835), contribuyó con sus ideas educacionales en Cuba a un primer paso trascendental en el camino de la búsqueda de un pensamiento educativo propio. Hizo alusión al método de enseñanza que debe ser constante y verdadero para que conduzca al único medio de estudiar la naturaleza no adivinando sus secretos sino interrogándola con observaciones continuas y bien meditadas para obligar a la naturaleza a descubrir sus secretos.

Félix Varela y Morales (1788-1853) fue un sacerdote que desarrollo un sólido pensamiento educativo que derivó de su filiación filosófica aunque no llegó a conferirle estatus de ciencia independiente. Trató ampliamente las relaciones entre Dios, la naturaleza y el hombre, pero de una manera diferente, a como lo hacia los escolásticos ,precisamente con un sentido moderno .El método didáctico empleado por Varela entre uno de sus caminos planteaba iniciar el estudio de la naturaleza y de la sociedad mediante la observación la experimentación y los conocimientos empíricos que eran necesariamente ampliados y profundizados dadas las posibilidades intelectuales que ya alcanzaban los estudiantes .

José de la Luz y Caballero (1800-1862). Fue un pedagogo muy coherente, acorde con la estrategia que consideraba debía seguirse para que la educación pudiera cumplir con el fin propuesto .Uno de los aspectos más relevantes de dichas concepciones en materia educativa era el carácter práctico que debía tener la educación sin caer utilitarismo posibilista. En la educación una tarea eminentemente práctica. Todo en ella ha de tener constante y directa aplicación a los usos de la vida .La práctica, todo en ella ha de tener una constante y directa aplicación a los usos de la vida. La práctica en su más alta significación no empirismo vulgar de algunos sino el profundo conocimiento científico del hombre y la sociedad que constituye uno de sus principales elementos.

José Martí y Pérez (1853-1895) en la mayoría de sus obras hace descripción de la naturaleza con una concepción científica se acerca a nuestros tiempos al analizar en

alguna de sus obras que la estructura y función de la naturaleza están íntimamente relacionadas con la especie humana.

En la obra José Martí y el equilibrio del mundo sobre la educación científica señalan que José Martí expresa que se pide urgentemente la educación científica” Qué se trueque el escolástico en científico. El espíritu de la educación que en los cursos de enseñanza pública sean preparados y graduados de manera que desde la enseñanza primaria hasta la final y titular, la educación pública vaya desarrollando, sin merma de los elementos espirituales todos aquellos que se requieren para la aplicación inmediata de la fuerza del hombre a los de la naturaleza. Divorciar al hombre de la tierra es un atentado es un atentado monstruoso y eso es meramente escolástico .Es divorcio alas plantas, naturaleza a los hombres .El conocimiento de la naturaleza Centro de Estudios Martianos (2002:121).

El héroe nacional en la anterior cita expresa como la educación debe estar vinculada con todos los procesos de la naturaleza, viéndose la relación con la educación nutricional alimentaria que hoy llevamos a efecto a nuestras escuelas.

José Martí en todas sus obras hace una perfecta descripción de la naturaleza del lugar que allí se expresa en la naturaleza de sus escritos .Su primera referencia a un accidente geográfico se encuentra en la carta de madre cuando tenía menos de 10 años fechada en La Habana octubre 23 de 1862, habla en ella sobre el río que cruzaba por la finca donde vivía.

El amor y fascinación sentido por Martí sobresalen también en toda su poesía que se aprecia también en versos sencillos donde reafirma su cubana plena para identificar a Cuba con la palma .Utiliza componentes de la naturaleza como las plantas, bosques, montaña y aire

Enrique José Varona (1849-1933) dijo que toda teoría educativa debía tener como brújula orientadora una filosofía de la educación, resultó evidente que la vertiente. científicista del positivismo, que profesó ampliamente de concepción general del mundo y la sociedad que posee cada pueblo depende su sistema de enseñanza.

El individuo tiene que adoptar, ajustar su posible desarrollo premisas biológicas y sobre todo al entorno natural y social en que planteó que la enseñanza debe ser eminentemente práctica y científica.

Después del triunfo de la Revolución se han destacado numerosos educadores y personalidades entre las que se destacan Margarita Mc Pherson Sayús, Orestes Valdés, Francisco Fernández, Martha Rodríguez Pérez.

En la primaria de primero a cuarto grado se estudia. El mundo en que vivimos donde los estudiantes son capaces de identificar y comparar plantas y animales, resaltando lo importante de preservarlos y no causarle daño alguno. Este curso permite a los estudiantes desarrollar conceptos básicos de los fenómenos que se producen en la naturaleza.

En cuarto grado dominan una serie de conceptos que le permiten comprender las relaciones entre los seres vivos y la naturaleza e introducen conceptos de la diversidad de los seres vivos y tratan algunos aspectos ecológicos por último los estudiantes llegan a conocer las funciones de los diferentes órganos de los sistemas que constituyen al organismo humano. Los conocimientos de la naturaleza que los estudiantes adquieren tienen una gran importancia dada a su aplicación constante en la vida diaria.

En quinto y sexto grado reciben ciencias naturales donde se introduce algunos conceptos evolutivos y otros conceptos básicos de la biología-la nutrición y la alimentación y las relaciones que se establecen entre los productores consumidores y descomponedores en una cadena de alimentación entre otros que se utilizan luego en otras disciplinas en la enseñanza media. En sexto grado como parte de la unidad diversidad de los seres vivos se imparten algunos elementos de educación alimentaria nutricional.

En secundaria básica y la ETP ya los estudiantes han asimilado una serie de conocimientos de nutrición y alimentación importantes relacionados con la unidad y diversidad de los organismos, el origen de la vida, factores de la nutrición y

características más sobresalientes de cuatro de los cinco reinos; móneras, protistas, hongos, plantas y animales, así como la necesidad de su protección

Los contenidos que se relacionan con la educación nutricional para la salud se expresan en la sistematización con las diferentes unidades del programa, tal es el caso al destacar la importancia de cada grupo de animales como alimento para el hombre, la necesidad de mantener una adecuada higiene de los alimentos para evitar la propagación de enfermedades y también se destaca las enfermedades transmitidas por animales así como su adecuado control.

Un componente importante son los objetivos de cada unidad, no obstante éstos pueden ser seleccionados y reelaborados según demande el marco contextual. Una vez terminados los temas y cumplidos todos los requerimientos o ideas rectoras programadas por el ministerio de educación el estudiante estará en condiciones de incorporarse a la vida laboral.

La asignatura de Nutrición y Dietética debe contribuir a crear una conciencia sobre la educación alimentaria nutricional además de promover la formación de habilidades, de independencia y responsabilidad ante esta basada en los grupos básicos de alimentos y nutrientes Es precisamente la clase un espacio excepcional para lograr tales propósitos dada la sistematicidad de esta forma de organizar el proceso docente-educativo. Por otra parte en las clases de nutrición y dietética al estudiar los aspectos relacionados con la nutrición se pueden formar y desarrollar los conocimientos necesarios para comprender la necesidad de proteger la naturaleza y poder defender la educación nutricional.

Los temas nutricionales tratados en las clases son una fuente rica de contenido para desarrollar en los estudiantes la instrucción del pensamiento y la educación de los sentimientos. Es obvio que la asimilación de los contenidos nutricionales permite desarrollar la capacidad de aprender dados los rápidos y profundos cambios ocurridos generados en la educación nutricional por el progreso científico técnico, las nuevas formas de la actividad económica-social lo que promueve a la necesidad de ascender a la información y apetencia del saber.

El tratamiento de los contenidos nutricionales posibilitan al mismo tiempo adquirir competencia para enfrentar las situaciones y problemas alimentarios nutricionales que se plantean a través de las tareas docentes en el trabajo de equipo lo que nos habla de la necesidad de aprender y hacer teniendo en cuenta que el progreso de las sociedad depende de la creatividad y la capacidad de innovación de cada individuo .Las tareas dirigidas al control deben cumplir una serie de requisitos entre los que se encuentran dirigirse al individuo y no en general a los escolares, plantear situaciones tomadas de las preguntas lógicamente relacionadas, presentar aspectos contradictorios problemáticos que exijan la toma de decisiones y la demostración de su justeza, crear situaciones de debate, discusiones y utilizar para su solución tareas docentes son indicadores de la asimilación de ideas cosmovisivas sobre la relación naturaleza-sociedad.

### **1.3 El curso de estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio y el programa Nutrición y Dietética.**

El adolescente es un sujeto activo e independiente capaz de tomar por si mismo decisiones en su vida personal , posiciones que transporta generalmente a la actividad cognoscitiva en el proceso de aprendizaje y que el personal docente debe conocer al preparar sus clases para que al conducir el proceso con sus estudiantes, facilite métodos y procedimientos que contribuyan a una enseñanza y un aprendizaje desarrolladores los cuales coloquen al estudiante en un rol activo ,crítico ,reflexivo ,productivo, comunicativo y colaborador ,implicando con su proyecto de vida para lograr una formación cultural integral como aspira nuestra sociedad y en el cual el docente en su papel facilitador, aproveche todos los medios que tiene a su disposición

Un análisis de lo que ocurre en otras latitudes permite asegurar que el acceso al aprendizaje sigue siendo difícil para los adolescentes con un menor nivel de educación. Los profesores en su conjunto deben trabajar con ímpetu para erradicar pequeñas barreras que existen en el aprendizaje y se originan por la falta de motivación y de preocupación de algunos estudiantes. El bajo nivel de participación

obedece así mismo a la baja calidad de la enseñanza impartida, así como a la falta de cursos de forma general y adecuadamente diseñados que satisfagan las necesidades de los estudiantes, por solo citar un ejemplo y durante los últimos cinco años los estados miembros junto con la comisión europea y los factores sociales han trabajado arduamente para reformar sus sistemas de educación y formación .Europa ha progresado considerablemente pero falta mucho por hacer sobre todo ,el nivel de participación de los estudiantes en el aprendizaje formal y no formal resulta alarmante bajo, pues corresponde a alrededor del 10% de la población activa entre 16 y 64 años de edad sin duda queda todavía un largo camino por recorrer si deseamos alcanzar el parámetro estadounidense de 12,5(de por si bastante bajo).

Para el año 2010 solo 6 países de la Unión Europea superan esta cita en la actualidad. La tasa para Alemania es de 6% y en muchos países el índice de participación es del 5 % ó inferior.

Todo lo contrario ocurre en Cuba donde una de las primeras medidas tomadas después del triunfo revolucionario fue la de alfabetizar a todo el pueblo a partir de entonces e ministerio de educación trabaja en planes de asegurar la superación de todos los cubanos primero la batalla por el sexto grado, después por el noveno grado y más tarde por el grado doce, para de esta manera elevar la cultura general integral de todo el pueblo.

Para el logro de estos objetivos se han creado escuelas para todos los estudiantes y trabajadores en todo el país, en las ciudades y en los campos por distantes que se encuentren dando facilidades entre las que podemos mencionar los exámenes libres, educación de obreros y campesinos, institutos politécnicos, la facultad con cursos regulares y dirigidos, centros de computación etc. En el año 1961 se crean los Institutos politécnicos, para vincular el estudio y el trabajo. Dentro de los IPE se estudia la especialidad de Comercio y en esta se incluye el estudio de la asignatura de Nutrición y Dietética la que se imparte en primer año es una asignatura básica de la especialidad con tres frecuencias semanales.

Las temáticas que se abordan son contenidos esenciales de Nutrición y Dietética y éstos deben desarrollarse contextualizándose a las características y necesidades de los estudiantes y su entorno, tomándose como punto de partida el resultado del diagnóstico sistemático que aplica el profesor de manera que las actividades que se realicen contribuyan a transformar su modo de actuación en relación con la nutrición y los alimentos. Como puede apreciarse la asignatura de Nutrición y Dietética presenta amplias posibilidades para la educación nutricional debido a la esencia misma de esta disciplina que integran los aspectos naturales y socioeconómicos en sentido general. En la literatura iberoamericana, incluida la de Cuba en las didácticas se generaliza el empleo del proceso de enseñanza aprendizaje reconociendo su carácter profesoral, formándose y desarrollándose en la actividad y en la comunicación en tanto la enseñanza y el aprendizaje constituyen un conjunto dinámico y complejo de actividad y diálogo profesor estudiante lo cual no podría entenderse sin tener en cuenta su desarrollo, su dinámica interna, movimiento progresivo que dimana de su lógica y dinámica internas pero en respuesta al encargo social que le confiere la sociedad (Álvarez de Zayas, C. 1999: 22).

El análisis de los diferentes componentes del proceso de enseñanza aprendizaje de la nutrición conlleva a responder varias interrogantes de gran importancia para el profesor entre ellas tres que deben ser consideradas con igual nivel de significación pedagógica ¿ Para qué enseñar y aprender nutrición y dietética?(Objetivos) ¿Qué enseñar y aprender? (Contenido)¿Cómo enseñar y aprender?(Los métodos)

No bastan las respuestas a estas preguntas para la planificación correcta del trabajo docente el profesor de Nutrición y Dietética necesita plantearse nuevos problemas ¿Cómo establecer el vínculo entre los componentes didácticos de l proceso de enseñanza aprendizaje teniendo en cuenta las particularidades de los estudiantes y el nivel de preparación del profesor y las condiciones materiales del departamento?. ¿Cómo organizar la relación profesor-.estudiante?

La enseñanza de la nutrición en la escuela moderna ofrece a los estudiantes un sistema de conocimientos estructurados de forma tal que refleje los fundamentos



básicos de las ciencias nutricionales alimenticias sobre la base de los cuales se forma la concepción científica del mundo ,se desarrollan los hábitos y habilidades para el trabajo nutricional ,se educan los valores positivos de la personalidad de los estudiantes por lo que resulta de gran importancia la organización de dicho proceso función de lograr los objetivos formativos propuestos .

La disciplina nutricional exige la organización de la actividad docente educativa de los estudiantes bajo la dirección del profesor teniendo en cuenta las características del contenido, las particularidades de los estudiantes y las condiciones materiales existentes en el centro. En la didáctica de la nutricionalas formas de organización de la enseñanza constituyen el marco organizativo exterior en que se establecen las relaciones entre el profesor y los educandos

## ACTIVIDAD PRÁCTICA



TAREAS DOCENTES ► LA CLASE ► TRABAJO EXTRACLASE

Un lugar importante de la actividad del profesor de Nutrición y Dietética lo ocupa su auto preparación para la clase conocida también como planeación docente, la cual en su conjunto representa la preparación de la asignatura. En la preparación de la clase se refleja el arte y la ciencia, la manera del profesor de expresarse y su maestría para revelar el dominio.

El programa de Nutrición y Dietética para los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio comienza con una visión panorámica de una concepción sobre los elementos básicos de la nutrición humana y una adecuada cultura de la dieta puesto en función de la calidad del servicio .La asignatura aborda los temas relacionados con la nutrición humana en el mundo actual, los grupos de alimentos y dietas y las necesidades nutricionales del hombre. Para facilitar su estudio se distribuye durante todo el curso para garantizar su comprensión, además se estudia la malnutrición y enfermedades carenciales, la nutrición en las diferentes etapas de la

vida, así como la alimentación dietética y profiláctica, valor nutritivo de los alimentos y la evaluación nutricional de dietas .El contenido demostrará su veracidad con el estudio de las evidencias nutricionales muy importante para el hombre. Con el estudio de la nutrición humana se profundizará en gran medida en la alimentación del hombre que debe ser balanceada y por tanto se podrá hacer una ejercitación variada y suficiente de la nutrición y alimentación como se aprecia el curso esta bien estructurado por lo que no se debe esperar la última unidad para darle tratamiento q los problemas fundamentales que es la evaluación nutricional.

La enseñanza de la nutrición es propicia para las relaciones interdisciplinarias dándole una salida coherente a los diferentes ejes transversales, contribuyendo a la formación de una personalidad integral, en los estudiantes de las presentes y futuras generaciones.

### **1.3.1 Caracterización psicopedagógica de los estudiantes de primer año de especialidad de Comercio.**

"Los hombres crecen físicamente de una manera visible, crecen cuando aprenden algo, cuando entran a poseer algo, y cuando han hecho algún bien" (Martí, J 1992,8:289)

En las palabras de Martí se patentiza la importancia de la educación para el ser humano, Martí plantea: "La enseñanza ¿quién no lo sabe? Es ante todo una obra de infinito amor".

Las reformas sólo son fecundadas cuando penetran en el espíritu de los pueblos y resbalan por sobre ellos como la arena seca sobre las rocas inclinadas, cuando la rudeza, sensualidad o egoísmo del alma pública resisten el influjo mejorador de las prácticas que solo acata en forma y nombre.

El estudiante de la educación ETP, es un sujeto que debe estudiar de forma independiente y desarrollar sus actividades de manera independiente capaz de tomar por si mismo decisiones en su vida personal posición que transporta, generalmente a

la actividad cognoscitiva, en el proceso de aprendizaje y que el personal docente debe conocer al preparar sus clases y que al conducir el proceso con sus estudiantes ,facilite métodos y procedimientos que contribuyan a una enseñanza y un aprendizaje desarrollador , los cuales coloquen al estudiante en un rol independiente reflexivo, productivo y comunicativo, implicando con su proyecto de vida para lograr una formación cultural integral como aspira nuestra sociedad y en la cual el docente en su en los medios audiovisuales y formativos

El estudiante de ETP se relaciona estrechamente con la solución de los problemas de su vida el proceso laboral y social, pues el adulto valora la enseñanza recibida según su situación concreta necesidades y aspiraciones personales. En la etapa de la adolescencia, se alcanza una mayor estabilidad de los motivos, intereses, puntos de vista propios de manera tal que los estudiantes se van haciendo más conciente de su propia experiencia y de quienes lo circundan tiene lugar así la formación de convicciones morales que el adolescente experimenta como algo personal y que entran a formar parte de su concepción moral del mundo.

Uno de los objetivos principales de la Revolución es la educación de las nuevas generaciones y particularmente incorporar a las aulas a los estudiantes, con una orientación vocacional que les interese los contenidos de Comercio para de esta forma inmediata actúan sobre el nivel de comprometimiento e ideales sobre el nivel de comprometimiento e ideales conservacionistas contribuir a la ética comercial creando hombres de bien que se incorporen a la sociedad a través del Comercio para asegurar la alimentación y bienestar de la sociedad con valores patrióticos ,morales laborales y de esta forma sepan valorar con una actitud positiva los problemas que enfrenta el país , de ahí que una de las grandes preocupaciones de la alta dirección del estado sea encauzar el destino de los estudiantes a la sociedad en correspondencia con las necesidades e intereses de ésta mediante el fortalecimiento de los valores humanos , universales por ejemplo ,la honestidad, la responsabilidad, la laboriosidad, el patriotismo, el amor al estudio, a la naturaleza de donde salen los alimentos y nutrientes que el hombre necesita para la vida .

En este sentido la influencia de los educadores puede resultar muy importante y se logra promoviendo conversaciones y discusiones aconsejándolos con inteligencia, con tacto, respeto, ternura, y amor.

La visión de futuro cuando se presentan conflictos y dificultades es preciso partir de la relación afectiva en que se encuentran los estudiantes en estos momentos, llegar a ellos y comprenderlos para poder entonces orientarlos y encauzarlos sin que se sientan censurados y criticados, lo que implicara un acercamiento del docente .

Es importante que con este análisis el adolescente alcance cierto grado de autoestima de aceptación de su personalidad a lo cual pueden contribuir los profesores ,organizaciones políticas y de masas de la comunidad así como los trabajadores sociales, padres y profesores , las organizaciones de estudiantes en sus relaciones con él y sobre todo en las valoraciones que hacen de él. El estudiante necesita ayuda, comprensión, pero también busca autonomía decisión propia y debe permitírsele que trabaje de manera independiente.

Las características del estudiante de ETP son las siguientes:

- Adolescentes con aspiraciones futuras de alcanzar el doce grado.
- Son activos y estudiosos.
- Se vinculan a las actividades laborales durante la etapa de escuela al campo.
- Durante su empeño docente desarrollan tareas extractases extradocente, trabajos prácticos, y tareas docentes.
- Su empeño mayor es llegar a alcanzar el título de técnicos bachiller en la especialidad de comercio.

Los profesores le inculcamos el amor al estudio, al trabajo para que logren una correcta formación general integral como lo desea la Revolución, con convicciones patrióticas .La sociedad cubana está inmersa en la batalla de ideas con el propósito de que en los primeros diez años de este siglo todo el pueblo alcance una cultura general integral en la que se plantea enormes desafíos

El sistema nacional de educación protagoniza una profunda Revolución educacional que se despliega a través de numerosos programas dirigidos a asegurar a todos los ciudadanos aprendizajes de calidad durante toda la vida. Esta labor educacional se sustenta en los resultados de la investigación científica, en particular concebida desde la reflexión crítica de la práctica escolar se extiende la investigación educativa con el proceso dialéctico de construcción del conocimiento científico multidisciplinar acerca de la realidad educativa, conciente, orientadora y reguladora por el método científico .

#### **1.4 Etapas de la actividad docente. Zona del Desarrollo Próximo (ZDP)**

L.S Vigotsky plantea un aspecto importante, se refiere al desarrollo del proceso natural común al hombre y los animales que incluye aspectos de maduración fisiológica superiores a la especie humana a través de instrumentos especialmente al lenguaje y al trabajo.

Definió como la distancia entre el nivel real de desarrollo determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema. Escribió acerca del aprendizaje y se convierte en el proceso de apropiación de la cultura.

Destaca que la fuente principal de desarrollo psíquico es la interiorización de elementos culturales, como son las herramientas materiales o técnicas y principalmente los símbolos o signos: el lenguaje, los símbolos matemáticos entre otros.

Además plantea que para establecer una relación entre el desarrollo del estudiante y conocimientos, hay que considerar dos niveles de desarrollo: el desarrollo actual y el desarrollo potencial, este último conocido como zona de desarrollo próximo (ZDP), definida por Vigotsky (1978: 86) como: "...la distancia entre el nivel de desarrollo actual determinado por la capacidad para resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con compañeros más capaces"

Obsérvese que en esta definición de la ZDP, el énfasis está en la ayuda proveniente de una persona experta. De los planteamientos hechos por el destacado psicólogo se concluye además, que el entorno social en el cual el educando tiene contacto con conceptos nuevos es determinante. En el campo de la formación del Bachiller Técnico Comercio los resultados de Vigotsky tienen una importante aplicación en el aprendizaje razonado y lógico.

Esta concepción permite analizar la importancia de propiciar en la práctica pedagógica las condiciones para que el aprendizaje se produzca, a través de la concepción y organización del proceso, de forma tal que el educando, en determinadas condiciones (sistema de relaciones, tipo de actividad) pueda, mediante la colaboración con el docente y otros estudiantes, llegar a un dominio independiente de las acciones que ejecuta.

La formación y desarrollo del conocimiento aparece, primero en la interacción con otras personas (plano ínter psicológico) y después en el interior del propio sujeto (plano intrapsicológico).

Este cuadro del desarrollo humano que nos ofrece el enfoque histórico cultural se comprende mucho con las finalidades de una educación en valores sociales y humanista que con una educación pragmática y tecnicista. El desarrollo humano logra su cometido con el enriquecimiento cultural y este se logra a través de la reproducción creativa que el sujeto haga del patrimonio legado por la cultura y que se exprese en una obra original.

Siguiendo a Vigotsky, se reconoce que una educación desarrolladora es la que conduce al desarrollo va delante de el-guiando, orientando, estimulando .es también aquella que tiene en cuenta el desarrollo actual, para ampliar continuamente los límites de la ZDP y los progresivos niveles de desarrollo del sujeto. Es que promueve y potencia el aprendizaje desarrollador

En las últimas décadas como resultado del perfeccionamiento continuo de la educación, de las demandas sociales a la práctica educativa escolar y a la

construcción teórica que se lleva a cabo en las ciencias pedagógicas se han producido en nuestro país una profunda reconceptualización del vínculo entre los procesos de la enseñanza aprendizaje y desarrollo, enfatizándose en el carácter socializador, formativo y desarrollador del proceso de enseñanza-aprendizaje.

El aprendizaje es un proceso dialéctico de apropiación de los contenidos y la forma de conocer, hacer, convivir y ser, construidos en la experiencia socio histórica en la que se produce en el sujeto como resultado de su actividad y de su interacción con otras personas cambios relativamente duraderos y generalizables que le permitan adaptarse a la realidad, transformarla y crecer.

En el grupo, durante la comunicación con las otras personas se desarrollan el autoconocimiento, el compromiso y la responsabilidad (individual y social) elevan su capacidad para reflexionar divergente y creadoramente, para la evaluación crítica y autocrítica para solucionar problemas y tomar decisiones. El papel protagónico y activo de la persona no niega, en resumen la medición social.

Aprender es la condición más importante para la vida humana y representa uno de los más complejos fenómenos de nuestra existencia, se trata de un proceso dialéctico de cambio, a través del cual cada persona se apropia de la cultura socialmente construida y tiene una naturaleza multiforme diversa.

Pensemos un momento en las clases de aprendizaje que tienen lugar en el curso de la vida, aprendemos a andar, hablar, a recordar hechos, a interpretar.

Aprendemos lo que conviene comer, a lo se debe temer, a lo que es preciso evitar, aprendemos conceptos significativos y hábitos nuevos. También aprendemos a conocer signos, claves y símbolos adquirimos gradualmente nuestros rasgos y orientaciones de la personalidad y desarrollamos una conciencia personal guiadora y una filosofía más o menos completa. Incluso aprendemos a dominar el propio carácter plural y multifacético del aprendizaje, explica la diversidad de teorías, concepciones y enfoques que se proponen para su comprensión. Ciertamente la riqueza de perspectivas unas veces antagónicas y otras complementarias en el

abordaje del aprendizaje ,así como la ausencia de una teoría unificadora guardan estrecha relación con el infinito, abanico de las posiciones que se sustentan acerca del ser humano, de la realidad, del proceso de construcción del conocimiento del mundo. Están aquí en juego explícitamente los factores de la subjetividad individual y social manifestados en las obsesiones filosóficas, ideológicas y metodológicas que defiende cada científico.

Pero al mismo tiempo no puede obviarse el hecho incuestionable de que se existan como se ha señalado múltiples tipos de aprendizajes y que las distintas teorías tienden a abordar facetas muy específicas o parciales de éstas .En no pocos casos las aproximaciones resultan unilaterales cuando pretenden generalizar los correspondientes modelos a todas las posibles situaciones de aprendizaje.

Por ejemplo uno de los principios básicos de las aproximaciones conductistas que serán analizadas en el curso a la problemática de la naturaleza del aprendizaje lo constituye la equipotencialidad de estímulos de especies e individuos.

Se entiende que aprender es un proceso general de establecimiento de asociaciones cuyas leyes son validas universalmente con independencia del tipo de contenido que se aprende (hábitos, conceptos, teorías, hechos, conductas, valores, sentimientos, etc.). El problema radica en que se dogmatiza desde una teoría y se cae en un reduccionismo que puede ser mecanicista asociacionista según se constata en el ejemplo antes expuesto pero que también esta presente en otras escuelas un enfoque dialéctico y humanista del proceso de enseñanza y aprendizaje centrado en el desarrollo integral de la personalidad, considerando la unidad de lo afectivo y lo cognitivo y de lo instructivo y lo educativo.

De estos fundamentos se deriva una serie de exigencias y principios psicopedagógicos de un proceso de enseñanza aprendizaje desarrollador, como una vía mediatizada esencial para la apropiación de conocimientos, habilidades, normas de relación emocional de comportamientos y valores legados por la humanidad que se expresan en el contenido de la enseñanza en estrecho vínculo con el resto de las actividades docentes y extradocentes. Está explícito de un modo



especial de entender la complejidad y diversidad del proceso de enseñanza y aprendizaje. Si todo acto de aprendizaje es una construcción ¿Están implicados siempre los mismos procesos constructivos? ¿O dicho de forma más cruda generando una conducta supersticiosa los bebés que sonrían a un boceto de rostro humano, los niños que elaboran sus propias mentiras, los esforzados adolescentes intentando descifrar porque caen las cosas y que opinaba Newton, al respecto y cualquiera de nosotros aprendiendo un número de teléfono estamos usando los mismos procesos psicológicos para construir esos conocimientos? ¿Cabe decir que todos ellos son procesos constructivos o que lo son en la misma medida?

El estudio del aprendizaje significativo resaltó las dificultades prevalecientes en la comprensión de la naturaleza del aprendizaje se deben en gran medida a que los psicólogos traten de incluir los variados tipos y modalidades cualitativamente singulares en un único modelo conceptual suponiendo que el mecanismo del aprendizaje debe ser idéntico en todos los casos con independencia de que se aprende en realidad, existen muchas clases de aprendizajes o cambios ; todo cambio no es idéntico a otro en cada caso están comprendidos procesos y funciones distintas por lo que se alcanzan resultados también diversos por lo tanto la idea de que todas las teorías tienen su grado racional ha sido confirmada en mayor o menor medida en algún ámbito específico aunque pueda haber sido refutada en otras como plantea Bruner es difícil que una teoría sea totalmente errónea y no tenga propuestas de acción razonable Sin embargo de cara a la diversidad de perspectivas surge el imperativo de tomar posición (entendida como elección ajena a todo dogmatismo reduccionista) y de encontrar criterios para la sistematización y categorización de las distintas propuestas teóricas en consonancia con los marcos de partida adoptados, por ejemplo, el criterio sistematizador sobre el cual puede llevarse a cabo la clasificación de las concepciones sobre el aprendizaje, es la concepción intrínseca acerca del fenómeno .Caracteriza dos grandes grupos de concepciones que se distinguen por la consideración o el desconocimiento de las llamadas variables intermedias o mediacionales que actúa entre las influencias recibidas por el aprendiz y su aprendizaje como cambio ,las teorías asociacionistas que conciben el aprendizaje como la formación de asociaciones entre estímulos y respuestas

existiendo una vinculación lineal univoca entre estos elementos de modo que el proceso tiene un carácter mecánico provocando por contingencias externas (en este grupo el autor incluye el conductismo clásico y el condicionamiento instrumental u operante) .

Las teorías mediacionales que parten del supuesto de que en el aprendizaje intervienen decisivamente las características de la estructura psíquica interna que media la acción de las contingencias y determinan respuestas diversas a tenor de las diferencias individuales son consideradas dentro de esta ultima categoría las teorías sobre el aprendizaje social , las teorías cognitivas , las posiciones de los teóricos humanistas, las de la psicología genético-cognitivas y genético-dialéctica y el enfoque de procesamiento de la información .

En relación con esta clasificación, consideramos que ciertas teorías concebidas como mediacionales por este autor se limitan a añadir nuevas variables explicativas al proceso (especialmente variables interna pero dejan incólumes el mecanismo predominante asociativo, como sucede por ejemplo en la teoría de la instrucción de Gagné (enfoque del procesamiento de la información). De hecho, no pocos especialistas consideran que el procesamiento de la información constituye una variante de conductismo computacional, por cuanto introduce cambios cualitativos en la comprensión del aprendizaje pero no constituye un verdadero salto paradigmático, puesto que solamente, en opinión del autor se incrementa la dosis asociativa bajo la apariencia de la computación.

Desde otra óptica resulta muy interesante por su valor conceptual y operativo el marco de referencia propuesto por Pozos , quien parte en última instancia de los mecanismos básicos subyacentes a las diversas modalidades y tipos de aprendizajes que él denomina asociación y reestructuración .Cada de una de estas formas de entender el aprendizaje se sustenta en determinada concepción epistemológica que matiza singularmente el enfoque del fenómeno, el papel otorgado del aprendiz , la comprensión del origen y la naturaleza del cambio así como de sus procesos. En este sentido, existen dos grandes perspectivas o culturas en el estudio

psicológico del aprendizaje: el mecanicismo., asociacionismo y el organicismo y el estructuralismo.

Las concepciones mecanicistas entienden al aprendiz -animal o humano- como un mecanismo estático carente de estructura interna, su organización se origina externamente y del mismo modo se produce el aprendizaje o modificación de la conducta a partir de la asociación de los elementos mediante ciertas leyes (reforzamiento, ejercitación, etc.) Consecuentemente el sujeto es reproductivo y existe una correspondencia directa entre su conducta y la realidad externa : Todo aprendizaje se considera una réplica o copia de la realidad sin que se produzca una influencia recíproca de la estructura interna del individuo sobre el mundo externo de acuerdo con estos enfoques el mecanismo que explica todos los tipos de aprendizaje es asociativo y existe una única forma de aprender válida para todos los ambientes ,especies e individuos, el proceso es el mismo trátase de la formación de reacciones de aversión ante estímulos por parte de un animal en el laboratorio o del aprendizaje de los conceptos comprendidos en la teoría de la relatividad Las diferencias entre ambos casos son meramente cualitativas, dadas por la cantidad y no por la cualidad y complejidad de los elementos a asociar .En contraposición de estos postulados, las posiciones llamadas organicistas o estructuralistas consideran al sujeto como un organismo vivo cambiante con una singular organización y estructura interna . En virtud de su naturaleza dinámica, activa se produce el aprendizaje en el intercambio de l individuo con la realidad .Así, lo que se aprende no representa una reproducción o copia exacta del mundo si no una construcción realizada mediante un mecanismo de tipo reestructurativo.

La reestructuración no es el resultado directo de la acción de los estímulos externos sino que depende tanto de los esquemas internos y los conocimientos previos al sujeto como de la estructura y naturaleza de la realidad de lo que se aprende .De este modo se explica que la naturaleza del cambio es cualitativa porque implica una nueva organización de las estructuras mentales que son totalidades configuradas y no sumatorias de elementos fragmentados El estudio de las diversas perspectivas sobre el aprendizaje humano son las concepciones conductistas , cognitivitas,

constructivistas y humanistas que nos permitirán profundizar en aspectos relacionados con la propia naturaleza de este proceso con sus contenidos, con los mecanismos y procesos heterogéneos mediante los cuales se lleva a cabo y con las condiciones variables, factores que van determinando su propia expresión y sus productos o resultados como proceso, y tarea esencial – valorar críticamente sus puntos de contacto, sus diferencias esenciales, sus limitaciones y sus aportes a la comprensión del aprendizaje como proceso complejo por una parte, no debe reducirse a una reducción cerrada esquemática y homogénea, por otra requiere de un sólido referente teórico que garantice la unicidad de una aproximación científica y coherente al aprendizaje.

Educación, aprendizaje y desarrollo son procesos que poseen una relativa independencia y singularidad propia, pero que se integran en la vida humana conformando una unidad dialéctica. La educación constituye el proceso social concreto en el que tiene lugar la transmisión y asimilación de la herencia cultural acumulada por el ser humano. Desde esta perspectiva, el aprendizaje representa el mecanismo a través del cual el sujeto se apropia de los contenidos y las formas de la cultura que son transmitidas en la interacción con otras personas.

El papel de la educación ha de ser el de crear desarrollo a partir de la adquisición de aprendizajes específicos y relevantes por parte de los adolescentes pero la educación se convierte en promotora del desarrollo solamente cuando es capaz de conducir a los adolescentes más allá de los niveles alcanzados en un momento de su vida, y cuando propicia, la realización de aprendizaje que superen las metas ya logradas

Han surgido diversas concepciones del proceso de enseñanza aprendizaje desarrollador. Estas no son excluyentes tienen un referente teórico-metodológico común en la escuela histórico cultural, sus posiciones generales respecto a las relaciones entre la enseñanza y el aprendizaje y el desarrollo son afines y responden a expectativas sociales y necesidades educativas comunes entre otros aspectos en este sentido sirven de referente para la integración de los fundamentos

psicopedagógicos de la dirección del proceso enseñanza aprendizaje ;el énfasis en el papel de las condiciones de los distintos tipos de mediadores, de la interacción, la actividad y la comunicación en la formación expresión y desarrollo psíquico aspectos que concretan lo esencial de la ley de la doble formación de los procesos psicológicos formulada por Vigotsky.

Esta investigadora considera que dentro de las actividades que mayor incidencia tiene dentro del aprendizaje desarrollador son las tareas docentes las que propician el desarrollo del aprendizaje. De manera que cualquier tarea dirigida a la identificación y formulación de nuevos problemas; así como, a la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades favorece este tipo de aprendizaje.

Con relación a las tareas que deben emplearse en el aprendizaje del estudiante, la psicóloga cubana A. Mitjás (1990: 95), destaca dos aspectos importantes de este tipo de tareas:

1. Tener siempre un carácter productivo y no reproductivo; constituir un reto a sus capacidades, incitarlo a reflexionar y a trascender lo dado; deben ser en esencia, creativas. Esto coadyuvará a desarrollar capacidades cognitivas, intereses y actitudes favorables a la creatividad.
2. Ser tan diversificadas tanto como sea posible para permitir posibilidades de elección.

Este último aspecto es muy importante por cuanto se logra una mayor implicación personal del estudiante con la realización de la tarea y se estimula consecuentemente la seguridad y la confianza del estudiante en sí mismo.

## CAPÍTULO II

### **CAPÍTULO 2: DIAGNÓSTICO DEL ESTADO INICIAL, PROPUESTA DE SOLUCIÓN Y VALIDACIÓN DE LOS RESULTADOS OBTENIDOS. FUNDAMENTACIÓN DE LAS TAREAS DOCENTES, SOBRE GRUPOS DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES EN LAS CLASES DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA.**

Este capítulo refleja el diagnóstico inicial, es decir, lo que es, atendiendo a las necesidades básicas de aprendizaje para el desarrollo de los conocimientos sobre grupos de alimentos y nutrientes y la propuesta, así como la fundamentación de las tareas docentes a través de los que se llega al estado deseado, es decir, lo que debería ser.

#### **2.1 Diagnóstico del estado actual sobre el conocimiento de los grupos básicos de alimentos y nutrientes de primer año de la especialidad de Comercio.**

La muestra seleccionada consta de 32 estudiantes del primer año de la especialidad de Comercio, los mismos tienen dificultades en el aprendizaje, se encuentran en su mayoría en el nivel reproductivo. Además se hallan en un momento crucial de sus vidas, que es el período de tránsito de la adolescencia hacia la juventud, en pleno desarrollo de sus personalidades, y al incorporarse al mundo laboral, debe haber desarrollado los conocimientos básicos de su especialidad.

El procedimiento utilizado en la realización de esta investigación parte del diagnóstico, la fundamentación de tareas docentes para llegar al estado deseado y toma como referente las necesidades básicas de aprendizaje para el desarrollo de los conocimientos sobre grupos básicos de alimentos y nutrientes

Los indicadores utilizados se corresponden con la siguiente tabla que muestra la modelación estadística de los mismos, donde se le asignó una variable y su respectiva escala valorativa de tipo ordinal.

Modelación estadística de los indicadores			
Dimensión	Indicador	Variable estadística	Escala
D <sub>1</sub>	1	V <sub>11</sub>	(I, II y III)
	2	V <sub>12</sub>	
	3	V <sub>13</sub>	
D <sub>2</sub>	1	V <sub>21</sub>	
	2	V <sub>22</sub>	
D <sub>3</sub>	1	V <sub>31</sub>	
	2	V <sub>32</sub>	

Tabla 1: Variables en correspondencia con las dimensiones e indicadores.

**D<sub>1</sub> Dimensión cognitiva:**

V<sub>11</sub> Dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

V<sub>12</sub> Dominio de las necesidades nutricionales.

V<sub>13</sub> Dominio de la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional.

**D<sub>2</sub> Dimensión educativa:**

v<sub>21</sub> Actitudes ante los problemas nutricionales

v<sub>22</sub> Comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentación y nutrición.

### D<sub>3</sub> Dimensión afectivo- motivacional:

V<sub>31</sub> Motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes

V<sub>32</sub> Necesidades del uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

Los criterios utilizados para la asignación de valores a las variables de indicadores las tres dimensiones son los siguientes:

### D<sub>1</sub> Dimensión cognitiva:

<b>Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión cognitiva.</b>			
<b>Indicador</b>	<b>Categorías</b>		
	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>
V <sub>11</sub>	No poseen dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes	Poseen algún dominio acerca de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.	Poseen dominio suficiente acerca de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
V <sub>12</sub>	No poseen dominio de las necesidades nutricionales	Poseen algún dominio de las necesidades nutricionales.	Poseen dominio suficiente de las necesidades nutricionales.
V <sub>13</sub>	No poseen dominio de la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional.	Poseen algún dominio de la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional	Poseen dominio de la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional

Tabla 2: Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión cognitiva.



**D<sub>2</sub> Dimensión educativa:**

<b>Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión educativa</b>			
<b>Indicador</b>	<b>Categorías</b>		
	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>
<b>V<sub>21</sub></b>	No poseen dominio de las actitudes ante los problemas nutricionales	Poseen algún dominio de las actitudes ante los problemas nutricionales	Poseen dominio suficiente de las actitudes ante los problemas nutricionales.
<b>V<sub>22</sub></b>	No poseen dominio del comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentación y nutrición.	Poseen algún dominio del comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentación y nutrición	Posee dominio suficiente del comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentación y nutrición

**Tabla 3:** Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión educativa.

### D<sub>3</sub> Dimensión afectivo- motivacional:

<b>Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión afectivo motivacional.</b>			
<b>Indicadores</b>	<b>Categorías</b>		
	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>
<b>V<sub>31</sub></b>	No poseen dominio de la motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes	Poseen algún dominio de la motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes	Poseen dominio de la motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
<b>V<sub>32</sub></b>	No poseen interés por el uso de las tareas docentes sobre los grupos básico de alimentos y nutrientes	Poseen interés por el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes	Poseen interés por el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes

Tabla 4: Criterios para la medición de los indicadores de la dimensión afectivo motivacional.

Para la realización de este trabajo se utilizaron diferentes instrumentos que permitieron diagnosticar el estado real de los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio.

Primeramente se observaron 12 clases para comprobar a través de ellas el nivel de aprendizaje de los estudiantes sobre la base su participación activa y consciente en cuanto a los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes como

muestra de su papel protagónico en la realización de las tareas docentes; se entendió oportuno establecer un estado de equivalencia para valorar cualitativamente las clases observadas (Anexo 4), a partir de 7 indicadores a observar durante cada clase, los cuales se recogen en la Guía de observación (Anexo 3).

Los resultados de la observación son los siguientes: El 65.6% es decir 21 estudiantes no muestran dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes, 8 estudiantes que representan el 25% se comportaron de forma regular es decir en la categoría II y 3 estudiantes que representan el 9.4% muestran dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes. Con respecto al dominio de las necesidades nutricionales se comporto como sigue: 20 estudiantes que representa el 62.5% del I nivel es decir mal, 8 estudiantes es decir el 25% regular y el 12.5% de los estudiantes tienen dominio de las necesidades nutricionales, por lo que se evalúan en III nivel. Se pudo observar además que el dominio alcanzado sobre la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional muestra resultados desalentadores ya que estos fueron: 22 de estudiantes que representan el 68.8% mal, el 21.9% es decir 7 estudiantes regular y solamente 3 estudiantes que representan el 9.4% bien.

Con relación a la dimensión educativa se pudo observar que 23 estudiantes que representan el 71.8% no poseen dominio de las actitudes que deben asumir ante los problemas nutricionales, 7 estudiantes que representan el 21.9% regular y 6.3% es decir 2 estudiantes se encuentran en III nivel; en esta misma esfera pero en relación al comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentos y nutrientes, 20 estudiantes es decir el 62.5% en el I nivel, regular 8 estudiantes que representan el 25% y el III nivel el 12.5% es decir 4 estudiantes.

Finalmente con respecto a la esfera afectiva motivacional al establecer el estado de equivalencia se pudo valorar que 19 estudiantes representando el 59.4%, no poseen motivación en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, 9 que representan el 28.2% regularmente se muestran motivados y 4

estudiantes que representan el 12.5% se encuentran en el III nivel de este indicador. Sobre las necesidades del uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes se pudo observar que 23 estudiantes que representan el 71.8% se valora que se encuentran en el I nivel, el 21.9% es decir 7 estudiantes regular y 2 de estudiantes que representan el 6.3% manifiestan la utilidad del uso de las tareas docentes en el tema objeto de la investigación.

La prueba pedagógica inicial (Anexo 1) se aplicó a los 32 estudiantes de tomados como muestra, arrojando los siguientes resultados (Anexo 5):

En la primera pregunta, relacionada con los conceptos de alimentos y nutrientes. El 62.5% de ellos contestó incorrectamente o sea 20 estudiantes, 8 de ellos que representan el 25% regularmente y sólo 4 estudiantes respondieron correctamente para un 12.5%.

Con respecto a la pregunta dos relacionada con los nutrientes que el ser humano debe consumir, 21 estudiantes mostraron desconocimiento esto representa un 65.6% evaluados de mal del I nivel, el II nivel la obtuvieron 7 estudiantes para un 21.9% y la calificación de bien la lograron 4 estudiantes para un 12.5%.

En cuanto a la cantidad y calidad de los alimentos que se deben ingerir contestaron correctamente 2 estudiantes esto representa un 6.3% de la muestra seleccionada, 9 estudiantes se ubican en el II nivel, para un 28.2% y la calificación de mal 21 estudiantes para un 65.6%

En la pregunta cuatro, relacionada con los elementos a tener en cuenta para llevar a cabo una alimentación adecuada y balanceada solamente 3 estudiantes contestaron correctamente, para un 9.4%, a 7 se le otorgó la calificación de regular, para un 21.9% y 22 estudiantes obtuvieron la calificación de mal para un 68.8%.

Con respecto a la pregunta cinco relacionada con grupos básicos de alimentos y nutrientes la incidencia de estos en las dietas de la población, 21 estudiantes mostraron desconocimiento esto representa un 65.6% evaluados del I nivel, el II

nivel la obtuvieron 8 estudiantes para un 25% y la calificación de bien la lograron 3 estudiantes para un 9.4%. (Anexo 5).

De manera general a través de los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial se comprobaron las carencias que enfrentan los estudiantes respecto a la realización de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes las que se precisan:

- Los estudiantes no tienen dominio profundo de alimentación adecuada.
- Los estudiantes no tienen un dominio profundo sobre nutrientes.
- La mayoría de los estudiantes desconocen los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
- Varios estudiantes no dominan las necesidades nutricionales del hombre.
- Los estudiantes presentan insuficiencias en el dominio de los contenidos recibidos en grados anteriores.
- Los estudiantes demuestran poco interés y disposición los aspectos relacionados con la nutrición humana.
- Existen problemas al realizar las actividades y los trabajos prácticos y no se aprovechan todas las potencialidades que estas actividades pueden ofrecer en función de desarrollar conocimientos procedimientos y actitudes en relación con el medio alimentario nutricional.

## **2.2 Las tareas docentes. Su fundamentación.**

La formación de un adolescente mayor activo, reflexivo y creativo, con una aspiración social y un modelo pedagógico cubano y para alcanzar esta finalidad es necesario la formación y desarrollo de la independencia cognoscitiva de los estudiantes a la que puede contribuir la complejidad y combinación de diferentes tipos de tareas docentes más aún cuando la problemática nutricional a trabajar en la clase tiene una dimensión nutricional.

La actividad pedagógica es un proceso complejo de acciones para la solución de tareas docentes educativas, es por ello que se debe definir el concepto de tarea

docente: como "... la célula básica del proceso pedagógico .Es la acción del profesor y el estudiante que se realiza en ciertas circunstancias pedagógicas con el fin de alcanzar un objetivo de carácter elemental de resolver un problema planteado en los estudiantes, se caracteriza además por ser variable diferenciado motivacional ,integradora flexible y socializador" (ISP Santiago de Cuba.2004).

Si se hace un análisis más profundo del anterior concepto, podemos decir que:

- Son células básicas del aprendizaje.
- Componente esencial de la actividad cognoscitiva.
- Portadora de acciones y operaciones.
- Propician la instrumentación del método y uso de los medios.
- Provocan la instrumentación del método y uso de los medios.
- Provocan el movimiento del contenido y alcanzan el objetivo.
- Se realiza en tiempo preciso.

Existen básicos referidos a las tareas docentes. En primer lugar la tarea es la aplicación a alcanzar en determinadas actividades bajo condiciones específicas en cada tarea debe reflejarse el contenido y las condiciones específicas en que se logren los objetivos aunque no siempre estos estén explícitamente formulados.

La solución de la tarea parte de la consideración del aspecto pedagógico en la necesidad de que se reflejen procedimientos racionales de la actividad mental en el planteamiento de la tarea debe reflejarse la contradicción entre lo conocido y la desconocido como motor impulsor para su solución.

Cada tarea se determina por los objetivos y su duración en la enseñanza, por el carácter del contenido y por las condiciones materiales en que se realiza la solución de la tarea. Implica la transformación del propio sujeto actuante y en algunos casos la del objeto de estudio, la tarea cumple determinadas funciones didácticas dentro del proceso docente educativo, la tarea tiene un aspecto intencional (objetivo) y un aspecto operacional (formas y métodos) debe revelar, funciones de la instrumentación y la educación.

La tarea docente es un elemento básico del trabajo independiente, con ello podemos aplicar los nuevos conocimientos o buscar nuevas vías y métodos.

Para alcanzar los objetivos trazados con respecto a los grupos básicos de alimentos y nutrientes, reúnen características como poseen calidad de elaboración al contenido impartido en clases y son orientados sobre la base de los objetivos formativos del grado y programas audiovisuales que el alumno debe recibir y que a través de ellos reafirmarán sus conocimientos.

Tienen los enfoques pedagógicos y didácticos para ser aplicados con eficiencia y funcionalidad.

Las tareas docentes presentan necesidad de introducción debido a que responden a los requerimientos de la escuela actual y permite el desarrollo de un aprendizaje activo y conciente, imprescindible para transformar la adquisición de conocimiento y modos de actuación.

La introducción de estas tareas es necesaria porque los grupos básicos de alimentos y nutrientes es un tema que debe ser objeto de análisis dado por la actividad del problema.

Se hace necesario su introducción en el sistema educacional actual, logrando una vinculación entre el contenido y la práctica debido a que están confeccionadas con los datos más actuales.

Las tareas docentes presenta actualidad y nivel científico requerido y tienen los enfoques que en estos momentos exige la pedagogía cubana que es desarrollar el proceso enseñanza-aprendizaje desarrollador con un carácter científico,

Un sistema de tareas estará bien concebido si tiene los tres componentes del contenido de la enseñanza. Conceptual, procedimental y actitudinal – valorativo visto en sus diferentes niveles de asimilación, reproductivo, productivo y creativo.

## Tipos de tareas decentes

- Con modelo es reproductiva porque se dibuja un esquema, se copia un párrafo del texto, se puede describir lo que se observa utilizando el texto.
- Reproductivo: El profesor solo ofrece la información necesaria resúmenes del texto, resolver problemas sencillos o repetir determinadas características.
- .Variadas: Es el peldaño intermedio entre lo reproductivo y creativo, puede elaborar conclusiones, cuadros comparativos, solución de problemas y ejercicios.
- Creativos: Los estudiantes tienen ampliar los conocimientos, habilidades y hábitos asimilados, buscar procedimiento como realizar trabajos investigativos, ponencias, seminarios o solución de problemas de mayor complejidad entre otros.

Cualquier tipo de tarea que los profesores escojan desarrollará trabajo independiente en los estudiantes así como su combinación favorecerá el desarrollo de la independencia siempre teniendo en consideración el año académico,

El tipo de asignatura, las características de los estudiantes, de los profesores y las condiciones en que se materializa el proceso docente.

El desarrollo del trabajo independiente constituye una prioridad para desarrollar una buena clase si se comprende la importancia de que el estudiante aprenda por si mismo. Los grupos básicos de alimentos y nutrientes deben enfocarse en función del estudiante y la misión del profesor es conseguir un adecuado ambiente de aprendizaje, ayudando al mismo y participando con este en la búsqueda de información.

Algunos de los aspectos a tiene en cuenta por los profesores en el proceso de educación nutricional en la clase serian los siguientes.

- Se consigue el máximo rendimiento por parte de los estudiantes cuando se enfrentan a tareas que entran dentro de sus posibilidades de actuación ni demasiado fáciles, ni demasiado difíciles.



- La posibilidad de que los estudiantes se dediquen con el máximo entusiasmo a realizar una tarea con seriedad y calidad.
- Todas las tareas con enfoque nutricional deberían utilizar sistemáticamente instrucciones basadas en las motivaciones de los estudiantes teniendo en cuenta su psicología y entorno cultural.
- Es más fácil memorizar lo que se aprende si se pone en práctica inmediatamente con ayuda de tareas reflexivas.
- Adquirir un conocimiento y experiencia de aprendizaje más adecuados.
- El aprendizaje se produce mediante la participación activa del estudiante en solución de tareas de contenido nutricional .Se aprende lo que se hace y no lo dice el profesor.
- Conseguir que los estudiantes con la tarea por si mismo adquieran los conocimientos técnicos sobre un problema nutricional no suficiente

Para .que los estudiantes lleguen a preocuparse del problema. La tarea debe enfocarse también a partir de la ejercitación de prácticas de la especialidad.

- Introducir en las tareas el trabajo con diferentes fuentes de conocimiento desde la realidad hasta su modelación que permitan una clara percepción de los problemas nutricionales.
- Concebir la tarea docente con su enfoque interdisciplinario, desde la perspectiva de las ciencias naturales.
- Es importante que los estudiantes en la realización de las tareas de nutrición y dietética puedan transitar por diferentes etapas de la investigación.

Si los estudiantes crecen intelectualmente en cuanto a sus orientaciones valorativas acerca de los grupos de alimentos y nutrientes que puedan influir en las decisiones que se tomen sobre la política nutricional, llegarán a involucrarse en el tema con y para la solución de tareas docentes con un enfoque nutricional en las clases de nutrición y dietética.

Las tareas docentes parten de los presupuestos de que para desarrollar conocimientos habilidades y aptitudes de respeto, hacia los grupos básicos de alimentos y nutrientes para favorecer el tránsito de los conocimientos a las convicciones, cualquier situación de enseñanza y aprendizaje va dirigida a la educación nutricional de los estudiantes durante la dirección del proceso docente educativo de nutrición y dietética debe considerar determinadas exigencias donde la tarea de los estudiantes ha sido seleccionando el material más convincente e ilustrativo que situé al estudiante ante situaciones reflexivas y valorativas en que se planeen cuestiones polémicas y problemáticas que exijan la participación activa de toma de decisiones que permita la ejercitación de prácticas sociales en la localidad que se conciba con un enfoque interdisciplinario y albergue el trabajo en diferentes fuentes de conocimientos de entorno natural y social.

Teniendo en cuenta dichas exigencias, a continuación se presenta tareas docentes que puedan ser utilizadas en la enseñanza de las diferentes unidades de estudio de Nutrición y Dietética de primer año del IPE “Jesús Lunas Pérez “.

En la clase se puede desarrollar una o varias tareas .Por el contrario una tarea, dada su elevada complejidad puede requerir de varias clases. La tarea docente puede tener carácter motivacional, variado, diferenciado, integrador, flexible y socializador .La preparación y orientación y motivación para su realización dependen del contexto de la clase donde sean utilizado y su control puede ser cualitativo o cuantitativo y siempre responderían a las variantes del programa.

Las diferentes tareas que se aplicaron están orientadas al logro de los objetivos siguientes.

- Argumentar la necesidad de los estudiantes sobre el cuidado nutricional.
- Determinar los aspectos fundamentales relacionados con la nutrición humana en el mundo actual.
- Promover la cultura nutricional de los estudiantes.
- Clasificar los grupos de alimentos y nutrientes.

- Destacar la función de cada nutriente en el organismo.
- Identificar las necesidades nutricionales para el hombre en las diferentes etapas de la vida.

### **Tarea 1**

#### Unida 1: Introducción

Título: Definir el concepto de nutrición y su relación con otras ciencias.

Objetivos: Definir el concepto nutrición y la importancia de la nutrición y su relación con otras ciencias.

1-El ser humano se desenvuelve en un contexto social donde esta relación debe representar un medio para alcanzar un modo de vida saludable para lograr este objetivo mediante los estadios de alimentación y nutrición se establecen normas adecuadas en que debe llegar el alimento al hombre en como son las cantidades necesarias de este, los requerimientos higiénicos que deben cumplirse entre el individuo y el alimento para una mejor asimilación

1. Defina el concepto de nutrición.
2. ¿Qué importancia posee la nutrición desde el punto de vista como comerciante?
3. ¿Qué relación posee la nutrición con otras ciencias?
4. El ser humano se desenvuelve en un contexto social donde esta relación debe representar un medio para alcanzar un modo de vida saludable ¿Que harías para lograr este objetivo en la alimentación y en la nutrición desde tu futura labor como comerciante?

Bibliografía a utilizar:

- Bohemia 18 de mayo 2001, año 93.310(P.5)
- Carvajal Rodríguez, C., [et .al] (2005). *Educación para la salud en la escuela*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori SA
- Jáuregui, López, Suárez, J y Guerra. M. (2008).Biología General. V semestre. Libro de texto. La Habana Editorial Pueblo y Educación. (Periolibro)
- Periódico Granma 15-07-08

## Tarea 2

Unidad 2: Aspectos relacionados con la nutrición humana en el mundo actual.

Título: Factores que determinan el estado nutricional del individuo y la comunidad  
Factores culturales, socioeconómicos y hábitos alimentarios.

Objetivos: Determinar los factores que influyen en el estado nutricional del individuo y la comunidad, así como los factores culturales socio-económicos y hábitos alimentarios.

1-Se comienza explicando que la interacción de la alimentación y la nutrición dada por la ingestión de alimentos, su asimilación y utilización se expresa a través del estado nutricional del organismo. Todo esto requiere conocer los factores que constituyen la base de esta relación y la forma en que se conjugan.

1. ¿Saben ustedes como se conjugan estos factores como futuro comerciante?
2. Mencione los principios de la alimentación.
3. ¿Cuáles son las medidas que se deben tener en cuenta para lograr una correcta nutrición?
4. Has pensado qué puede ocurrir a una persona que solamente ingiera en su dieta los alimentos representativos de uno de los grupos básicos de alimentación. Desde tu punto de vista como comerciante

## Bibliografía:

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (2005) Biología 4. Parte 2.La Habana. Editorial Pueblo y Educación
- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008).Biología General V semestre. Libro de texto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)..Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación.

### **Tarea 3**

Unidad 2: Aspectos relacionados con la nutrición humana en el mundo actual

Título: Influencia de la educación nutricional de los hábitos alimentarios y en el estado de salud del hombre.

Objetivo: Definir el concepto de salud teniendo en cuenta la influencia de la educación nutricional en los hábitos alimentarios en el estado de salud del hombre.

1. Defina el concepto de salud.
2. Crean ustedes que los alimentos influyen en la salud del hombre.
3. ¿Cuáles son los hábitos alimentarios que usted le recomendaría a sus clientes para que estos mantengan un buen estado nutricional desde tu labor como comerciante?
4. Realice un resumen sobre las enfermedades transmitidas por los alimentos. Diríjase a la biblioteca del policlínico del municipio de Fomento. Has tu valoración desde tu futura profesión.

## Bibliografía.

- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.

- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008).Biología General V semestre. Libro de texto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)...Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación.

#### **Tarea 4.**

Unidad 2: Aspectos relacionados con la nutrición humana en el mundo actual

Título: Plan de acción de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y de la Organización Panamericana de la Salud para garantizar salud para todos en el 2000.

Objetivo: Determinar los aspectos relacionados con la nutrición humana en el mundo actual tratando de garantizar salud para todos como derecho del hombre.

1. ¿Qué entienden ustedes por calidad de vida?
2. Dentro de las acciones que ha tomado la (O M S) .Menciónalas. y Explique una de ellas.
3. ¿Cómo se puede alcanzar un estado de salud adecuado? Argumente.
4. Realice un resumen sobre que hacen nuestro país para garantizar salud para todos .Diríjase a la biblioteca escolar del centro. Has tu valoración como futuro comerciante

#### Bibliografía

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008).Biología General V semestre. Libro de texto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)...Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación.

## Tarea 5

Unidad 2. Aspectos relacionados con la nutrición humana en el mundo actual.

Título: Relación entre el consumo de alimentos y la incidencia de enfermedades.

Objetivo: Explicar la relación entre el consumo de alimentos y la incidencia de enfermedades.

1. El hombre mejora los alimentos sometiéndolos a diversos procesos y convirtiéndose en manipulador de estos. Pero puede ser a su vez una fuente potencial de contaminación si no se toman todas las medidas de higiene pertinente.
  - a. Explique como los comerciantes ayudan a mejorar el proceso de manipulación de los alimentos.
2. Busque en el Grijalbo la palabra consumo y elabore una definición que responda a la actividad comercial.
3. ¿Creen ustedes que los alimentos pueden afectar la salud del hombre? ¿Por qué?
4. ¿Cómo se relaciona el consumo de alimentos con las enfermedades?
5. Si a usted le dan la tarea como futuro comerciante de relacionar el consumo de alimentos con las enfermedades que puedan ser transmitida por ello. ¿Qué haría al respecto?

Bibliografía.

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.
- Periódico Granma 9-10-2002.Salud humana.
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)...Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación

## **Tarea 6**

La unidad 3. Los grupos de alimentación y dietas.

Título: Concepto de alimentos .Funciones .Concepto de nutrientes. Nutrientes esenciales.

Objetivo: Definir los conceptos de alimentos y nutrientes así como las funciones de los alimentos y los nutrientes esenciales.

1. Establezca relación entre consumo de alimentos y la incidencia de enfermedades.
2. Mencione algunos ejemplos de enfermedades producidas por los alimentos.
3. El hombre apareció hace 40 000 años aproximadamente sobre la faz de la tierra y desde entonces realiza grandes esfuerzos con el objetivo de proteger su salud, y su vida y alejar de sí lo más posible las enfermedades. Argumente el anterior planteamiento.
4. Realice un breve resumen de cómo te convertirías en el guardián principal de tu salud teniendo una buena alimentación y una correcta nutrición .desde tu punto de vista como comerciante.

Bibliografía.

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.
- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008).Biología General V semestre. Libro de texto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.



## Tarea 7

Unidad 3 Los grupos de alimentación y dieta.

Título: Concepto de alimentación .Dieta balanceada o adecuada.

Objetivo: Definir el concepto de alimentación teniendo en cuenta la dieta balanceada o adecuada.

1. ¿Cuáles son los nutrientes esenciales que el ser humano debe consumir?
2. ¿Cuáles son las funciones de la alimentación?
3. ¿Qué sucede cuando la cantidad y calidad de los alimentos ingeridos no son los necesarios? argumente con su respuesta el cuestionamiento anterior.
4. ¿Qué debemos tener en cuenta para llevar acabo una alimentación adecuada y balanceada?
5. Marque con una cruz cual de las siguientes funciones pertenecen a la alimentación.

\_\_\_ Proceso mediante el cual el organismo obtiene las sustancias alimenticias imprescindibles.

\_\_\_ Acción y efecto de consumir

\_\_\_ Acción y efecto de alimentar o alimentarse.

### Bibliografía

- Enciclopedia en Carta / 2009
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)...Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación

## Tarea 8

Unidad 3 .Los grupos de alimentación y dietas balanceada.

Titulo: Funciones de los alimentos. Dieta balanceada.

Objetivo: Argumentar las funciones de los alimentos teniendo en cuenta una dieta balanceada adecuada, a partir de la información que al respecto aparece en las estadísticas del municipio y su relación con la actividad comercial.

1. A partir de la información recopilada el departamento de nutrición y dietética de la Dirección de Salud de nuestro municipio. ¿Cómo inciden los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las dietas de la población?
2. Un trabajador del Mercado Agropecuario le recomienda a sus clientes la compra de vegetales y carbohidratos. ¿Por qué este comerciante le recomienda estos nutrientes a sus clientes?
  - a. Argumente su respuesta.
3. Elabora con tu equipo de estudio un cuadro resumen donde aparezca la clasificación de los grupos básicos de alimentos y nutrientes de forma tal que te pueda útil para tu futura profesión.

Bibliografía.

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Enciclopedia en Carta / 2009
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.

## **Tarea 9**

Unidad 4. Necesidades nutricionales del hombre.

Título: Necesidades de energía. Factores que afectan las necesidades de energía.

Objetivos: Definir las necesidades de energía teniendo en cuenta los factores que afectan las necesidades de energía humana.

1. ¿Qué entienden ustedes por energía humana?
2. Argumente la importancia de la energía humana
3. ¿Por qué el hombre desde tu punto de vista como comerciante necesita aplicar la energía humana?

Bibliografía.

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.
- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008).Biología General V semestre. Libro de texto. La Habana. Editorial Pueblo y Educación
- Zelberstein Torucha, J. [et.al] (2005)...Biología 5.Parte 1.La Habana: Editorial. Pueblo y Educación

## **Tarea 10**

Unidad 3: Los grupos de Alimentación y Dietas

Título: Alimentación y sus consecuencias sobre la dieta diaria:.

Objetivo: Argumentar sobre la alimentación y sus consecuencias sobre la dieta diaria

1-Sonia tiene un hijo que en su alimentación diaria es desayuno, almuerzo y comida pero en el almuerzo y comida consume carbohidratos y vitaminas, no le gusta consumir proteínas

- a. ¿Cree usted que la alimentación es correcta?
- b. Qué influencias usted cree que ejercerá en el organismo consumir carbohidratos y vitaminas.
- c. En el desempeño de su labor como comerciante donde asiduamente concurre Sonia y conociendo la enfermedad de su hijo. Qué le recomendaría en cuanto a la adquisición de productos para este.

#### Bibliografías

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005).Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a).Barcelona: Grijalbo Mondadori S.A.
- Portela Falgueras, R [et.al ]. (2001) Biología 4 Parte 1. La Habana Editorial Pueblo y Educación

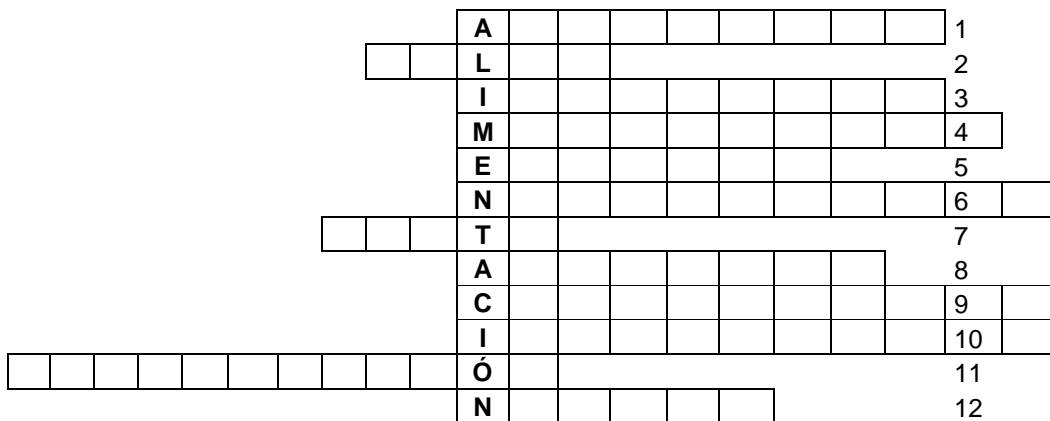
## Tarea 11

Unidad 3 Los grupos de Alimentación y Dietas.

Título: Resolver crucigrama

Objetivo: Resolver el crucigrama aplicando los conocimientos adquiridos en la solución de las tareas

### Crucigrama



### Horizontales

1. Que es necesario para el buen funcionamiento del organismo.
2. Estado del ser orgánico que puede ejercer toda sus funciones
3. Acción y efecto de ingerir
4. Las vitaminas intervienen en el proceso metabólico
5. La buena alimentación brinda al cuerpo energía al cuerpo energía
6. El desequilibrio en la dieta da lugar a un mal sistema nutricional
7. Adecuar los requerimientos energéticos y nutricionales
8. Acción efecto de adaptar
9. El proceso biológico del desarrollo se concentraban con el nombre de crecimientos
10. Los carbohidratos y vitaminas y proteínas son de gran importancia para el organismo

11. Acción y efecto de investigar

12. Buscar un organismo vivo lo que necesita para alimentarse, crecer, o subsistir

#### Bibliografía.

- Carvajal Rodríguez, C., [et.al] (2005). Educación para la Salud en la Escuela. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (5.a). Barcelona: Grijalbo Mondadori. S.A.
- Enciclopedia en Carta / 2009
- Fishwick, W. C., Sánchez Sáenz, E. (1964). La vaca. Granjas Lecheras. Madrid: Editorial.

### **2.3- Validación de las tareas docentes. Descripción de los resultados experimentales.**

En la investigación realizada en el IPE “Jesús Luna Pérez” del municipio de Fomento, la muestra seleccionada, como se planteó inicialmente, la constituyeron los 32 estudiantes de un grupo primer año de Comercio.

Se aplicó como método la experimentación, en una de sus variantes, el pre experimento pedagógico con carácter secuencial, para lo que se siguen los siguientes pasos:

1. Operacionalización de las variables.
2. Confección de los instrumentos para medir la variable dependiente.
3. Selección de la muestra experimental
4. Establecimiento de un contacto con el grupo experimental
5. Aplicación de un pretest y un posttest, este incluyó tres momentos fundamentales: preparación, ejecución y comprobación de los resultados.
6. Codificación de los datos obtenidos.
7. Análisis estadístico de los resultados y planteamiento de las conclusiones.

Para garantizar la validez de los resultados y evaluar los criterios acerca del desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes a través de tareas docentes en los estudiantes de un grupo primer año de Comercio se combinan el control inicial, sistemático y final de las dimensiones de la variable dependiente, es decir, el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

El pre-experimento se desarrolló atendiendo a los tres momentos anteriormente mencionados, lo cual permitió la evaluación del estado inicial del nivel de desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes (variable dependiente), posteriormente se aplicaron las tareas docentes (variable independiente), que se aplicó durante un curso escolar en el grupo tomado como muestra y finalmente se vuelve a medir, de modo que puedan realizarse determinadas inferencias acerca de la contribución al proceso de enseñanza aprendizaje de la Nutrición y Dietética y específicamente sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

### **Análisis del Pretés.**

Con el objetivo de determinar el estado inicial del nivel de desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, se procedió a la realización de un pretés y se volvió a utilizar la guía de observación, que se hizo con la población y se realizó una prueba pedagógica (anexo 1) que permitió evaluar y proyectar tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes en función del desarrollo posterior del estudiante.

Este fue aplicado en dos momentos fundamentales, para de esta forma medir las transformaciones que se producían, así como la contribución de tareas docentes al objetivo propuesto.

Descripción de los resultados de la constatación inicial.

Al aplicar los instrumentos descritos a los estudiantes de la muestra seleccionada se tuvo en cuenta que los indicadores del mismo representarían la esencia de la variable dependiente. Para la evaluación de los resultados obtenidos se aplicó la escala según correspondió en cada caso, teniendo en cuenta lo descrito anteriormente, así como el análisis de los elementos cualitativos que aparecen en la operacionalización de la variable.

Análisis del comportamiento de los estudiantes de forma general al inicio de la investigación.

#### **Codificación de los datos:**

<b>Niveles</b>	<b>Estudiantes</b>	<b>%</b>
<b>I</b>	<b>21</b>	<b>65,6</b>
<b>II</b>	<b>8</b>	<b>25</b>
<b>III</b>	<b>3</b>	<b>9,3</b>

#### **Análisis del Postés.**

Con la finalidad de validar la eficiencia de la propuesta de tareas docentes para el desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes se aplicó nuevamente los instrumentos: guía de observación (anexo 3) y la prueba pedagógica (anexo 2). A continuación se presenta el análisis de los resultados obtenidos después del pre-experimento (anexos 6 y 7 respectivamente).

La observación científica a clases durante la aplicación de las tareas arrojó los siguientes resultados:

#### **Dimensión cognitiva.**

**Indicador 1:** El dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes solo 6 estudiantes no alcanzaron este indicador para un 18.7%, 12



estudiantes que representan el 37.5% se comportaron de forma regular es decir en la categoría II y 14 estudiantes que representan el 43.8% muestran dominio de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.

**Indicador 2:** Con respecto al dominio de las necesidades nutricionales se comporto como sigue: 5 estudiantes que representa el 15.7% del I nivel es decir se mantienen aun mal, 15 estudiantes es decir el 46.9% regular y el 37.5% de los estudiantes es decir 12 alcanzaron dominio de las necesidades nutricionales, por lo que se evalúan en III nivel.

**Indicador 3:** Se pudo observar que el dominio alcanzado sobre la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional fueron solamente 4 estudiantes que representan el 12.5% se mantienen mal, el 40.7% es decir 7 estudiantes regular y 15 estudiantes que representan el 46.8% pasan al nivel III.

#### **Dimensión educativa.**

**Indicador 1:** Se pudo observar que 16 estudiantes que representan el 50% poseen dominio de las actitudes que deben asumir ante los problemas nutricionales, 14 estudiantes que representan el 43.8% regular y 6.3% es decir 2 estudiantes se encuentran en el I nivel es decir que se mantienen con dificultades.

**Indicador 2:** En relación al comportamiento de los estudiantes con respecto a los principales grupos básicos de alimentos y nutrientes, 5 estudiantes es decir el 15.7% en el I nivel, regular 12 estudiantes que representan el 37.5% y el III nivel el 46.8% es decir 15 estudiantes.

#### **Dimensión afectiva motivacional:**

**Indicador 1:** Se pudo constatar que 10 estudiantes representando el 31.3%, lograron la motivación en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, 15 estudiantes que representan el 46.8% regularmente se muestran motivados y 7 estudiantes que representan el 21.9% se encuentran el I nivel de este indicador.

**Indicador 2:** Sobre las necesidades del uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes se pudo observar que 6 estudiantes que representan el 18.8% se mantienen en el I nivel, el 43.8% es decir 14 estudiantes regular y 12 de estudiantes que representan el 37.5% manifiestan la utilidad del uso de las tareas docentes en el tema objeto de la investigación.

El estado actual sobre el desarrollo de los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes, después de aplicadas las tareas docentes, es mucho más favorable, los estudiantes muestran los conocimientos necesarios para poder enfrentar su profesión con una mayor responsabilidad y cultura nutricional. Por su parte al comparar el comportamiento de los estudiantes antes y después de aplicada las tareas docentes a través de las pruebas pedagógicas al inicio del pre-experimento y al finalizar este se puede concluir que estos muestran avances significativos al:

- Definir los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
- Explicar las necesidades nutricionales
- Valorar la importancia de los alimentos y nutrientes para el desarrollo nutricional

Comparación de los resultados de las pruebas pedagógicas aplicadas para el diagnóstico inicial y de validación del pre-experimento, teniendo en cuenta la escala valorativa y la tabulación realizada como procesamiento de los datos.

Tabla 10. Resultados de las pruebas pedagógicas al inicio y al final del pre-experimento.

	Inicio		Final	
	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa (%)	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa (%)
<b>I</b>	21	65.6	6	18.8
<b>II</b>	8	25.0	12	37.5
<b>III</b>	3	9.4	14	43.7
<b>Total</b>	32	100	27	100

En cuanto a los modos de actuación de los estudiantes, después de aplicadas las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes, se puede apreciar que la mayoría de los estudiantes dominan los conocimientos básicos para un mejor tratamiento ante las necesidades nutricionales por lo que se puede concluir que:

- Los estudiantes tienen en su generalidad dominio de los sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes
- Los estudiantes tienen una mejor actitud ante los problemas nutricionales de los clientes elevando el interés por el futuro profesional.
- Los estudiantes muestran motivación por el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes

Los instrumentos aplicados le permite a la investigadora constatar que los estudiantes en su mayoría han desarrollado los conocimientos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes, presentan motivación y disposición por la realización de las tareas docentes, además muestran un mayor interés por su futuro desempeño profesional.

## CONCLUSIONES

- Después de realizado un profundo estudio de la bibliografía consultada posibilitó la profundización en el tema, el análisis de los criterios y posiciones que asumen diferentes autores consultados. Entre la bibliografía, que más aportó a la conformación del marco teórico referencial se encuentra: Silvestre Oramas, M., (1999), Álvarez de Zayas, C. (1999), y Aglae Cáceres, D. (2000). Después del estudio bibliográfico se corroboró que las tareas que aparecen en la misma no responden a las necesidades de los futuros técnicos de la especialidad de Comercio.
- El diagnóstico efectuado al inicio de la investigación, se constató que existen dificultades en la realización de las tareas docentes, en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio, lo cual hace que no logren un aprendizaje sobre las necesidades nutricionales. No obstante, se comprobó que estos presentan potencialidades, ya que son generalmente activos y generalmente son disciplinados.
- Las tareas docentes diseñadas responden a las necesidades de los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio. Estas propician la motivación e interés por el desarrollo de las mismas, favorecen el aprendizaje desarrollado, ofrecen la posibilidad de dar una atención más directa a las diferencias individuales y estas a su vez, se corresponden con los gustos y preferencias de los educandos.
- La aplicación de las tareas docentes, ha corroborado que estas son asequibles, viables y factibles para su puesta en práctica en el desarrollo de los conocimientos sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes en los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio.

## RECOMENDACIONES

- Estimular la investigación en torno a otros componentes de la educación nutricional.
- Incorporar los resultados de la investigación a los procesos formativos de los estudiantes de primer año de la especialidad de Comercio

## BIBLIOGRAFIA

- Aglae Cáceres, D. (2000). *Las vitaminas en la nutrición humana*. Santiago de Cuba: Editorial Oriente.
- Álvarez de Zayas, C. (1999). *La escuela en la vida*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Avendaño Pérez, B. (2005). *Fundamentos de la Ideología de la Revolución Cubana*. Tomo 1.2 edición. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Bermúdez, M. R. [et.al]. (2004). *Aprendizaje Formativo y crecimiento personal*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Berne, R.M. y Levy, M.N. (1988). *Psychology New York*: Editora Mosby.
- Betancourt Torres, J. V. (2003). "¿El aprendizaje, ¿Un tema de ayer? de siempre". *Educación* 109, pp.14-18.
- \_\_\_\_\_ [et.al]. (2003). *Dificultades en el aprendizaje y trastornos emocionales de la conducta*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Burke Beltrán, M.T [et.al]. (1988). *De quién es la responsabilidad, de la escuela o la familiar*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Canfux Gutiérrez, J. (2001). *Apuntes para una conferencia sobre educación*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Carvajal Rodríguez, C. y Castellanos Simón, B. (2002). *Educación para la salud en la escuela*. 1ra reimp. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Castellanos, D. [et.al]. (2000). *El proceso de enseñanza aprendizaje en Secundaria básica*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ [et.al]. (2001). *Hacia una concepción del aprendizaje desarrollador*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (1997). *Manual para la conservación de alimentos y condimentos en el hogar*. 1ra edic. La Habana.
- Cuevas I.R. y García Gutiérrez, F. (1982). *Los recursos naturales y su conservación*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Diccionario de la Lengua Española y de Nombres propios*, Océano (2003)  
Barcelona: Grupo Editorial S.A.

Figuerola V. y Lamas, J. (2003). *Nuestras recetas vegetarianas. Proyecto Comunitario de Conservación de Alimentos*. La Habana.

\_\_\_\_\_ [et.al]. (2005). *Aprender y enseñar desde la escuela. Una concepción desarrolladora*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Gallo, J. y Cardedo, S.(1988). *Cultivo de algunos vegetales en Cuba*. Primera parte. 3ra reimp. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

*Ganado Vacuno* (1973). La Habana: Instituto Cubano del Libro.

García Batista, G. (2003). *Compendio de Pedagogía*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

García Batista, G.[et.al].(2005). *El trabajo independiente sus formas de realización*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

González Maura, V. [et.al]. (2001). *Psicología para educadores*. 3ra reimp. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Grafton Horta, P. (1992). *Cómo puede el docente obtener la información que necesita para su labor*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Gran Diccionario Enciclopédico Ilustrado (S.A). Barcelona: Grijalbo Mondadori.  
S.A.

Guenko Guenko (1985) *Hortalizas*. Primera parte .La Habana : Editorial Pueblo y Educación

----- (2004) *Tareas Docentes Enciclopedia Microsoft Encarta* (En soporte magnético)

Hernández Hernández, P.A. (2002). *Hacia una Didáctica de la Asignatura: El mundo en que vivimos*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Hernández Sampier, R.(2006). *Metodología de la Investigación. Parte 2*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas.

IPLAC. (2005). *Maestría de la Educación. Fundamentos de la Investigación Educativa. Módulo I*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

\_\_\_\_\_ (2005). *Maestría de la Educación. Fundamentos de la Investigación Educativa. Modulo I. Segunda Parte*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

\_\_\_\_\_ (2006). *Maestría en Ciencias de la Educación. Fundamentos de la cien-*

- cias de la Educación. Módulo II Primera parte.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (2006). *Maestría en Ciencias de la Educación .Fundamentos de las Ciencias de la educación. Módulo II.2da Parte.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Jáuregui, López, J., Suárez, J. y Guerra (2008). *Biología General. V semestre. Libro de texto.* La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Klinberg, J. (2005). *Introducción a la Didáctica General.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Labarrerc Reyes, G., Valdivia Pairol, G. E. (2001). *Pedagogía.* 2da reimp. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Lima Montenegro, S. (2006). "*Nociones de estadística a la investigación educativa*" .En IIPALAC. Maestría en Ciencias de la Educación. Fundamentos de las ciencias de la educación .Fundamentos de las ciencias de la educación. Modulo II. Primera parte (pp.19-20). La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- López, J. (1992). "*Sección Constante*". En sus obras completas (T.8), (p.289). La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- \_\_\_\_\_ (2000). *Fundamentos de la Educación.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Martí, J (1992) *Maestros ambulantes En Obras Completas (T.8),P 289.* La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Martín, V. [et.al]. (2000). *Significado en el aprendizaje. Selección de temas de Educación.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- \_\_\_\_\_ (2004). *Tareas Docentes.* Enciclopedia Microsoft. En Carta (Soporte Magnético).
- Martínez Llantada, M. (2005). "*Los métodos de investigación Educacional La cuantitativa y la cualitativa*".En Martínez Llantada, M. y Berraza Rodríguez,G. (comp.). *Metodología de la Investigación Educativa* (pp.109-134).La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ [et.al]. (2005). *Metodología de la investigación educacional. Desafíos y Polémicas actuales.* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- A. Mitjás (1990:



- Ministerio de la Agricultura. (2001). *Lineamientos para los subprogramas de la Agricultura Urbana para el año 2001 y sistema evaluativo*. La Habana.
- \_\_\_\_\_ (1993). *Compendio de Agronomía: 3er año. Primera parte*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Ministerio de Educación.(1999).*Memorias Congreso Pedagogía 99.Encuentro por la Unidad de los educadores latinoamericanos*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (2001). *II Seminario Nacional para educadores*. La Habana: Editado por Juventud Rebelde.
- Nocedo de León, J [et.al]. (2002). *Metodología de la investigación educativa. Segunda Parte*. La Habana: Editorial Pueblo y educación.
- Palma de Arraga, L. (1998)."Fortalecimiento de la capacidad interdisciplinaria de la educación alimentaria". *Revista Iberoamericana de Educación*.16, enero-abril, pp.101-116.Madrid.
- Pérez Álvarez, C.E, Banasco Almentero J., Recio Molina, P y Robat Guzmán, E. (2004). *Apuntes para la didáctica de las ciencias naturales*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Pérez García, A M. y Rodríguez Travieso, R. (2006). "*Pedagogía Andragogía Educación de jóvenes y adultos. Paradigmas educativas alternativas*". En *IPLAC .Maestría en Ciencias de la Educación .Mención en educación de adultos. Módulo Primera parte* (pp.39-64).la Habana.
- Pérez López M.(1989). *Cómo enseñar a determinar lo esencial*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Pérez Rodríguez,[et.al].(2002). *Metodología de la investigación Educativa. Primera Parte*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación
- Portela Falgueras, R. [et.al ]. (2001). *Biología 4 Parte 1*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- \_\_\_\_\_ (2005). *Biología 4.parte2*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Rico Montero, P. (1996). *Reflexión y Aprendizaje en el aula*.1ra reimpr. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Roger, C (1980) Fitotecnia General.2do año. Primera parte .La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Salcedo Estrada, J. M., Hernández, J. L., Llano, M. R., Pherson, M. y Daudinot, I. (2002). *Didáctica de la Biología*. 2da ed. corregida. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Santiago de Cuba (2004).Glosario En Colección Futuro Pedagogía a tu alcance (CD) Santiago de Cuba.

Segura Suárez, C. M. E [et.al]. (2005). *Teorías Psicológicas y su influencia en la educación*. La Habana: Editorial Pueblo y educación.

Silvestre Oramas, M. (1999). *Aprendizaje, educación y desarrollo*. La Habana Editorial Pueblo y educación.

Silvestre Oramas, M y Rico Montero, P. (1997). *El proceso de enseñanza aprendizaje. Breve referencia del estado actual del problema*. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas (Material mimeografiado), La Habana.

\_\_\_\_\_ [et.al]. (2000). *Cómo hacer más eficiente el aprendizaje*. La Habana: Editorial Pueblo y educación.

\_\_\_\_\_ (2000. b). *Enseñanza y aprendizaje*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Trujillo, W. (2001). *La comunicación oral*. Educación 101 sep-dic. (pp.26-29).La Habana.

Venguer, L. A. (2001). *Pedagogía de las capacidades*. La Habana: Editorial. Pueblo y educación.

Vigotsky, L. S. (1978). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. La Habana: Editorial Científico Técnico.

\_\_\_\_\_ (1998). *Pensamiento y lenguaje*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

Zelberstein Torucha, J. [et.al]. (2005). *Biología 5.Parte 1*. La Habana: Editorial. Pueblo y Educación.

## ANEXO 1

### Prueba pedagógica de entrada.

**Objetivo:** Comprobar en estado real de los estudiantes sobre el tema de los grupos básicos de alimentos y nutrientes al inicio de la investigación.

- 1- Defina los conceptos de alimentos y nutrientes.
- 2- ¿Cuales son los nutrientes que el ser humano debe consumir?
- 3- ¿Que sucede cuando la cantidad y calidad de los alimentos ingeridos no son los necesarios?
- 4- ¿Que debemos tener en cuenta para llevar a cabo una alimentación adecuada y balanceada?
- 5- Mencione los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
  - a) ¿Cómo inciden los grupos básicos de alimentos y nutrientes en las dietas de la población?

Escala valorativa. Prueba pedagógica de entrada.

Cada pregunta que se hace al estudiante, se evalúa de forma independiente.

Pregunta	I	II	III
1	Cuando responda un solo concepto y no bien definido	Cuando responda los dos conceptos y uno bien definido	Cuando responda los dos conceptos bien definidos
2	Cuando responda un solo nutriente que debe consumir.	Cuando responda dos de los nutrientes que deben consumir.	Cuando responda que el ser humano debe consumir en su dieta todos los nutrientes bien elaborados.

3	<p>Cuando responde un solo elemento de la cantidad y la calidad de los alimentos ingeridos.</p>	<p>Cuando responde dos de los elementos de la cantidad y la calidad de los alimentos ingeridos.</p>	<p>Cuando responde correctamente la cantidad y la calidad de los alimentos ingeridos.</p>
4	<p>Cuando responde un solo de los nutrientes de los que debemos tener en cuenta para una alimentación adecuada</p>	<p>Cuando responde dos de los nutrientes de los que debemos tener en cuenta para una alimentación adecuada</p>	<p>Cuando responde la cantidad de nutrientes que debemos tener en cuenta para una alimentación adecuada</p>
5	<p>Cuando mencione uno solo de los nutrientes teniendo en cuenta su incidencia en la dieta.</p>	<p>Cuando mencione dos de los nutrientes teniendo en cuenta su incidencia en la dieta.</p>	<p>Cuando mencione aceptadamente los nutrientes teniendo en cuenta su incidencia en la dieta.</p>

## ANEXO 2.

### Prueba pedagógica de salida

**Objetivo:** Comprobar en estado real de los estudiantes sobre el tema de los grupos básicos de alimentos y nutrientes después de aplicadas las tareas docentes.

- 1- Elabore una ficha de contenido con el concepto de alimentación y nutrición.
- 2- ¿Cuáles son los factores que influyen en la alimentación? Valore el efecto de cada uno de ellos.
- 3- ¿Qué papel juega los grupos básicos de alimentos y nutrientes en el hombre?
- 4- ¿Que debemos tener en cuenta para llevar a cabo una alimentación adecuada y balanceada? Valore los efectos de tres de los problemas que pueden causar los grupos y nutrientes mal atendidos en el hombre.
- 5- En el desarrollo de la actividad comercial se hace necesario el conocimiento de los grupos básicos de alimentos y nutrientes. Argumente dicha afirmación.

Escala valorativa. Prueba pedagógica de salida.

Cada pregunta que se hace al estudiante, se evalúa de forma independiente.

Pregunta	I	II	III
1	Cuando elabore una sola ficha sobre un concepto de alimentación o nutrición	Cuando elabore dos fichas sobre los conceptos de alimentación y nutrición	Cuando realice las fichas correctamente sobre los conceptos de alimentación y nutrición
2	Cuando responda que un solo factor influye en la alimentación y no	Cuando responda que dos factores influye en la alimentación y	Cuando responda todos los factores influyen en la alimentación y valore

	valore su efecto.	valore el efecto de estos.	el efecto de estos.
3	Cuando responde un solo papel que juegan los grupos básicos de alimentos y nutrientes.	Cuando responde dos de los elementos del papel que juegan los grupos básicos de alimentos y nutrientes.	Cuando responde todos los elementos del papel que juegan los grupos básicos de alimentos y nutrientes.
4	Cuando responde un solo elemento de los que debemos tener en cuenta sobre los nutrientes.	Cuando responde dos de los elementos de los que debemos tener en cuenta sobre los nutrientes.	Cuando responde exactamente lo que debemos tener en cuenta sobre los nutrientes.
5	Cuando responde un solo elemento sobre lo que debemos tener para desarrollar la actividad comercial así como las necesidades de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.	Cuando responde dos de los elementos sobre lo que debemos tener para desarrollar la actividad comercial así como las necesidades de los grupos básicos de alimentos y nutrientes.	Cuando responde aceptadamente el desarrollo de la actividad comercial y sepa argumentar la afirmación.

## ANEXO 3

### Guía para la observación de los niveles de conocimiento

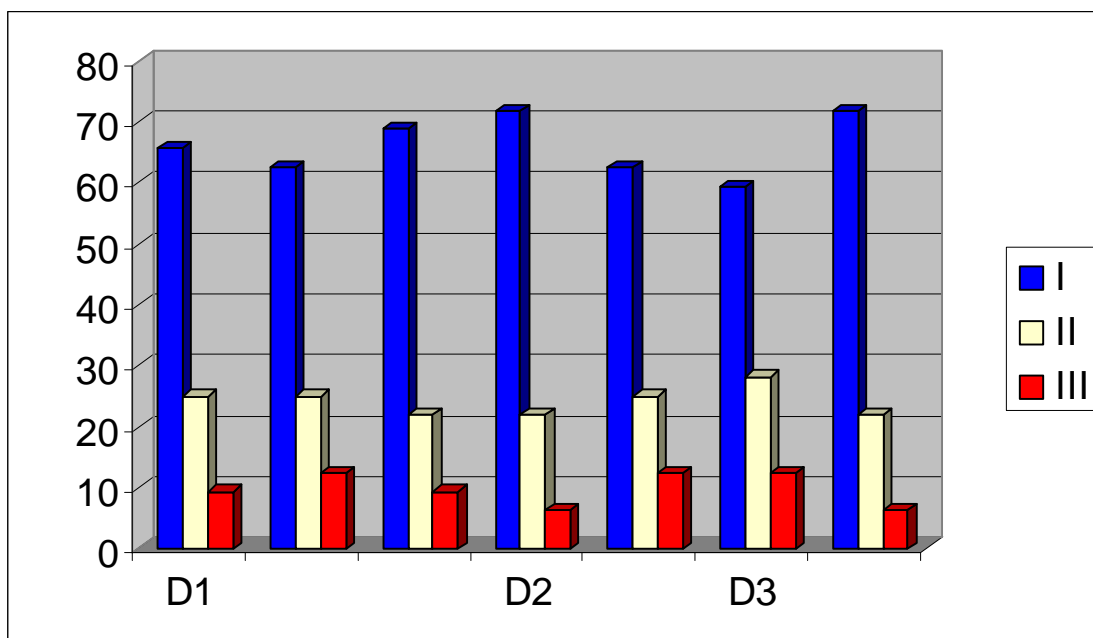
**Objetivo:** Constatar los niveles de conocimientos que poseen los estudiantes para el uso de los grupos básicos de alimentos y nutrientes a través de las tareas docentes en las clases de Nutrición y Dietética..

Niveles en que se encuentra				No se observa
Indicadores a evaluar	I	II	III	
<b>Dimensión: Cognitivo</b> 1.1.: Dominios de los conceptos de los grupos básicos de alimentos y nutrientes. 1.2. Dominio de las necesidades nutricionales. 1.3. Dominio de la importancia de los alimentos y nutriente para el desarrollo nutricional.				
<b>Dimensión: Educativa</b> 2.1. Actitudes ante los problemas nutricionales. 2.2. Comportamiento de los estudiantes con respecto a los grupos básicos de alimentación y nutrición.				
<b>Dimensión: Afectivo motivacional</b> 3.1. Motivación de los estudiantes en el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes. 3.2. Interés de los alumnos por el uso de las tareas docentes sobre los grupos básicos de alimentos y nutrientes.				

## ANEXO 4

**Diagnostico inicial a partir de la observación de clases.**

Dim	Ind.	I		II		III	
		Absoluto	Relativa	Absoluto	Relativa	Absoluto	Relativa
D1	V11	21	65.6	8	25	3	9.4
	V12	20	62.5	8	25	4	12.5
	V13	22	68.8	7	21.9	3	9.4
D2	V21	23	71.8	7	21.9	2	6.3
	V22	20	62.5	8	25	4	12.5
D3	V31	19	59.4	9	28.2	4	12.5
	V32	23	71.8	7	21.9	2	6.3

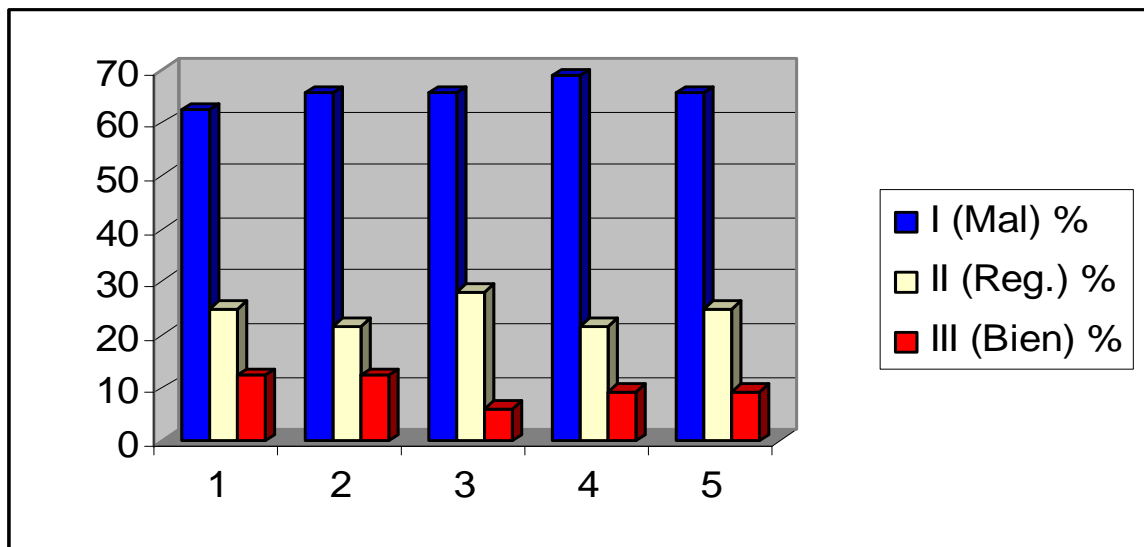




## ANEXO 5

### Resultados de la prueba pedagógica de entrada.

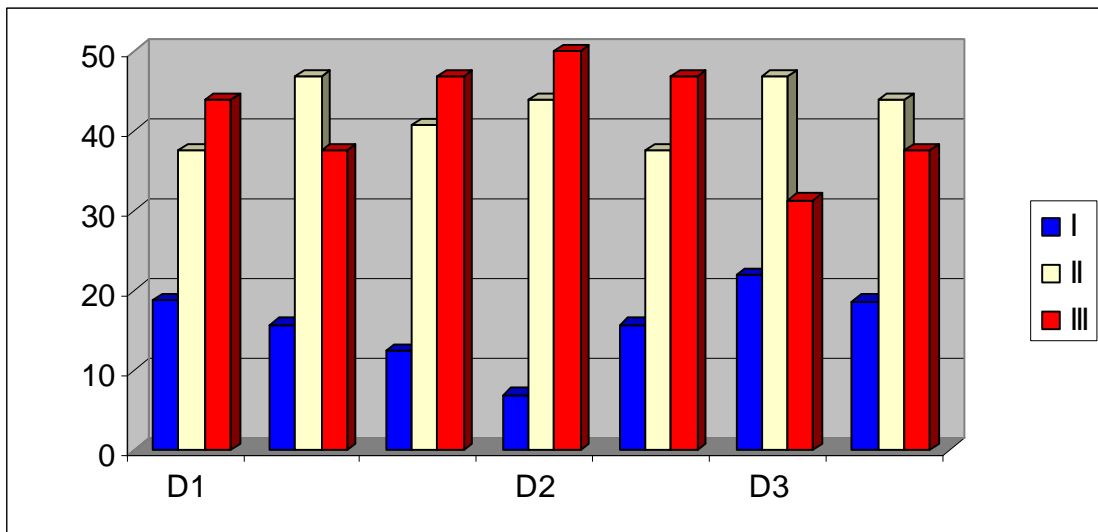
Preguntas	I (Mal)		II (Regular)		III (Bien)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
1	20	62.5	8	25	4	12.5
2	21	65.6	7	21.9	4	12.5
3	21	65.6	9	28.2	2	6.3
4	22	68.8	7	21.9	3	9.4
5	21	65.6	8	25	3	9.4



## ANEXO 6

**Diagnostico final a partir de la observación de clases.**

Dim	Ind.	I		II		III	
		Absoluto	Relativa	Absoluto	Relativa	Absoluto	Relativa
D1	V11	6	18.8	12	37.5	14	43.8
	V12	5	15.7	15	46.8	12	37.5
	V13	4	12.5	13	40.7	15	46.8
D2	V21	2	7	14	43.8	16	50
	V22	5	15.7	12	37.5	15	46.8
D3	V31	7	21.9	15	46.8	10	31.3
	V32	6	18.7	14	43.8	12	37.5



## ANEXO 7

### Resultados de la prueba pedagógica de salida.

Preguntas	I (Mal)		II (Regular)		III (Bien)	
	Estudiantes	%	Estudiantes	%	Estudiantes	%
1	6	18,8	13	40,7	13	40,7
2	7	21,9	12	37,5	13	40,7
3	5	15,7	14	43,8	13	40,7
4	6	18,8	10	31,3	16	50
5	5	15,7	12	37,5	15	46,8

