

Alicia Judit López Hernández

Guía de Aprendizaje Sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, Aplicada al Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.



Asesor:

Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

**Universidad De San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades**

**Departamento de Pedagogía
Guatemala, Noviembre 2014.**

Este informe es presentado por la autora, como trabajo del EPS, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, Noviembre de 2014.

ÍNDICE

CONTENIDO	Página
Introducción	I
CAPÍTULO I	
Diagnóstico	
1.Datos generales de la institución	1
1.1.1 Nombre de la Institución	1
1.1.2 Tipo de Institución	1
1.1.3 Ubicación Geográfica	1
1.1.4 Visión	1
1.1.5 Misión	2
1.1.6 Políticas	2
1.1.7 Objetivos	2
1.1.8 Metas	3
1.1.9 Estructura Organizacional	3
1.1.10 Recursos	4
1.2 Técnicas para efectuar el diagnostico	4
1.3 Lista de carencias	4
1.4 Cuadro de Análisis y priorización de problemas	5
1.5 Datos de la institución o comunidad beneficiada	6
1.5.1 Nombre de la Institución	6
1.5.2 Tipo de institución por lo que genera o su naturaleza	6
1.5.3 ubicación geográfica	6
1.5.4 Visión	6
1.5.5 Misión	6
1.5.6 Políticas	7
1.5.7 Objetivos	9
1.5.8 Metas	10
1.5.9 Estructura Organizacional	11
1.5.10 Recursos	13
1.6 Lista de carencias	16
1.7 Cuadro de análisis y priorización de problemas	17
1.8 Análisis de viabilidad y factibilidad	19
1.9 Problema seleccionado	21
1.10 Solución propuesta como viable y factible	21

CAPÍTULO II PERFIL DEL PROYECTO

2.1 Aspectos Generales	22
2.1.1 Nombre del Proyecto	22
2.1.2 Problema	22
2.1.3 Localización	22
2.1.4 Unidad ejecutora	22
2.1.5 Tipo de proyecto	22
2.2 Descripción del proyecto	23
2.3 Justificación	24
2.4 Objetivos del Proyecto	25
2.4.1 Generales	25
2.4.2 Específicos	25
2.5 Metas	25
2.6 Beneficiarios	25
2.7 Fuentes de financiamientos	26
2.8 Cronograma de Actividades de Ejecución del Proyecto	27
2.9 Recursos	30
• Humanos	30
• Materiales	30
• Físicos	30
• Financiero	

CAPITULO III

PROCESO DE EJECUCION DEL PROYECTO

3.1 Actividades y resultados	31
3.2 Productos y Logros	33

GUÍA DE APRENDIZAJE SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION Y SU IMPACTO EN EL MEJORAMIENTO DE LA SALUD.	34 - 72
---	----------------

CAPÍTULO IV

Proceso de evaluación

4.1 Evaluación del diagnóstico	73	
4.2 Evaluación del perfil del proyecto		73
4.3 Evaluación de la ejecución del proyecto		73
4.4 Evaluación general y final del proyecto		74

CONCLUSIONES	75
RECOMENDACIONES	76
BIBLIOGRAFIA	77
APÉNDICE	
ANEXOS	

INTRODUCCIÓN

El proyecto “Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, Aplicado al Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, San Marcos, está estructurado en cuatro fases, mismas, que a continuación se describen:

Capítulo I: Diagnóstico;

Contiene el conocimiento interno y externo de la institución educativa y comunidad donde se ubica el mismo, con el objetivo de detectar problemas o necesidades, utilizándose técnicas e instrumentos para recopilación de la información y a su vez, priorizar el problema principal a través del análisis de viabilidad y factibilidad, lo que permitió verificar que algunas de las alternativas planteadas son viables, sostenibles y rentables.

Capítulo II: Perfil del Proyecto;

Enmarca un resumen de qué es lo que se quiere con el proyecto, así como los elementos importantes, tales como: nombre del proyecto, objetivos, justificación, metas, actividades, recursos, presupuesto, los factores internos y externos y los resultados esperados al finalizar el proyecto.

Capítulo III: Proceso de Ejecución del Proyecto;

En esta fase se encuentran las actividades y resultados, describiéndose en forma detallada y ordenada la secuencia de cada una de las actividades previstas en el diseño, estableciendo el tiempo, los costos, productos y logros alcanzados al final del proyecto.

Capítulo IV: Proceso de Evaluación del Diagnóstico, del Perfil, de la Ejecución y Evaluación Final;

Esta fase permitió comprobar el alcance de los objetivos propuestos en el proyecto, realizándose la Evaluación del Diagnóstico a través de una lista de cotejo, siendo el perfil, lo que orientó a la elaboración de la guía sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, aplicado al INED, Catarina, San Marcos, financiado por casas comerciales y personas particulares.

La Evaluación Final, consistió en entrevistar a los beneficiarios para analizar el resultado del impacto y aceptabilidad del proyecto y la entrega a la institución beneficiada.

Además, este informe lleva conclusiones de acuerdo a los objetivos específicos Del perfil; las recomendaciones pertinentes, para los que hagan uso de ella; bibliografía utilizada; el apéndice, que es el material escrito por la Epesista; los anexos y todo lo recabado como apoyo del mismo.

CAPÍTULO I DIAGNÓSTICO

1. Datos generales de la institución

1.1 Reseña histórica de la Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnica Administrativa del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.

La Supervisión Educativa 96-75 con Funciones de Coordinación Técnico Administrativa del Sector 1216.1 del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, fue creado por la necesidad y crecimiento de la población estudiantil para dar una mejor cobertura y calidad Educativa, siendo el primer supervisor, el Profesor de Educación Media Edmundo Camacho Leal, el cual desempeñó eficientemente sus labores Técnico Administrativas, posteriormente el Profesor de Educación Media Argeler Benjamín López Sandoval, realizó un trabajo eficiente al frente de dicha institución; actualmente el PEM.Cesar Ambrosio Gutierrezel desempeña el cargo de Supervisor Técnico Administrativo. La supervisión Educativa 96-75 se encuentra ubicada en la 2ª. Avenida 16-32 Zona 1 de Catarina, San Marcos, Actualmente atiende a 119 maestros y maestras de nivel pre primario, primario, básico, diversificado, del sector oficial y privado, por lo cual se hace muy importante e indispensable para el desarrollo educativo de éste pujante municipio de Catarina, San Marcos.

1.1.1 Nombre de la Institución: Supervisión de Educación

1.1.2 Tipo de institución: Oficial de servicios Educativos

1.1.3 Ubicación Geográfica: 2ª. Avenida 5-80 Zona 1, Catarina, San Marcos.

1.1.4 Visión

A través de un proceso de gestión planificada y organizada prestar servicios educativos esenciales de manera eficaz, por medio de instituciones educativas estatales y privadas que estén bajo su jurisdicción, fortaleciendo el desarrollo integral del municipio.

1.1.5 Misión

Servir a toda la población con honestidad y capacidad para promover un desarrollo más humano, mediante educación eficiente y transparente lograr la calidad de los servicios educativos que son esenciales para la vida, la salud y el desarrollo de los habitantes. Logrando así el desarrollo integral del municipio.

1.1.6 Políticas

➤ Equidad

El fortalecimiento de la identidad cultural propia de cada uno de los grupos étnicos que conforman el municipio de Catarina, dar a cada habitante lo que en materia de educación corresponde.

➤ Austeridad

La administración de los recursos se hace de manera eficiente y eficaz, dejando los gastos suntuosos y superfluos.

1.1.7 Objetivos

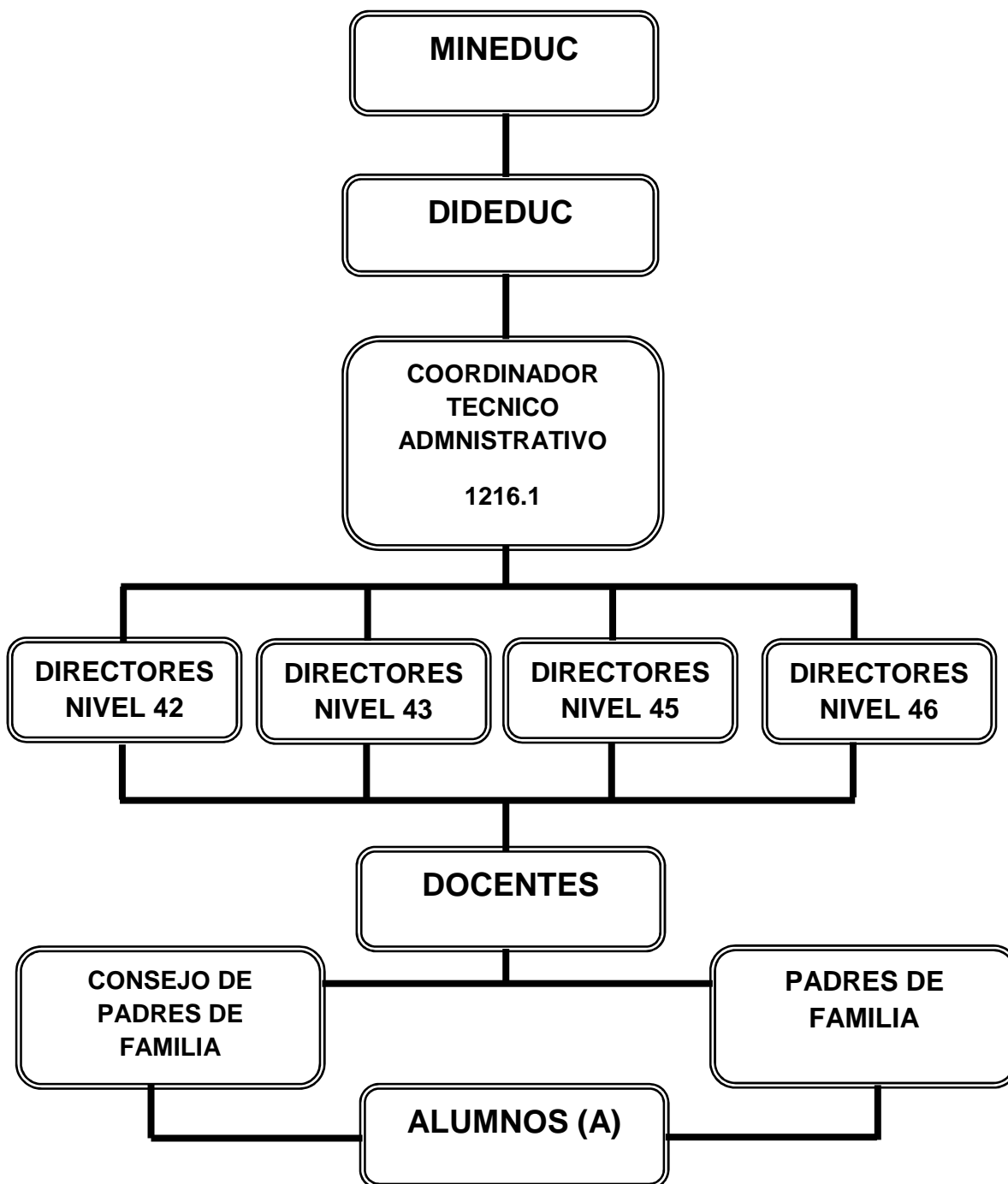
➤ Gestionar la mayor cantidad de proyectos educativos para promover el desarrollo social, cultural, económico, productivo y de infraestructura física (mejorar establecimientos educativos, construir edificios escolares) en coordinación con el MINEDUC y el gobierno central.

➤ Promover una participación y una comunicación abierta entre autoridades municipales y población rural así como con los COCODES (Consejos Comunitarios de Desarrollo), para el desarrollo educativo de sus comunidades.

1.1.8 Metas

Elevar la eficiencia interna y externa del sistema y del proceso educativo, con calidad y equidad.

1.1.9 Estructura organizacional



1.1.10 Recursos:

Tienen como responsabilidad de orientar y velar por el buen uso de los recursos con los que cuenta.

- **Humanos**

Organiza al personal para atender las diferentes actividades, dentro y fuera de las oficinas, asesora a los Directores de establecimientos para la asignación de responsabilidades del personal

- **Materiales**

Aunque es uno de los problemas que tiene la supervisión la escasez de materiales, vela por el buen uso de los materiales y equipos con los que cuenta los Centros Educativos.

- **Financieros**

Corresponde al supervisor asesorar, orientar y ayudar a la mejor utilización de los recursos financieros con los que cuentan los Centros Educativos.

1.2 Técnica utilizada para el diagnóstico

Para la realización del diagnóstico institucional, con base en la guía de sectores y con el objeto de recopilar información se utilizaron las técnicas e instrumentos siguientes:

Técnica de la entrevista: Se utilizaron cuestionarios

Técnica de la encuesta: se utilizó el cuestionario

Técnica del FODA.

1.3 Lista de carencias, ausencias o deficiencias

- ✓ Falta de educación sobre la importancia de la alimentación
- ✓ Falta de Guías de Aprendizaje sobre la alimentación y su impacto en la salud
- ✓ Ausencia de salón para áreas prácticas
- ✓ La institución no cuenta con edificio propio.
- ✓ Falta de director específico

1.4 CUADRO DE ANALISIS Y PRIORIZACION DE PROBLEMAS.

PROBLEMAS	CARENCIAS QUE LAS PRODUCEN	SOLUCION
1. Poca información sobre una alimentación adecuada.	1. Educación sobre una alimentación adecuada. 2. Falta de una Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud.	1.- Elaborar Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud,
1. Deficiente infraestructura	1. Instalaciones propias 2. Salón de usos múltiples 3. Salón para áreas prácticas	1. Construir el edificio educativo 2. Construir salón 3. Gestionar construcción.
3. Administración deficiente.	1. Falta de director específico 2. Docentes	1. Contratar al director 2. Gestionar plazas

DIAGNÓSTICO DE LA INSTITUCIÓN BENEFICIADA

1.5. Datos Generales de la Institución

1.5.1 Nombre de la institución:

Instituto Nacional de Educación Diversificada Catarina San Marcos.

1.5.2 Tipo de Institución

Pública; por lo tanto es una Institución laica y gratuita que genera oportunidades de preparación a todas las personas que desean hacerlo.

1.5.3 Ubicación Geográfica:

El Instituto Nacional de educación Diversificada con orientación en Turismo y Computación se encuentra ubicado en la 2ª. Avenida 2-26 zona 1 de la cabecera municipal del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.5.4 Visión

El Instituto Nacional de Educación Diversificado es una institución democrática, formadora de ciudadanos con carácter, capaz de aprender, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral con principios, valores y convicciones que fundamenten su conducta.

Prepara a los estudiantes conforme lo establece la Reforma Educativa y el CNB/FID para que se proyecten con eficacia en su comunidad y ante los retos de la globalización. Se trabaja con una comunidad educativa integrada, para fortalecer el proceso de aprendizaje y el nuevo paradigma de gestión.

1.5.5 Misión:

Transformar el sistema educativo nacional en forma participativa, en cumplimiento de los Acuerdos de Paz, en el marco del proceso de la Reforma Educativa y del Pacto de Gobernabilidad.

Hacer de la actividad educacional o de la Educación propiamente dicha, un proceso participativo e incluyente, para que responda con criterios modernos, a las necesidades de desarrollo integral de la población social, cultural y lingüísticamente diferenciada.

1.5.6 Políticas Institucionales

➤ Políticas generales

- Implementar un modelo de gestión transparente que responda Las necesidades de la comunidad educativa.
- Ampliar la cobertura educativa incorporando especialmente a los Jóvenes y señoritas de extrema pobreza y de segmentos Vulnerables.
- Fortalecer la educación bilingüe intercultural.
- Justicia Social a través de equidad educativa y permanente escolar.
- Avanzar hacia una educación de calidad.

➤ Políticas Transversales

- Fortalecimiento de la institucionalidad del sistema educativo.
- Descentralización educativa
- Aumento de la Inversión Educativa.

➤ Política de Cobertura.

La Constitución de la República y los compromisos de los Acuerdos de Paz establecen la obligatoriedad de la educación inicial, la educación preprimaria, primaria y ciclo básico del nivel medio.

Asimismo, la responsabilidad de promover la educación diversificada. La educación que imparte el Estado es gratuita.

➤ Política de Equidad

Nos proponemos un proceso, bajo el concepto de equidad integral. Siendo para nosotros la equidad en la educación, las posibilidades que todos los niños, niñas, jóvenes y señoritas tengan, en cuanto a las experiencias que demanda el mundo actual, para un pleno desarrollo de sus capacidades.

Equidad, implica también, el acceso de la mujer guatemalteca, históricamente marginada a la educación, en todos los niveles, atendiendo a las poblaciones del área rural, hágase especialmente de los pueblos indígenas quienes han permanecido al olvidados. Se garantizará la prestación del servicio en todas las regiones del país, con énfasis a la educación en el Idioma Materno y bilingüe.

El planteamiento consiste en que toda la niñez, sin distinción de nada, complete el Nivel Primario, pues éste, sólo lo completa el 39% de niños y niñas en el área urbana, en tanto que en el área rural, zonas de extrema pobreza, poblaciones mayoritariamente indígenas, los niveles de completación son aún más bajos.

➤ **Política de Educación Bilingüe**

Nos proponemos fortalecer la Educación Bilingüe Intercultural, a través del incremento de su presupuesto y la discusión con los representantes de las organizaciones indígenas del modelo de la EBI en el país, respetando su cosmovisión, sus textos, materiales y recursos de enseñanzas, incrementando el número de contratación de maestros y maestras bilingües en todos los niveles y modalidades de educación, mejorando las condiciones laborales establecidas en la ley de generalización de la educación bilingüe intercultural.

Además, apoyar programas desde la perspectiva de los pueblos mayas, garífuna, xincas y ladinos en un marco que tenga un triple eje: la ciudadanía multicultural que responda a la identidad local, en el contexto de la ciudadanía guatemalteca que constituye el segundo eje y un tercer eje vinculado a la ciudadanía centroamericana y cosmopolita.

➤ **Política de modelo de gestión**

Nos proponemos fortalecer sistemáticamente los mecanismos de eficiencia, transparencia y eficacia garantizando los principios de participación, descentralización, pertinencia, que establezca como el centro de Sistema Educativo, la niñez y a la juventud guatemalteca.

El objetivo fundamental del Sistema Educativo guatemalteco consiste en que los jóvenes y señoritas tengan un aprendizaje significativo y sean capaces de construir una sociedad próspera y solidaria, en un mundo altamente competitivo.

Será necesario establecer alianzas con otros actores que hacen educación en Guatemala, tales como: los gobiernos locales, partidos políticos, las universidades, los centros de formación agrícola y capacitación técnica, organizaciones empresariales y sociales.

➤ **Políticas transversales**

Aumento de la inversión educativa

Política de inversión

Se promoverá el aumento en la inversión en educación, ampliando progresivamente el presupuesto que nos permita alcanzar las metas propuestas al final de nuestro período, para garantizar la calidad de la educación como uno de los derechos fundamentales de los ciudadanos y las ciudadanas.

El aumento en la inversión debe ir acompañado del buen uso, racionalidad y transparencia.

➤ **Descentralización Educativa**

Política de Descentralización Educativa

Se pretende privilegiar al ámbito municipal, para que sean los gobiernos locales los rectores orientadores del desarrollo del municipio, así como el sustento de los cuatro pilares en los que debe fundamentarse la implementación de la estrategia nacional: a) el respeto y la observancia de la autonomía municipal, b) el fortalecimiento institucional de las municipalidades, c) la desconcentración y descentralización como instrumentos de desarrollo; y, d) la democracia y participación ciudadana.

➤ **Política de Fortalecimiento Institucional**

Fortaleceremos la institucionalidad del Sistema Educativo escolar. Como parte de esta política promoveremos la instalación íntegra y funcionamiento del Consejo Nacional de Educación, con la participación de los distintos sectores de la sociedad, así como el fortalecimiento de los Concejos Municipales de Educación.

1.5.7 Objetivos

Proveer la información sobre la calidad de los aprendizajes, basada en criterios y estándares sistemáticos que aseguran un alto grado de objetividad, para planificar acciones y tomar decisiones a efecto de:

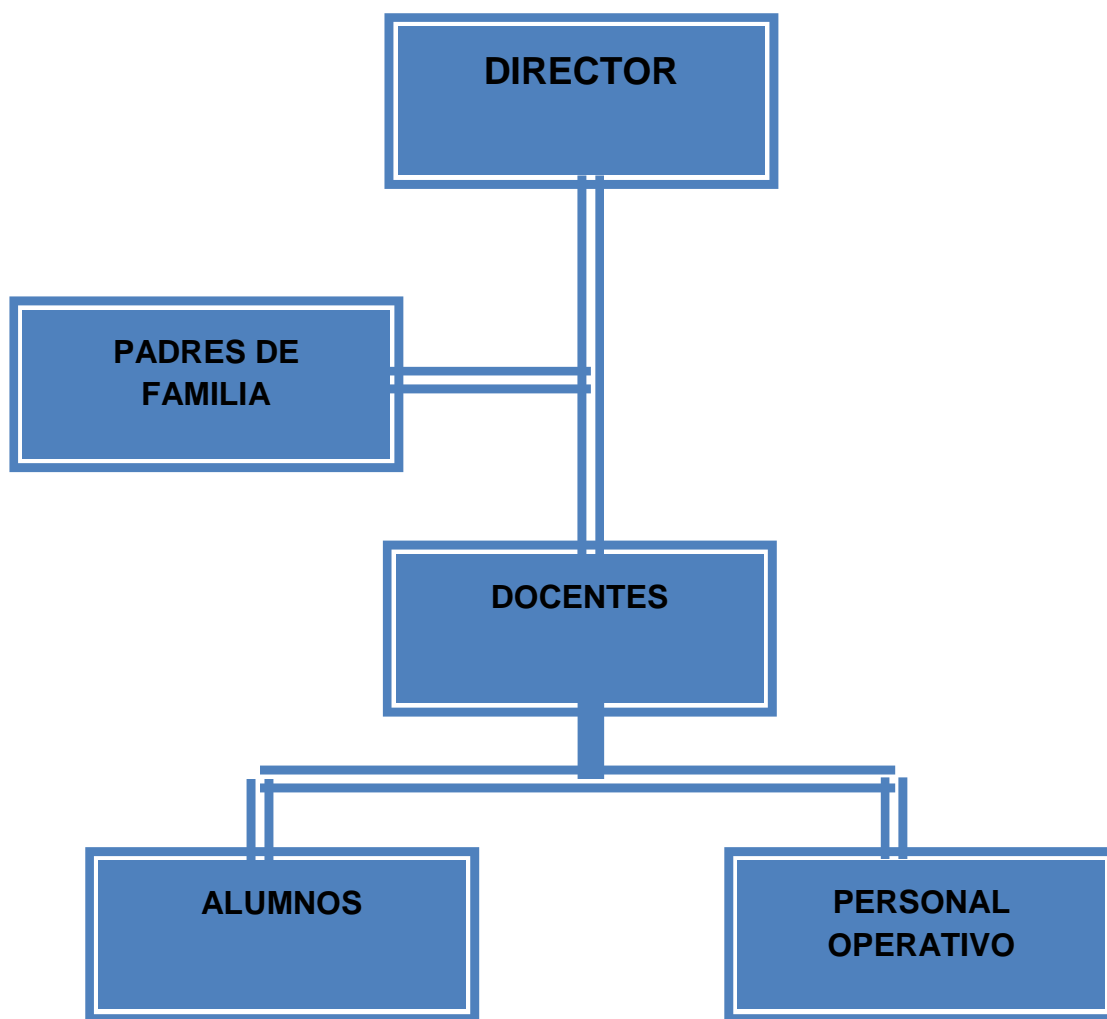
- ✓ Contribuir a la formación de la personalidad del educando.
- ✓ Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.
- ✓ Promover el desarrollo integral mediante el uso del Currículo Nacional Base así como la filosofía y políticas actuales en el marco de proceso de la Reforma Educativa.
- ✓ Lograr el cambio en la personalidad de los estudiantes.
- ✓ Provisión de insumos para el desarrollo de evaluaciones de impacto de políticas y programas.

1.5.8 METAS

- Guiar, orientar, dirigir, y encausar por mejores senderos a los estudiantes de acuerdo al nivel y características específicas del plantel.
- Graduar bachilleres capaces de enfrentar el cambio de nuestra era.
- Preparar bachilleres con una visión innovadora, tomando en cuenta la importancia que tiene la Prevención de Incendios Forestales y su Impacto en el Ambiente, como un beneficio para toda la humanidad.
- Calidad educativa.

1.5.9 ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL

Organigrama del INED



PERFIL DE LOS INTEGRANTES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

Dimensión	Perfiles			
	Estudiantes	Docentes	Director	Padres de Familia
Social (Relación con los demás, la participación en el cuidado de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud.	Participativos, amigables, Respetuosos, comunicativos, sociables, Con identidad. Responsables, ordenados, honestos, constantes, altruistas.	Democráticos puntuales, organizados, trabajadores, responsables, ordenados, facilitadores, mediadores, proactivos, motivadores, integradores.	educado, respetuoso, amigable, íntegro, gestor, Sociable, solidario. Participativo Justo Responsable, disciplinado.	Con iniciativa y colaboradores, Participativos, solidarios, organizadores, responsables, atentos, constantes, humildes.
Personal-afectiva (Rasgos relacionados con el aspecto emocional; autoestima, seguridad, valores, etc.)	Capaces, solidarios, responsables, humanistas, conscientes, sensibles, honestos activos, humildes, respetuosos, confiables, atentos.	Comprensivos, puntuales, democráticos, tolerantes, justos, equitativos, Con inteligencia emocional, despiertan confianza, humanistas.	Confiable, seguro de sí mismo, sincero, versátil, humanista, gentil, cortés, coordinador, controlador, Democrático, comprensivo, tolerante.	Futuristas, altruistas, democráticos, comprensivos, tolerantes, confiables promotores, amables.
Intelectual (Conocimientos y capacidades mentales; resolución de problemas, Inducen al pensamiento crítico y reflexivo)	Inteligentes, investigadores, líderes, humanistas, sintéticos, eficientes, estudiosos, autodidactas, reflexivos, críticos, analítico-sintéticos.	Actualizados, inteligentes, eficientes, idealistas, innovadores, futuristas, ordenados. Creativos.	Eficiente, actualizado, disciplinado, ordenado, con preparación académica adecuada, investigador, con iniciativa, capacitado. Creativo.	Idealistas, participativos, perseverantes, ordenados, actualizados, con espíritu de solución de conflictos, justos.

Psicomotora (habilidades y destrezas motoras)	Activos, participativos, disponibles, trabajadores, creativos, propositivos, investigadores, innovadores, inteligentes, altruistas, habilidosos.	Activos, perseverantes, originales, creativos, participativos, de ambiente agradable, propositivos.	Activo, flexible, capacidad de organización, gestor, hábil, creativo, perseverante, propositivo.	Activos, flexibles, participativos, constructores, creativos, colaboradores, generadores de ideas, propositivos.
--	--	---	--	--

1.5.10 Recursos

Humanos:

- Coordinador Técnico Administrativo 1216.1
- Director del Establecimiento Educativo
- Personal Docente
- Alumnos
- Conserje

Materiales y Equipo

- Aulas
- Computadoras
- Pupitres
- Cátedras
- Biblioteca de la Institución.

Financieros:

- Fondo de gratuidad
- Esta Institución cuenta con docentes contratados en el renglón presupuestario 021.

Técnica (s) Utilizada (s) para Realizar el Diagnóstico Guía de los VIII sectores

Técnicas de observación

Técnica de análisis documental

Técnica del FODA

Técnica de entrevista.

Instrumentos

Observación

Cuestionario

Fichas

FODA del Instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, San Marcos.

AMBITO	FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS
Pedagógico	Docentes Capacitados y activos Docentes proactivos Jóvenes participativos	Apoyo del MINEDUC con capacitaciones a docentes. Extensión Universitaria USAC. Catarina.	Carencia de material bibliográfico que aborde temas de impacto sobre el mejoramiento de la salud, como: La importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud. Carece de mobiliario adecuado para el nivel.	Falta de información sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud. Hacinamiento
Institucional	Liderazgo y trabajo en equipo. Ubicación del instituto accesible.	Organizaciones de madres y padres de familia Gestionar con otras instituciones diferentes tipos de apoyo	No cuenta con edificio propio. Carece de condiciones higiénicas y sanitarias Predio escolar deforestado.	Desinterés en la participación de padres de familia Falta de recursos económicos de los padres y madres de familia.

Con relación a la proyección a la Comunidad Educativa.	Contar con el proyecto Educativo Institucional.	Programas y proyectos de desarrollo en el sector educativo.	Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil.	Desatención de programas que propicien espacios y actividades de convivencia social para la comunidad.
	Contar con la participación de los diferentes sectores de la comunidad educativa.	Coordinar con Instituciones para brindar apoyo en actividades para el desarrollo comunitario.	Poca comunicación con otros centros educativos del municipio.	Índice de analfabetismo. Desinterés en máximos dirigentes de la comunidad.
	Apoyo de la Coordinación Técnica Administrativa.			

1.6 Lista y Análisis de Problema (Análisis del FODA)

No.	Problemas priorizados	Factores que originan	Soluciones que requieren
1	Carencia de material bibliográfico que aborde temas de impacto sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud.	Insuficiente presupuesto interno	Gestión ante autoridades educativas para la elaboración de la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación en el mejoramiento de la salud
2	Carece de mobiliario	Poco ingreso económico	Gestionar con autoridades municipales y locales para apoyo de mobiliario.
3	No cuenta con edificio propio		
4	Carece de condiciones higiénicas y sanitarias	Insuficiente presupuesto del MINEDUC para infraestructura.	Aumento de presupuesto
5	Predio Escolar deforestado	Insuficientes para los tres niveles.	Gestionar la construcción de servicios sanitarios para cada nivel.
6	Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil armónica.	Falta de interés de los alumnos y docentes Pocas actividades con alumnos y docentes para la fomento de valores	Gestionar a instituciones para reforestar el área. Organizar actividades de convivencia en donde participen todos los alumnos.
7	Poca comunicación con otros centros educativos del municipio	Distancia entre los diferentes centros educativos.	Organizar actividades deportivas o de otra índole para la socialización de alumnos con otros centros educativos.

1.7 Análisis de Viabilidad y Factibilidad

Problemas No. INDICADORES	Carece de material bibliográfico o que aborde temas de impacto sobre el mejoramiento de la salud		Carece de mobiliario inadecuado para el nivel		No cuenta con edificio propio		Carece de condiciones higiénicas y sanitarias		Predio escolar deforestado		Deficiencia en la práctica y fomento de valores para una convivencia estudiantil		Poca comunicación con otros centros educativos	
	1		2		3		4		5		6		7	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X		X		X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X			X	X			X	X		X		X	
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X			X	X		X			X	X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?	X		X		X		X			X	X		X	
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?	X			X	X		X			X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización de jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X		X		X	

7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?		X				X	X			X	X			X
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?	X		X		X			X		X		X	X	
9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones	X				X	X			X		X		X	X
10. ¿Se gestionará apoyo a instituciones OG'S ONG'S para la ejecución del proyecto?	X				X	X			X		X		X	X
TOTAL	9	1	4	6	8	3	5	6	3	7	6	5	7	3
PRIORIDAD	1		6		2		5		7		4		3	

1. Priorización del Problema:

El problema seleccionado es, "Carencia de material bibliográfico que aborde temas de impacto de salud como: la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la Salud el cual aparece como número uno en la lista de análisis. Es de saber, que, la falta de documentación y material pedagógico no favorece en nada a una educación sobre la prevención de enfermedades. Para la formación de jóvenes en esta rama del saber, se

necesita bibliografía básica, lo cual redundará en el cuidado y aprecio de nuestro cuerpo.

1.8 Análisis de Viabilidad y Factibilidad

Opción 1. Elaborar una guía de aprendizaje sobre “La importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud,” en el Instituto Nacional de Educación Diversificada Catarina, San Marcos.

Opción 2. Realizar talleres para docentes, estudiantes y padres de familia.

Opción 1

Opción 2

No.	Indicadores	Opción 1		Opción 2	
		SI	NO	SI	NO
1.	¿Se cuenta con suficientes recursos financieros?	X			X
2.	¿Se cuenta con financiamiento externo?	X			X
3.	¿El proyecto se ejecutará con recursos propios?	X			X
4.	¿Se cuenta con fondos extras para imprevistos?	X			X
	Administrativo				
5.	¿Se tiene la autorización legal de la administración?	X		X	
6.	¿Se tiene estudio del impacto?	X		X	
7.	¿Existe ley que ampare el proyecto?	X			X
8.	¿Se hicieron controles de calidad para la ejecución?	X			X
9.	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X		X	
10.	¿Se tienen los insumos necesarios para el proyecto?	X			X
11.	¿Se tiene la tecnología apropiada para el proyecto?	X		X	

12.	¿El tiempo programado es suficiente para ejecutar el proyecto?	X			X
13.	¿Se han definido claramente las metas?	X		X	
Mercadeo					
14.	¿El proyecto cuenta con la aceptación de la institución y de los usuarios?	X		X	
15.	¿Satisface las necesidades de la comunidad educativa?	X		X	
16.	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X			X
17.	¿El proyecto es accesible a la población?	X		X	
18.	¿Se cuenta con el personal capacitado para la ejecución del proyecto?	X			X
Político					
19.	¿La institución se hará responsable del proyecto?	X		X	
20.	¿El proyecto es de vital importancia para la institución?	X		X	
21.	¿Considera efectivo el apoyo del Alcalde Municipal?	X		X	
Cultural					
22.	¿El proyecto responde a las expectativas culturales de la región?	X		X	
23.	¿El proyecto impulsa la equidad de género?	X		X	
Social					
24.	¿El proyecto beneficia a la mayoría de la población?	X		X	
25.	¿Cuenta con el beneplácito de los beneficiarios?	X		X	
26.	¿Se toma en cuenta a los catedráticos en servicio?	X			X
Total		26		15	

1.9 Problema Seleccionado

Al terminar el diagnóstico institucional se listaron y jerarquizaron los problemas y necesidades, priorizando básicamente, el de la carencia de material bibliográfico que aborde temas de impacto de salud, específicamente sobre la importancia de la alimentación.

1.10 Solución Propuesta como Viable y Factible

Después de aplicar el análisis de viabilidad y factibilidad, la opción más viable y factible es: elaborar una Guía de Aprendizaje sobre prevención de mejoramiento de la salud” aplicada a estudiantes del INEB, para integrarlo al Área de Ciencias Naturales, para de esa manera, preparar responsablemente, a los estudiantes del INED de la cabecera municipal de Catarina, San Marcos.

Problema seleccionado	Solución
Carencia de material bibliográfico que aborde temas de impacto de salud, específicamente sobre: La importancia de la alimentación.	Elaborar una guía de aprendizaje sobre “La importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud” al Instituto Nacional de educación Diversificada Catarina, San Marcos.

CAPÍTULO II

PERFIL DEL PROYECTO

2.1 Aspectos generales

2.1.1 Nombre del proyecto

Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, aplicada a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.

2.1.2 Problema

Carencia de Materiales y Guías Didácticas para el proceso de enseñanza –aprendizaje del área de Ciencias Naturales.

2.1.3 Localización

El Instituto Nacional de Educación Diversificada pertenece al Municipio de Catarina, ubicado en Calle principal de Catarina, San Marcos.

2.1.4 Unidad ejecutora

- Universidad de San Carlos de Guatemala
- Facultad de Humanidades, sección Catarina, San Marcos.
- Casas comerciales Y personas particulares de Catarina San Marcos.

2.1.5 Tipo de Proyecto

De producto educativo

2.2 Descripción del proyecto

El proyecto consiste en diseñar una Guía de aprendizaje de producto educativo sobre “La importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, dirigido a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, de la cabecera municipal del municipio de Catarina, departamento de San Marcos, la cual contendrá, temas como: el Ejercicio, el Descanso, Una buena alimentación, el Aire, El sol, el agua, y confianza en Dios, pues, bien sabemos que si tenemos una vida saludable, tendremos mente y cuerpo sano. Es por ello que urge comunicarlo a nivel de educando, educadores y habitantes de las comunidades y las personas que se encuentren a nuestro alrededor. Según estadísticas el 60% de las enfermedades radica en una mala alimentación, considerando que es una forma cruel de terminar enfermándonos a temprana edad. Socializando la presente guía de aprendizaje se pretende concientizar a los alumnos para que sean ellos los promotores de proteger su cuerpo con una buena alimentación, que de hecho son parte de su propia vida. La guía de aprendizaje nos dará a conocer los diferentes temas y los beneficios que se obtendrán siendo utilizados debidamente, se contribuye a la conservación y por ende a la prevención de las enfermedades. Ya que la salud es algo integral que abarca al ser humano en sus tres dimensiones, Física, psicoespiritual y social. También incluye algunas especies de selección que nos ayudarán a la clasificación clara de éstos. El prevenir las enfermedades, el impacto de salud, será positivo. Entregando a cada alumno una guía de aprendizaje de prevención de enfermedades y su impacto en el mejoramiento de la salud. Sobre la cual llevará lineamientos para los conocimientos y la importancia que se le debe prestar a nuestro cuerpo. Después de la entrega de las mismas se socializará para que posteriormente se lleve a la práctica, así contribuir al cuidado de nuestro cuerpo.

2.3 Justificación

Tomando como punto de partida las tantas enfermedades que está azotando a nuestro planeta y a esto tenemos que enfrentarnos debido a nuestra mala alimentación, por la falta de conciencia y responsabilidad en cada uno de los habitantes se hace necesario inculcar en la juventud, la importancia y urgente necesidad de nuestra participación como entes sociales y humanos para detener la auto destrucción de nuestro cuerpo que de una u otra forma anhelamos tener una mejor vida, siendo la salud una fuente divina para la obtención del mismo, reflejando con esta actitud de prevención de enfermedades , protección y conservación de los mismos, es ahí la importancia que debemos darle.

Conocedores de los principios de una alimentación saludable se han interesado en que el lector pueda tener un amplio conocimiento de los beneficios que nos trae comer sanamente y pueda evitarse tantas enfermedades, el estilo de alimentación se forma desde nuestra cuna por lo que resulta un poco dificultoso hacer cambios ya de adultos. Nuestro cuerpo no fue hecho para que lo tratemos de cualquier manera. El cuerpo está regido por leyes. Si se le obedece, el organismo tendrá las condiciones para desempeñarse adecuadamente y la persona gozara de buena salud. Así se caracteriza por tener una variedad de información sobre cómo alimentarse sanamente. Los principales problema vienen, en general, cuando persistimos en seguir un estilo de vida peligroso. En ese caso, puede sobrevenir quebrantos tan grandes que hagan que la recuperación sea imposible. Es de vital importancia concientizar al ser humano para que cuide y proteja su cuerpo y así tomando en cuenta que los estudiantes tengan los conocimientos necesarios para su cuidado y la información escrita.

Con esta guía se pretende no dejar solo la teoría sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, sino conducirlos a la práctica para formar la conciencia del cuidado y valorización de nuestro cuerpo.

2.4 Objetivos del proyecto

2.4.1 General

Contribuir con el desarrollo Educativo de salud en la formación de jóvenes estudiantes, con respecto a la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, para los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificado, en el área de Ciencias Naturales, así estén preparados a construir una sociedad más sana.

2.4.2 Específicos

- Diseñar una Guía de aprendizaje en el curso de Ciencias Naturales
- Socializar la Guía en la Institución Educativa, Supervisión de Educación, Personal Docente, padres de familia y jóvenes estudiantes.
- Capacitar al Director y Personal Docente para realizar el proceso de enseñanza con la Guía de Prevención de enfermedades y su Impacto en el mejoramiento de la salud, en el curso de Ciencias Naturales

2.5 Metas

- Elaborar una Guía en el periodo de cuatro semanas, para dar a conocer las formas y medios existentes en cuanto a la Prevención de enfermedades y su Impacto en el mejoramiento de la salud, a los estudiantes de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina.
- Presentar la Guía al Supervisor Educativo, Catedráticos, así como a cinco líderes comunitarios, para su información y conocimiento.
- Realizar el proceso de capacitación a 3 docentes del curso de Ciencias Naturales, a estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras en el área Agroforestal para que ejecuten el uso adecuado de la Guía de aprendizaje.

2.6 Beneficiarios

❖ Directos

- ❖ Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras
- ❖ Docentes del curso de Ciencias Naturales
- ❖ Director
- ❖ Padres de Familia

❖ Beneficiarios Indirectos

Al momento de realizar el proyecto del problema detectado en el Instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, departamento de San Marcos, se beneficiarán a 200 personas, entre los cuales están: alumnos del presente ciclo escolar, padres y futuros estudiantes del establecimiento, que de alguna manera serán beneficiados.

2.7 Fuentes de financiamiento

El financiamiento del proyecto es autogestión, con el apoyo de casas comerciales y personas particulares.

No.	Descripción	Cantidad	Unidad de medida	Costo Unitario	Costo Total
1	Copias de libros	400	Unidades	0.25	100.00
2	Tecleado de Texto	150	Unidades	4.00	600.00
3	Impresión de módulo	3	Unidades	300.00	900.00
4	Copias de Módulo	10	Unidades	75.00	750.00
5.	Resma de papel bond	3	Unidades	40.00	120.00
6.	Tinta para computadora	2	Unidades	260.00	520.00
7.	Lazos	2	Unidades	5.00	10.00
8.	Lapiceros	36	Unidades	11.00	33.00
9.	Marcadores	6	Unidades	8.00	48.00
10.	Cintas plásticas	5	Unidades	3.00	15.00
11	Empastado de módulos	10	Unidades	25.00	250.00
12	Grabación de Disco	4	Unidades	10.00	40.00
13	Impresión de invitaciones	60	Unidades	1.00	60.00
14.	Sellador para pegar	1	Unidad	7.00	7.00
15.	Pago a Conferencista	1	Plática	500.00	500.00
16.	Refacciones	80	Unidades	10.00	800.00
17.	Gastos de pasajes	8	Unidades	50.00	400.00
18.	Pago de sonido	2	Unidades	150.00	300.00
Total					Q.5,453.00

2.8 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Responsable	ACTIVIDADES	TIEMPO DEL PROYECTO 2,014													
		MARZO				JUNIO Y JULIO				AGOSTO Y SEPTIEMBRE				OCTUBRE	
		1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.
Epesista	Investigación bibliográfica.														
Epesista	Recopilación e información sobre La práctica de la prevención y conservación de la Salud de la Familia.														
Epesista	Ordenar la información recabada.														
Epesista	Seleccionar información.														
Epesista	Redacción de los temas y subtemas.														
Epesista	Dosificación de temas por														

	capitulo.														
Epesista	Elaboración de Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la Salud.														
Epesista	Reproducción de guías de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la Salud.														
Epesista	Planificar una capacitación de la guía de aprendizaje.														
Epesista	Selección de la institución para la realización de la capacitación.														

Responsable	ACTIVIDADES	TIEMPO DEL PROYECTO 2,014													
		MARZO				JUNIO Y JULIO				AGOSTO Y SEPTIEMBRE				OCTUBRE	
		1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.	3era.	4ta.	1era.	2da.
Epesista	Elaboración de material didáctico para el desarrollo de la capacitación.														
Epesista	Presentación de la Guía al Supervisor, Director y Docente.														
Epesista	Elaboración del documento.														
Epesista	Revisión del documento por parte del asesor del proyecto.														
Epesista	Socialización del proyecto con alumnos y docentes.														
Epesista	Evaluación y entrega de informe final.														

2.9 Recursos

- **Humano**

- ✓ Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
- ✓ Catedráticos de Ciencias Naturales
- ✓ Estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras
- ✓ Capacitadores
- ✓ Epesista

- **Materiales**

- ✓ Material didáctico
- ✓ Computadora
- ✓ Cañonera
- ✓ Pizarra
- ✓ Cámara fotográfica
- ✓ Guía de aprendizaje
- ✓ Memoria.

- **Físicos**

Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos.
Oficinas administrativas.

- **Financieros**

El proyecto es financiado por centros comerciales y personas particulares.

CAPÍTULO III

ASPECTOS GENERALES

Proceso de Ejecución Del Proyecto

3.1 Actividades y resultados:

No.	Actividades	Resultados
3.1.1.	Elaboración del plan de ejecución	Con la elaboración del plan, el proyecto se ejecutó con certeza.
3.1.2.	Organización del cronograma del trabajo	Se estipularon fechas indicadas para su ejecución.
3.1.3.	Solicitud a Autoridades Educativas Municipales para llevar a cabo el ejercicio Profesional Supervisado en el centro Educativo Nacional del Nivel diversificado.	Se les presentó a las autoridades Educativas Municipales la solicitud de autorización del Ejercicio Profesional Supervisado en el Centro Educativo del nivel diversificado.
3.1.4.	Visita al Coordinador Técnico Administrativo del municipio de Catarina, San Marcos para recoger la autorización solicitada.	Se visitó al Coordinador Técnico Administrativo del municipio para recoger la autorización de ejecución.
3.1.5.	Solicitud dirigida al Director del Instituto Nacional diversificado de Catarina, San Marcos, para la autorización de socialización de la guía.	Se solicitó al Director del Instituto Nacional de Diversificado del municipio de Catarina, San Marcos.
3.1.6.	Visita al Director para recoger autorización para ejecutar el proyecto en el establecimiento.	La solicitud presentada al director fue aprobada para ejecutar la socialización de la Guía de aprendizaje.
3.1.7.	Presentación de la guía por unidades, a los docentes y estudiantes del Curso de Ciencias Naturas.	Los docentes y estudiantes del establecimiento quedaron complacidos del contenido del mismo.
3.1.8.	Capacitación a los docentes y estudiantes.	Se capacitó a docentes directos e indirectos y a todos los alumnos del Instituto Nacional de diversificado de Catarina, San Marcos.

3.1.9.	Investigación bibliográfica	Se investigaron varias fuentes bibliográficas para la redacción de la guía de aprendizaje.
3.1.10.	Clasificación de información	La información obtenida de las fuentes bibliográficas se clasificó para argumentar la guía de aprendizaje.
3.1.11.	Redacción de la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.	La guía sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.
3.1.12.	Revisión y corrección de la Guía de aprendizaje por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal efectuó las correcciones necesarias en el documento.
3.1.13.	Aprobación de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, por el asesor del EPS.	El Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal aprobó la Guía de aprendizaje para su reproducción.
3.1.14	Entrega de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, al asesor	Fue entregada la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, al asesor Licenciado Oscar Osvaldo Cerna Vidal.
3.1.15.	Reproducción de Guías de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.	Las Guías fueron reproducidas para su socialización con los alumnos y docentes del establecimiento.
3.1.16.	Planificar el taller de capacitación con respecto a la Guía de aprendizaje.	Se planificó el taller de capacitación para la socialización de la Guía de Aprendizaje.
3.1.17.	Entrega de Guías de aprendizaje al Director del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, San Marcos.	Las Guías de aprendizaje, fueron entregadas al director del Instituto Nacional de Educación Diversificada, para el área agroforestal

3.2 Productos y Logros:

Productos	Logros
Se redactó la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, para estudiantes de Bachillerato en Ciencias y Letras del INED cabecera municipal Catarina, San Marcos.	Una completa aceptación por parte de alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada en el área agroforestal, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.
Se realizó la presentación de la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, por unidades, a los docentes y estudiantes del establecimiento.	Docentes y Estudiantes del establecimiento quedaron motivados con el contenido de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, quienes participaron activamente, en la ejecución.
Se capacitó a docentes y alumnos del Instituto Nacional de Educación Diversificada, con lineamientos sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.	Cantidad de participantes en la capacitación.
Se practicaron todas las actividades de la Guía de aprendizaje.	Se realizaron actividades en forma individual y colectiva.
Se divulgó internamente y externamente la elaboración y la ejecución de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.	Personas de la comunidad mostrando interés en el conocimiento de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA Y ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO**



Guía de Aprendizaje Sobre La importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, Aplicado al Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina, San Marcos

EPESISTA

Alicia Judit López Hernández

ASESOR

Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

Guatemala, San Marcos, Noviembre 2014.

ÍNDICE

Contenido	Páginas
Introducción	I
Presentación	II
Objetivos	III
 CAPÍTULO I	
Competencia	1
Enfermedad	1
Derecho a la alimentación	1
La Alimentación garantizada es un Derecho Fundamental	3
Una Dieta equilibrada es vital para el desarrollo del niño	3
Problemas alimentarios	4
Importancia del Desayuno	5
Cinco formas de comer sanamente	5
¿Cómo evitar el exceso de alimentos en la mesa?	6
¿Vale la pena comer pan integral y fibra?	7
Beneficios de la linaza	8
¿Cómo evitar y corregir el estreñimiento?	9
Actividades	10
 CAPITULO II	
Competencia	11
Aprendo de mi cuerpo	11
El Corazón	11
Los huesos	12
El cerebro	13
El hígado	13
El Estómago	14
Los pulmones	14
El Bazo	15
Los Nervios	15
Las Glándulas	16
Actividades	17
 CAPITULO III	
Competencia	18
Clases de Alimentos	18
Alimentos Minerales	18

Alimentos Orgánicos	18
Grasas	19
Proteínas	19
Lácteos	20
Vitaminas	21
En que alimentos encontramos vitaminas	22
Actividades	26

CAPITULO IV

Competencia	27
Acné	27
Flatulencia	27
La Obesidad	28
El Tabaquismo	28
Alergias	29
Mal Aliento	29
Osteoporosis	30
Cálculos Renales	30
El Estrés	31
Actividades	32

Conclusiones	33
---------------------	-----------

Recomendaciones	34
------------------------	-----------

Bibliografía	35
---------------------	-----------

INTRODUCCIÓN

El derecho a la alimentación está reconocido en la Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 como parte del derecho a un nivel de vida adecuado y está consagrado en el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de 1966. Lo amparan asimismo tratados regionales y constituciones nacionales. Además, el derecho a la alimentación de algunos grupos ha sido reconocido en varias convenciones internacionales. todos los seres humanos, independientemente de su raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otro orden, origen nacional o social, posesiones, nacimiento u otra condición, tienen derecho a la alimentación adecuada y el derecho de vivir libres del hambre.

La presente guía de aprendizaje está enfocada a la Importancia de la Alimentación y su impacto en el mejoramiento de la Salud, dirigido a Docentes y estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificado, del Municipio de Catarina, departamento de San Marcos, consta de cuatro capítulos, siendo éstos:

CAPÍTULO I: Lo que corresponde a: una alimentación balanceada, desde el punto de vista de los cuatro niveles de obligaciones de los estados, con respecto al derecho a la alimentación, la alimentación garantizada es un derecho fundamental, una dieta equilibrada, problemas alimentarios, importancia del desayuno, cinco formas de comer sanamente, como evitar el exceso de la alimentación en la mesa, ¿vale la pena comer pan integral y fibra?, beneficios de la linaza, ¿Cómo evitar y corregir el estreñimiento?.

CAPÍTULO II: Lo que corresponde a: órganos importantes en nuestro cuerpo, el corazón, el cerebro, el estómago, el hígado, los pulmones, los intestinos. Lo importante que es identificar lo que corresponde a cada uno de estos órganos, pues, los órganos juegan un papel principal en nuestro entorno.

CAPÍTULO III Clases de alimentos, alimentos Minerales, alimentos orgánicos, grasas, proteínas, lácteos, vitaminas, ¿En qué alimentos encontramos vitaminas, es necesario tener el conocimiento en cuanto a las maneras de mejorar la salud, pues de esta forma adoptaremos las actitudes convenientes para nuestro cuerpo.

CAPÍTULO IV: Vale la pena saber: Acné, cálculos renales, osteoporosis, prevención del cáncer, obesidad, estrés, mala circulación, intestino perezoso, mal aliento, flatulencia (gases), dolores de cabeza y jaqueca, colesterol elevado.

Todo lo anterior para aterrizar en lo que es la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud.

PRESENTACION

Las personas reciben el precioso don de la salud al nacer como en los primeros años de la vida no tenemos idea de cuánto vale la salud, tendemos a vivir como si nunca fuera a terminar. De ese modo, muchos de nosotros dejamos escapar tan valioso tesoro.

Es por ello que debemos pensar que nuestro cuerpo no fue hecho para que lo tratemos de cualquier manera: Él está regido por leyes. Si obedecemos a estas leyes, el organismo tendrá las condiciones para desempeñarse adecuadamente y de esta forma gozaremos de buena salud. Pero si se le desobedece o ignora, la maquina humana comenzara a reclamar (aparecerán disturbios digestivos pasajeros, leves indisposiciones o malestares, pequeños dolores de cabeza, cansancio... etcétera.) si se hace caso a su reclamos, entonces el cuerpo volverá a su funcionamiento normal.

Los principales problemas de salud vienen, en general, cuando persistimos en un estilo de vida peligroso. En ese caso, pueden sobrevenir quebrantos tan grandes que hagan que la recuperación sea imposible. Dios desea que tengamos vida en abundancia, pero para ello tenemos que poner de nuestra parte y cuidar de nuestro valioso tesoro, que es nuestro cuerpo.

Es por ello que se presenta la guía de aprendizaje sobre la Importancia de la Alimentación y su impacto en el mejoramiento de la Salud, aplicado al Instituto INED del municipio de Catarina, San Marcos.

Esperando contribuir con la comunidad educativa en general y que este aporte sea de gran beneficio para las generaciones presentes y futuras, aprovechando, cuidando y valorando el recursos humano que Dios nos ha dado para que sabiamente lo administremos bieny lograr un ambiente sano, para beneficio de todos.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Participar directamente en el conocimiento de la Guía sobre La importancia de la alimentación su Impacto en el mejoramiento de la salud, adoptando acciones de prevención, mejoramiento y aprovechamiento de la salud.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Actuar con conciencia en la conservación de buenos hábitos alimenticios y tener el compromiso de transmitirlo a las futuras generaciones.
- Utilizar los conocimientos pertinentes para prevenir algunas enfermedades, mejorando nuestra alimentación.

CAPITULO I

Competencia: Conocer la importancia de gozar de buena salud para un mejor desarrollo y desenvolvimiento en la sociedad.

Enfermedad: .es un proceso de afección de un ser vivo y se caracteriza por la alteración del bienestar y el impedimento para realizar sus actividades cotidianas.

La Salud:

Es el estado de completo bienestar físico, mental y psicológico que se manifiesta por medio de la armonía con el medio ambiente.



DERECHO A LA ALIMENTACIÓN

Concebir el problema de la inseguridad alimentaria y del hambre mucho más allá de una problemática nutricional o socioeconómica, centrado en la dignidad humana en el marco de los derechos humanos, ha sido el pilar central de la Iniciativa América Latina y Caribe sin Hambre.

El derecho a la alimentación es un derecho humano universal que permite que las personas tengan acceso a una alimentación adecuada y a los recursos necesarios para tener en forma sostenible seguridad alimentaria. Este derecho representa no sólo un compromiso moral o una opción de políticas, sino que en la mayoría de los países constituye un deber de derechos humanos jurídicamente obligatorio de acuerdo a las normas internacionales de derechos humanos que han ratificado. Se encuentra, reconocido en la **Declaración Universal de los Derechos Humanos** de 1948, como parte del derecho a un nivel de vida adecuado (art. 25) y está consagrado con un mayor desarrollo en el **Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales** (PIDESC) de 1966 como el derecho de toda persona a un nivel de vida adecuado (art. 11) y como el derecho de toda persona a estar protegida contra el hambre (art. 12). Asimismo, lo amparan tratados regionales como el Protocolo de San Salvador de 1988.

Los Estados son los garantes y responsables de realizar y velar por el derecho a la alimentación de toda la población de manera inmediata y de forma gradual, según la urgencia de la población afectada y el máximo disponible de recursos. De acuerdo con el Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, existen cuatro niveles de obligaciones de los Estados con respecto al derecho a la alimentación:

- **Respetar** el acceso existente a una alimentación adecuada requiere que los Estados no adopten medidas de ningún tipo que tengan por resultado impedir este acceso.
- **Proteger** requiere que el Estado adopte medidas para velar que ningún actor social prive a las personas del acceso a una alimentación adecuada.
- **Facilitar** implica que el Estado debe procurar iniciar actividades con el fin de fortalecer el acceso y la utilización por parte de la población de los recursos y medios que aseguren sus medios de vida, incluida la seguridad alimentaria.
- **Cumplir** el derecho a la alimentación de forma directa cuando existan individuos o grupos incapaces, por razones que escapen a su control, de disfrutar el derecho a la alimentación adecuada por los medios a su alcance. Esta obligación se aplica también a las personas que son víctimas de catástrofes naturales o de otra índole.

Para cumplir con sus obligaciones de derechos humanos el Estado debe contar con capacidades suficientes, esto implica la disposición del máximo de recursos disponibles mediante pactos fiscales pertinentes y el establecimiento de mecanismos jurídicos e institucionales adecuados. La realización del derecho humano a una alimentación adecuada requiere de la implementación de un sistema de garantías democráticamente anclado y económicamente sostenible, resultado del compromiso del Estado con la erradicación permanente del hambre y mayores niveles de cohesión social.



En el año 2004 el Consejo de la FAO aprobó las Directrices Voluntarias en apoyo de la realización progresiva del derecho a una alimentación adecuada en el contexto de la seguridad alimentaria nacional. Esta importante herramienta, elaborada por un grupo de trabajo intergubernamental con el apoyo de sociedad civil y organismos internacionales, representa el primer intento de los gobiernos por interpretar el derecho a la alimentación y recomendar la adopción de medidas para su realización. El objetivo de las Directrices es proporcionar una orientación práctica a los Estados respecto de sus esfuerzos por lograr la realización progresiva del derecho a una alimentación adecuada en el contexto de la seguridad alimentaria nacional. Asimismo, también pueden emplearse para reforzar y mejorar los marcos de desarrollo existentes, especialmente en relación a las dimensiones social y humana del derecho a la alimentación,

posicionando un enfoque de derechos en el centro de las políticas y estrategias de desarrollo.

El derecho a la alimentación es un derecho fundamental de todos los seres humanos, ya que el alimento es un elemento esencial sin el que los seres humanos no pueden vivir.

La alimentación garantizada es un derecho fundamental

El derecho a la alimentación es el derecho de cada hombre, mujer y niño a una alimentación garantizada, y consta de cuatro aspectos importantes:

- El alimento debe ser suficiente: es decir, suficiente para toda la población.
- El alimento debe ser accesible: cada persona debe poder obtener alimento, ya sea gracias a su producción propia (ganadería y agricultura), o gracias a un poder adquisitivo suficiente para comprar alimento.
- El acceso al alimento debe ser estable y duradero: el alimento debe estar disponible y accesible en todas las circunstancias (guerras, catástrofes naturales, etc.).
- El alimento debe ser salubre: es decir, consumible e higiénico, y en particular el agua debe ser potable.

Una dieta equilibrada es vital para el desarrollo del niño

La importancia de una dieta equilibrada



Los niños deben disponer de una dieta equilibrada para poder desarrollarse física e intelectualmente de manera adecuada. Es por esto por lo que el alimento debe ser suficiente y nutritivo.

Una dieta equilibrada supone un equilibrio de nutrientes, glúcidos, lípidos, sales minerales, vitaminas, fibras y de agua. Gracias a ella, las personas corren menos riesgos de malnutrición, sobrepeso e insuficiencias alimentarias.

Problemas alimentarios

Cuando las personas, y en particular los niños, relacionan la comida con el placer, a menudo olvidan la importancia nutritiva del alimento. Esto ocurre por ejemplo en países en los cuales la población jamás ha encontrado dificultades en cuanto a la cantidad o la accesibilidad a alimentos. Los restaurantes de comida rápida, las sodas azucaradas, los alimentos ricos en lípidos y glúcidos resultan entonces ser los platos favoritos de los adolescentes y de los más jóvenes.

Así, los problemas de sobrepeso son cada vez más frecuentes y constituyen una amenaza para la salud de los niños y de los adultos. Más aun, el sobrepeso aumenta de manera notable el riesgo de infarto y enfermedades cardiovasculares, así como de desarrollar enfermedades como hipertensión y alta tasa de colesterol y tener problemas de crecimiento.

El sobrepeso también genera problemas de malnutrición. La absorción en cantidad excesiva de glúcidos y lípidos, y la falta de productos frescos y naturales engendran carencias nutritivas.



La sobrealimentación y la malnutrición relacionadas con el sobrepeso no solo atañen a los países desarrollados. Hoy en día, numerosos países en desarrollo se enfrentan al problema de subalimentación y de sobrepeso.

Además, más que nada en países en vías de desarrollo, muchos niños sufren de desnutrición. En efecto, muchas familias no tienen los medios o recursos suficientes para brindar una dieta suficiente y mucho menos una dieta equilibrada. Como consecuencia, los niños no tienen los nutrientes necesarios para desarrollarse correctamente y se enfrentan a graves problemas de salud.

IMPORTANCIA DEL DESAYUNO:

Es costumbre y disposición de la sociedad que se ingiera un desayuno liviano. Pero esta no es la mejor manera de tratar el estómago. A la hora del desayuno, el estómago se encuentra en mejor condición para recibir una mayor cantidad de alimento en que en la segunda o tercera comida del día. Es erróneo de comer livianamente en el desayuno y más abundante en el almuerzo. Haga del desayuno la comida más sustancial del día.



CINCO FORMAS DE COMER SANAMENTE:

1. Coma en abundancia frutas, verduras y hortalizas crudas, variándolas cada día.
2. Use cereales integrales y prefiera los alimentos más naturales posibles.
3. Evite digerir los alimentos que dificulten el funcionamiento tranquilo y regular del organismo, tales como:
 - Estimulantes (café, té negro, pimientos, las bebidas a base de cola, irritantes etc.)
 - Grasas en exceso, especialmente las saturadas (grasa de cerdo, manteca, margarina, frituras, carnes gordas.) ya que ocasionan, presión arterial elevada y crisis cardíacas.
 - El azúcar en sus variadas formas, especialmente en exceso.
 - Los aditivos alimentarios (colorantes, acidulantes, conservantes.)
 - Las carnes en general, principalmente las carnes gordas, la carne de cerdo, la carne de animales criados con hormonas, y las carnes rojas.)
 - Los quesos, especialmente los mantecosos y curados.
4. Mastique hasta que la comida llegue hacer una mezcla pareja en su boca.
5. Siga una distribución sana de las comidas del día, un buen desayuno, un almuerzo razonable, no muy abundante y una cena liviana.



CÓMO EVITAR EL EXCESO DE ALIMENTOS EN LA MESA:

- a) No coma rápido, coma pequeños bocados y mástíquelos completamente. Deje el cubierto en el plato entre un bocado y el siguiente. No tome líquidos para ablandar los alimentos (ese es trabajo para la saliva). El placer que causa el alimento que permanece en la boca satisfará su apetito con menor ingesta.
- b) Nunca repita una porción, a no ser alimentos crudos.
- c) Eliminar o reducir las grasas ingeridas. Además de ser altamente Calóricas, aumenta la posibilidad de comer más
- d) Coma con placer, olvidando los problemas y preocupaciones
- e) Haga una caminata leve después de la comida.
- f) Trate de escoger los alimentos que satisfacen los cuatro sabores básicos.
 - Salado, (alimentos que contienen sal)
 - Dulce, (alimentos bien cocidos y bien masticados, frutas dulces o frutas secas, dan este sabor.)
 - Ácido, (tomate, limón, frutas ácidas, o semiácidas, yogur y algunas verduras.)
 - Ligeramente amargo,(cebolla, aceitunas, algunas verduras, algunas hortalizas, algunas semillas.)



¿VALE LA PENA COMER PAN INTEGRAL Y FIBRA?

Una buena salud está en relacionada en gran medida en el consumo de cereales naturales.

Según se desprende de los últimos estudios científicos el consumo de cereales integrales están relacionados con un menor riesgo de enfermedades inflamatorias como la artritis o el asma. Los investigadores, al estudiar a unas 42,000 mujeres posmenopáusicas, encontraron que las que habían consumido mayor cantidad de cereales integrales, fueron un tercio menos propensas a morir a causas de un trastorno inflamatorio durante los quince años que duro el estudio.

Las enfermedades inflamatorias incluyen toda afección que provoque una inflamación crónica de un tejidocorporal.la influencia favorecería la aparición de una gran cantidad de dolencias, como la enfermedad cardiaca, la diabetes, los trastornos musculo esqueléticos (la artritis, reumatoide), las enfermedades respiratorias (asma), y las enfermedades digestivas (colitis). Varios estudios relacionaron los cereales integrales ricos en fibra con un menor riesgo en enfermedades cardiacas y de diabetes. Los nuevos resultados sugieren ahora que también protegerían a otras enfermedades inflamatorias. Los efectos sobre la salud observados superan a la enfermedad cardiovascular y la diabetes.



BENEFICIOS DE LA LINAZA (LINO):

La riqueza de las semillas del lino (linaza) se concentra en sus propiedades antioxidantes, protectoras del corazón, antitrombóticas, reguladoras de los niveles del colesterol y anti cancerígenas (tumores de mama, colon o próstata). Tiene un efecto benéfico en procesos reumáticos, artríticos.

Es muy útil también como reguladora del tránsito intestinal, tanto en estreñimiento como en diarreas. Actúan particularmente en las células de rápido movimiento o transmisión de impulsos, como la retina y células nerviosas, permitiendo el buen desarrollo nervioso del bebé durante el embarazo y la lactancia.



CÓMO EVITAR Y CORREGIR EL ESTREÑIMIENTO:

Evitar el estreñimiento es esencial para la salud. Para conseguirlo:

- Hemos de beber agua en abundancia. Así evitaremos que el intestino grueso tenga que extraer agua de las heces, que estas se resequen, y con ellos se dificulte la evacuación.
- Ingerir suficiente fibra, necesaria para que las heces progresen adecuadamente por el intestino.
- Alimentarse de modo equilibrado y saludable, siguiendo los consejos de consumir abundante agua y fibra.
- Tratar de evacuar a horas regulares y evitar todo tipo de laxantes.



ACTIVIDADES

INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACION DIVERSIFICADA, CATARIANA, SAN MARCOS.

OBJETIVO:

Identificar diferentes palabras en relación al capítulo I, en la sopa de letras.

METODOLOGÍA: busca y encuentra dentro de la sopa de letras diversas palabras relacionadas a la salud y su función en el organismo. Al encontrarlas enciérralas en un círculo. Las palabras las puedes encontrar de forma: horizontal, vertical y diagonal.

L	I	N	A	Z	A	A	G	B	E
C	A	F	I	B	G	A	N	L	S
A	R	U	C	V	U	N	E	I	T
R	D	N	O	E	A	I	R	O	R
B	I	E	L	O	T	N	G	U	E
O	H	N	I	L	V	T	I	O	Ñ
H	O	F	T	L	A	E	A	E	I
I	B	E	I	E	F	G	G	J	M
D	R	R	S	F	O	R	R	X	I
R	A	M	E	F	I	A	A	O	E
A	C	E	M	I	G	L	S	L	N
T	S	D	I	B	N	E	A	P	T
O	A	A	L	I	V	M	S	Z	O
S	L	D	L	T	U	A	S	K	J
S	U	G	A	J	K	I	L	O	P
S	D	C	S	N	I	F	E	R	A

CAPÍTULO II

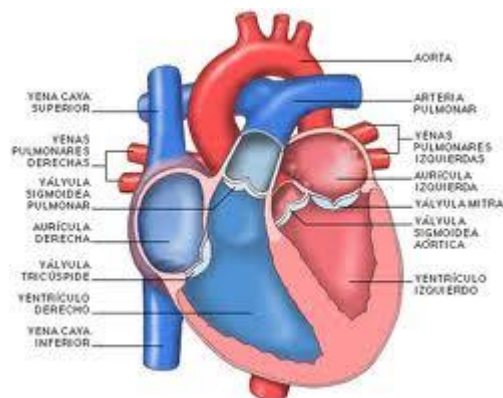
Competencia: Diferenciar la categorización de las enfermedades según su fisionomía, así como la administración y el impacto que causa en la salud.

APRENDO DE MI CUERPO:

EL CORAZÓN:

El **corazón** es el órgano principal del aparato circulatorio. Es un órgano musculoso y cónico situado en la cavidad torácica. Funciona como una bomba, impulsando la sangre a todo el cuerpo. Su tamaño es un poco mayor que el puño de su portador. El corazón está dividido en cuatro cámaras o cavidades: dos superiores, llamadas aurícula derecha (atrio derecho) y aurícula izquierda (atrio izquierdo), y dos inferiores, llamadas ventrículo derecho y ventrículo izquierdo. El corazón es un órgano musculoso controlado, una bomba aspirante e impelente, formada por dos bombas en paralelo que trabajan al unísono para propulsar la sangre hacia todos los órganos del cuerpo. Las aurículas son cámaras de recepción, que envían la sangre que reciben hacia los ventrículos, que funcionan como cámaras de expulsión. El corazón derecho recibe sangre poco oxigenada desde:

- la vena cava inferior (VCI), que transporta la sangre procedente del tórax, el abdomen y las extremidades inferiores
- la vena cava superior (VCS), que recibe la sangre de las extremidades superiores y la cabeza.

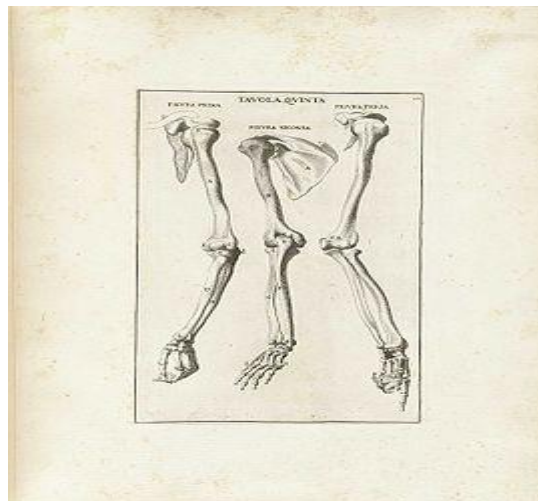


LOS HUESOS

El **hueso** es un órgano firme, duro y resistente que forma parte del endoesqueleto de los vertebrados. Está compuesto por tejidos duros y blandos. El principal tejido duro es el tejido óseo, un tipo especializado de tejido conectivo constituido por células (osteocitos) y componentes extracelulares calcificados. Hay 206 huesos en el cuerpo humano. Los huesos poseen una cubierta superficial de tejido conectivo fibroso llamado periostio y en sus superficies articulares están cubiertos por tejido conectivo cartilaginoso. Los componentes blandos incluyen a los tejidos conectivos mieloide tejido hematopoyético y adiposo (grasa) la médula ósea. El hueso también cuenta con vasos y nervios que, respectivamente irrigan e inervan su estructura.

Los huesos poseen formas muy variadas y cumplen varias funciones. Con una estructura interna compleja pero muy funcional que determina su morfología, los huesos son livianos aunque muy resistentes y duros.

El conjunto total y organizado de las piezas óseas (huesos) conforma el esqueleto o sistema esquelético. Cada pieza cumple una función en particular y de conjunto en relación con las piezas próximas a las que está articulada.



EL CEREBRO

El cerebro es el órgano mayor del sistema nervioso central y el centro de control para todo el cuerpo, tanto actividades voluntarias como actividades involuntarias. También es responsable de la complejidad del pensamiento, memoria, emociones y lenguaje.

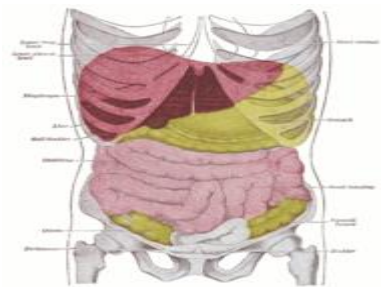
En los vertebrados el cerebro se encuentra ubicado en la cabeza, protegido por el cráneo y en cercanías de los aparatos sensoriales primarios de visión, oído, olfato, gusto y sentido del equilibrio.

La función biológica más importante que realiza el cerebro es administrar los recursos energéticos de los que dispone el animal para fomentar comportamientos basados en la economía de su supervivencia. En base a esto emergen comportamientos que promueven, lo que nosotros denominamos 'bienestar', pero que el animal sencillamente observa como la acción menos costosa que le permite continuar viviendo su presente.



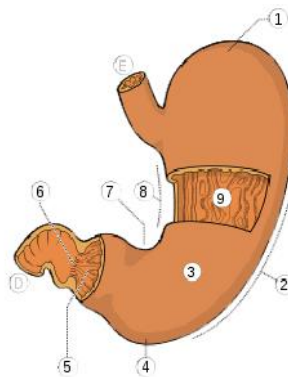
EL HIGADO

El **hígado**, es la más voluminosa de las vísceras y una de las más importantes por su actividad metabólica. Es un órgano glandular al que se adjudica funciones muy importantes, tales como la síntesis de proteínas plasmáticas, función desintoxicante, almacenaje de vitaminas y glucógeno, además de secreción de bilis, entre otras. También es el responsable de eliminar de la sangre las sustancias que puedan resultar nocivas para el organismo, convirtiéndolas en inocuas; está presente en el ser humano, y se le puede hallar en vertebrados y algunas otras especies inferiores.



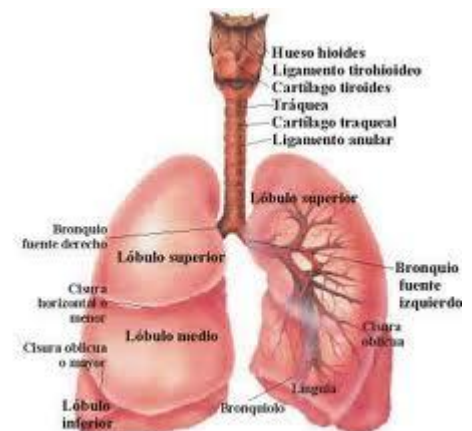
EL ESTOMAGO

El **estómago** es la primera porción del aparato digestivo en el abdomen, excluyendo la pequeña porción de esófago abdominal. Funcionalmente podría describirse como un reservorio temporal del bolo alimenticio, deglutido hasta que se procede a su tránsito intestinal, una vez bien mezclado en el estómago. Es un ensanchamiento del tubo digestivo situado a continuación del esófago. Sirve para que el bolo alimenticio se transforme en una papilla que de ahí en adelante será llamada quimo.



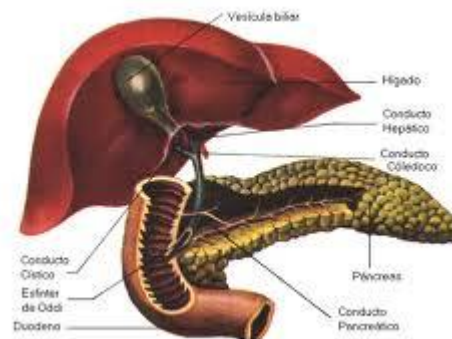
LOS PULMONES

Los **pulmones** humanos son estructuras anatomoclínicas (EAC) de origen embrionario endodérmico, pertenecientes al aparato respiratorio, se ubican en la caja torácica, delimitando a ambos lados el mediastino, sus dimensiones varían, el pulmón derecho es algo más grande que su homólogo izquierdo (debido al espacio ocupado por el corazón), poseen tres caras; mediastínica, costal y diafragmática, lo irrigan las arterias bronquiales, y las arterias pulmonares le llevan sangre para su oxigenación.



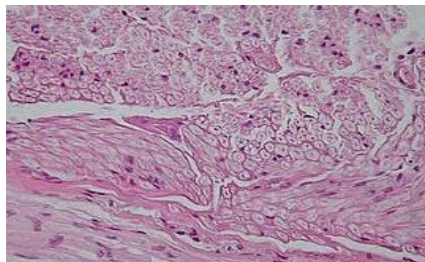
EL BAZO

El **bazo** es un órgano de tipo parenquimatoso, aplanado y oblongo, situado en la zona superior izquierda de la cavidad abdominal, en contacto con el páncreas, el diafragma y el riñón izquierdo. Aunque su tamaño varía de unas personas a otras suele tener una longitud de 14 cm, una anchura de 10 cm y un grosor de 3,8 cm así como un peso de 200 g aproximadamente. Su función principal es la destrucción de células sanguíneas rojas viejas, producir algunas nuevas y mantener una reserva de sangre. Forma parte del sistema linfático y es el centro de actividad del sistema inmune.



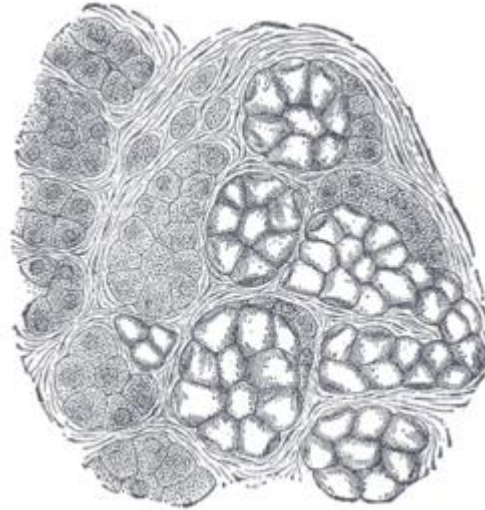
LOS NERVIOS

Los nervios son manojos de prolongaciones nerviosas de sustancia blanca, en forma de cordones que hacen comunicar los centros nerviosos con todos los órganos del cuerpo. Forman parte del sistema nervioso periférico. Los nervios aferentes transportan señales sensoriales al cerebro, por ejemplo de la piel u otros órganos, mientras que los nervios eferentes conducen señales estimulantes *desde* el cerebro hacia los músculos y glándulas.



LAS GLANDULAS

Una **glándula** es un conjunto de células cuya función es sintetizar sustancias químicas, como las hormonas, para liberarlas, a menudo en la corriente sanguínea y en el interior de una cavidad corporal o su superficie exterior.



Glándula submaxilar humana. A la derecha se muestra un grupo de alvéolos mucosos, a la izquierda alvéolos serosos.

Las glándulas se dividen en dos grupos:

- Endocrinas - secretan sus productos hacia el torrente sanguíneo.
- Exocrinas - secretan sus productos a un tubo excretor que secreta su producto tanto sobre la superficie como hacia la luz de un órgano hueco.

ACTIVIDADES

OBJETIVO:

Conocer algunas partes muy importantes de nuestro cuerpo que requieren de mucho cuidado, para gozar de buena salud.

METODOLOGÍA: lee y responde correctamente en cada uno de los enunciados.

1. Son las partes de nuestro cuerpo importantes para un buen funcionamiento.
-

2. Una función nos proporciona el hígado en su accionar.
-

3. Son funciones que nos provee el corazón.
-

4. Son funciones del bazo.
-

5. De las enfermedades más comunes del sistema nervioso mencione dos:
-

CAPÍTULO III

Competencia: Definir claramente las sustancias que contienen los diferentes alimentos que consumimos.

CLASES DE ALIMENTOS:

Los alimentos, según su origen, se dividen en minerales y orgánicos.

ALIMENTOS MINERALES:

Los minerales se pueden encontrar en los alimentos en forma de sales tanto orgánicas como inorgánicas, un ejemplo es el fósforo que puede combinarse con fosfoproteínas y metales en enzimas. Existen más de 60 elementos minerales en los alimentos y es esta abundancia la que sugiere que se dividan los minerales en grupos: los componentes en forma de sales y los elementos de traza. Entre los elementos salinos se puede encontrar el potasio, sodio, calcio, magnesio, cloro, azufre (sulfatos), fosfatos .



ALIMENTOS ORGÁNICOS

Los **alimentos orgánicos** son aquellos productos agrícolas o agroindustriales que se producen bajo un conjunto de procedimientos denominados "orgánicos". Estos procedimientos tienen como objetivo principal la obtención de alimentos sin aditivos químicos ni sustancias de origen sintético y una mayor protección del medio ambiente por medio del uso de técnicas no contaminantes.



GRASAS

Grasa es un término genérico para designar varias clases de lípidos, aunque generalmente se refiere a los acilglicéridos, ésteres en los que uno, dos o tres ácidos grasos se unen a una molécula de glicerina, formando monoglicéridos, diglicéridos y triglicéridos respectivamente. Las grasas están presentes en muchos organismos.



PROTEINAS

Las **proteínas** son macromoléculas formadas por cadenas lineales de aminoácidos. Por sus propiedades físico-químicas, las proteínas se pueden clasificar en proteínas simples



(holoproteidos), que por hidrólisis dan solo aminoácidos o sus derivados;

proteínas conjugadas (heteroproteidos), que por hidrólisis dan aminoácidos acompañados de sustancias diversas, y proteínas derivadas, sustancias formadas por desnaturalización y desdoblamiento de las anteriores. Las proteínas son indispensables para la vida, sobre todo por su función plástica (constituyen el 80% del protoplasma deshidratado de toda célula), pero también por sus funciones biorreguladoras (forma parte de las enzimas) y de defensa (los anticuerpos son proteínas).

LACTEOS

El grupo de los **lácteos** (también **productos lácteos** o **derivados lácteos**) incluye alimentos como la leche y sus derivados procesados (generalmente fermentados). Las plantas industriales que producen estos alimentos pertenecen a la industria láctea y se caracterizan por la manipulación de un producto altamente perecedero, como la leche, que debe vigilarse y analizarse correctamente durante todos los pasos de la cadena de frío hasta su llegada al consumidor



VITAMINAS

Las vitaminas son compuestos heterogéneos imprescindibles para la vida, que al ingerirlos de forma equilibrada y en dosis esenciales promueven el correcto funcionamiento fisiológico. La mayoría de las vitaminas esenciales no pueden ser sintetizadas (elaboradas) por el organismo, por lo que éste no puede obtenerlas más que a través de la ingesta equilibrada de vitaminas contenidas en los alimentos naturales. Las vitaminas son nutrientes que junto con otros elementos nutricionales actúan como catalizadoras de todos los procesos fisiológicos (directa e indirectamente).



Su función es esencial para la vida, contribuyendo a la buena salud, regulando el metabolismo y facilitando los procesos bioquímicos, que liberan energía a partir de los alimentos digeridos.

Se consideran micronutrientes, porque el organismo los necesita en cantidades relativamente pequeñas en comparación con NUTRIENTES como los CARBOHIDRATOS, LAS PROTEÍNAS, LAS GRASAS Y EL AGUA.

El betacaroteno se encuentra en las frutas y vegetales. Se convierte en Vitamina "A" que el organismo requiere de acuerdo a su necesidad.

¿EN QUÉ ALIMENTOS ENCONTRAMOS VITAMINAS?

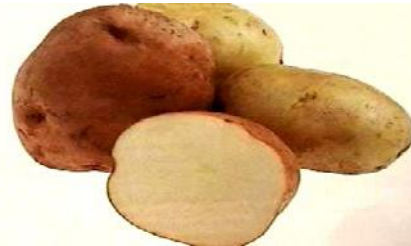
Las vitaminas son unas sustancias orgánicas que se encuentran en los alimentos y que son indispensables en pequeñas cantidades para el desarrollo y buen funcionamiento de nuestro cuerpo. Cada vitamina tiene una función específica y la falta de ellas en nuestro organismo puede provocarnos diversas enfermedades.

Todos hemos escuchado hablar sobre la importancia de las vitaminas para el buen trabajo de nuestro organismo, pero muchas veces desconocemos que las vitaminas deben provenir de una dieta sana y balanceada. Veamos en donde encontrar las vitaminas principales:

- Vitamina A: necesaria para la piel, huesos y crecimiento, se encuentra en las verduras verdes y lácteos.



- Vitamina B1: necesaria para el corazón y la musculatura. La encontramos en los productos integrales, papas y legumbres.



- Vitamina B2: procesa las grasas y es necesaria para el crecimiento. La encontramos en lácteos y cereales.



- Vitamina B12: ayuda en el crecimiento y en la formación de las células. La encontramos en lácteos y huevos.



- Vitamina C: activa el proceso inmunitario del cuerpo, metaboliza el hierro. Se encuentra en los cítricos, tomates, col y coliflor.



- Vitamina E: evita el envejecimiento de las células. La encontramos en el aceite de girasol y frutos secos.



- Vitamina K: participa en el proceso de coagulación de la sangre. Está presente en las verduras de hoja verde, huevos y leche.



- Ácido fólico: es fundamental en el proceso de división de las células. Se encuentra en verduras de hoja verde, papas, legumbres y productos integrales.



- Vitamina D: no abunda en muchos alimentos; pero puede obtenerse mediante la exposición al sol.



Las vitaminas se encuentran sobre todo en los alimentos crudos, como las frutas, verduras, frutos secos, aceite de oliva crudo, lácteos y productos integrales.

La mayor parte del tiempo consumimos alimentos cocidos y durante el proceso de cocción se pierden muchas vitaminas. A continuación encontramos unos consejos para tratar de conservar al máximo las vitaminas en los alimentos:

- Las verduras y hortalizas se deben lavar enteras antes de cocinarlas, sin cortar, ya que las vitaminas se disuelven en el agua.

- Es mejor cortarlas en trozos grandes, ya que cuanto más superficie haya expuesta al aire, más alto el proceso de oxidación de los alimentos y pérdida de las vitaminas.
- Es inevitable que al hervir las verduras estas pierdan parte de sus vitaminas, sin embargo, podemos ahorrar esa pérdida si cocinamos al vapor o al baño maría. Cuanto menos hiervan dentro del agua, mejor.
- Si se trata de frutas, lo mejor es no pelarlas y consumirlas con cáscara, porque en ésta es donde se concentran más las vitaminas, eso sí, antes de consumirlas debemos lavarlas bien. Uno de los síntomas que nos indica que quizás estemos faltos de vitaminas es sentirnos sin energía, muy fatigados o en un estado de depresión que no tiene ningún motivo aparente. Como vemos, las vitaminas son fundamentales para nuestro cuerpo, pero una sobredosis de éstas puede producirnos desde problemas en la piel hasta problemas en el sistema nervioso. Antes de decidir consumir un aporte extra de vitaminas debemos consultarlo con un médico.



ACTIVIDADES**OBJETIVO:**

Describir diferentes aspectos que se contemplan en el tercer capítulo.

METODOLOGÍA: En el presente cuadro deberá describir lo que corresponde a cada aspecto.

No.	ESPECTO
1	Vitaminas:
2	Grasas equivale a:
3	Lácteos
4	Hidratos de Carbono
5	Proteínas

CAPITULO IV

Competencia: Conocer algunas enfermedades que se desarrollan debido a nuestra mala alimentación o por descuidos.

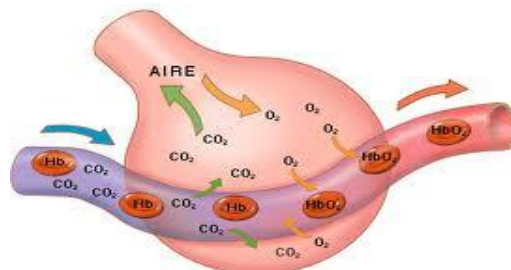
ACNÉ

El **acné**, también conocido como **acné común** (*acné*), es una enfermedad inflamatoria de la piel que es causada por una infección bacteriana. Está debida a cambios de las unidades pilo sebáceas (estructuras de la piel consistentes en un folículo piloso y la sebácea asociada) y que es una congregación de materia.



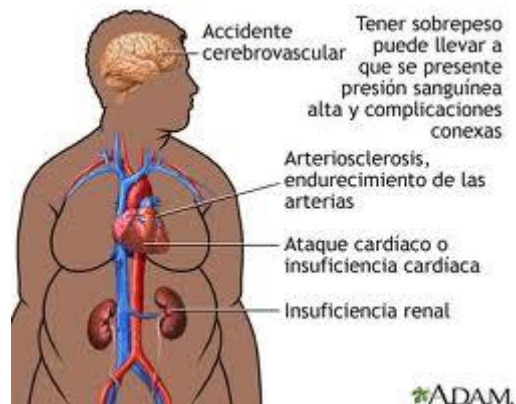
FLATULENCIA

Se denomina **flatulencia**, **ventosidad**, **gas estomacal** y vulgarmente **pedo** a la mezcla de gases que se expulsa por el ano con un sonido y/u olor característicos. Esta mezcla proviene de gases ingeridos y otros gases producidos, a partir de los alimentos, por bacterias y levaduras simbióticas que viven en el tracto gastrointestinal de los mamíferos, y por partículas aerosolizadas de sus excrementos.



LA OBESIDAD

La **obesidad** es la enfermedad crónica de origen multifactorial que se caracteriza por acumulación excesiva de grasa o hipertrofia general del tejido adiposo en el cuerpo; es decir cuando la reserva natural de energía de los humanos y otros mamíferos, almacenada en forma de grasa corporal se incrementa hasta un punto donde está asociada con numerosas complicaciones como ciertas condiciones de salud o enfermedades y un incremento de la mortalidad.



TABAQUISMO

El **tabaquismo** es la adicción al tabaco, provocada principalmente por uno de sus componentes activos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo.

Según la Organización Mundial de la Salud el tabaco es la primera causa de invalidez y muerte prematura del mundo. En Europa el tabaquismo provoca cada año 1,2 millones de muertes. Está directamente relacionado con la aparición de 29 enfermedades, de las cuales 10 son diferentes tipos de cáncer y de más del 50% de las enfermedades cardiovasculares.



ALERGIAS

La **alergia** (del griego *allos*, *allogía*) Se trata de una hipersensibilidad a una partícula o sustancia que, si se inhala, ingiere o toca, produce unos síntomas característicos a destornudó, picazón de nariz o garganta.



MAL ALIENTO

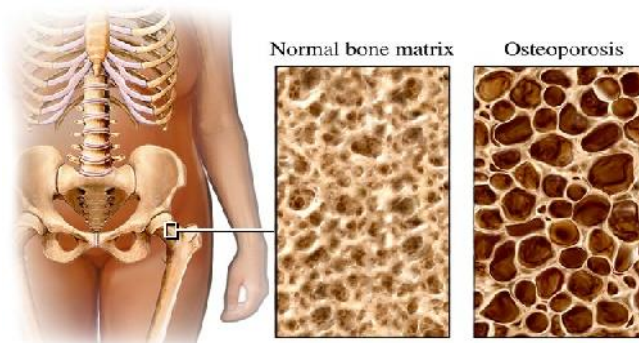
La **halitosis** es un síntoma o un signo caracterizado por mal aliento u olor en la boca. En su versión crónica está provocada por algunas bacterias que afecta al 25% de la población.

Tiene una gran prevalencia en la población general. Se estima que más del 50% de las personas la padecen en algún momento de su vida.



OSTEOPOROSIS

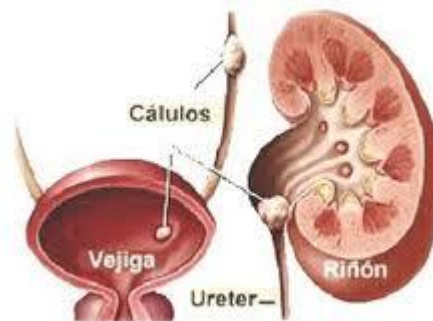
La **osteoporosis** es una enfermedad que disminuye la cantidad de minerales en el hueso, perdiendo fuerza la parte de hueso trabecular y reduciéndose la zona cortical por un defecto en la absorción del calcio producido al parecer por falta de manganeso, lo que los vuelve quebradizos y susceptibles de fracturas y de micro fracturas, y puede llevar a la aparición de anemia o ceguera. La densidad mineral de los huesos se establece mediante la sensitometría ósea.



CALCULOS RENALES

Un **cálculo renal**, **nefrolitiasis**, **litiasis renal** o **pedra en el riñón** es un trozo de material sólido que se forma dentro del riñón a partir de sustancias que están en la orina.

La piedra se puede quedar en el riñón o puede desprenderse e ir bajando a través del tracto urinario. La intensidad de la sintomatología (dolor) está generalmente relacionada con el tamaño del cálculo. En ocasiones se produce su expulsión casi sin sintomatología. No es bueno enojarse mucho.



EL ESTRÉS

Estrés (del inglés **stress**, 'tensión') es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, a pesar de lo cual hoy en día se confunde con una patología. Esta confusión se debe a que este mecanismo de defensa puede acabar, bajo determinadas circunstancias frecuentes en ciertos modos de vida, desencadenando problemas graves de salud.



ACTIVIDADES

OBJETIVO: Contestar de acuerdo al conocimiento que ahora tiene.

METODOLOGÍA: Responder de acuerdo a la diversidad de criterios cada una de las interrogantes.

1. ¿Qué es estrés?

2. ¿A qué se le llama flatulencia?

3. ¿Qué es acné?

4. ¿Qué es osteoporosis?

5. ¿Qué son alergias?

CONCLUSIONES

Se contribuyó con el desarrollo Educativo de la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud de la Comunidad del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos, a través de la intervención e implementación de nuevos conocimientos, que son de vital importancia en el área de Ciencias Naturales.

Se elaboró una Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

Se socializó la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud a estudiantes y docentes del Instituto Nacional de Educación diversificada, del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

RECOMENDACIONES

Al director del establecimiento, utilice el material como parte esencial del área de Ciencias Naturales, sensibilizando a los docentes para que lo usen en dicha área curricular.

Que esta guía forme parte del material pedagógico que utiliza el docente de Ciencias Naturales.

A los estudiantes puedan apoyarse en esta guía para poder ampliar los conocimientos adquiridos de parte de los docentes y que lo puedan transmitir a las personas con quienes se relacionan.

BIBLIOGRAFIA

1. HIGIENE DE LOS ALIMENTOS AngelE.Caballeros Torres.
2. Libros de texto: temas de Higiene de los Alimentos INHA,2008
3. Krause: Nutrición y dietoterapia 8va edición 1995
4. Garnier - Waysfeld: Alimentación y práctica deportiva. Editorial Hispano Europea.1995
5. Caballeros A. Causa de problemas sanitarios en alimentos Rev. Cub. Alimentos y Nutricion 1997.
6. David y Arnold Bender: Nutrition a Reference Handbook. Oxford Univesity. 1997
7. Murray, Robert K y Cols: Bioquímica de Harper. Editorial El Manual Moderno S.A. de C.V. 12va edición. 1993
8. <https://www.google.com.gt/>
9. Plan de Acción de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación aprobado en la Cumbre Mundial sobre la Alimentación (1996).
10. Dr. Don Hall “Comer sano es natural” Impresión y encuadernación Marpa Artes Gráficas, España 1ra, Edición abril 2011.

CAPITULO V

PROCESO DE EVALUACIÓN

4.1 Evaluación del diagnóstico

La evaluación del Capítulo del Diagnóstico institucional se realizó por medio de la guía de análisis contextual de los VIII Sectores, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos en la aplicación de la técnica detectando varias necesidades dentro de la institución, a la vez permitió recopilar la información necesaria para determinar la problemática del Instituto Nacional de Educación Diversificada, de la cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos, analizando los problemas,

detectándolos y priorizándolos. Se pudo determinar uno de ellos, de manera positiva, considerando la factibilidad y disponibilidad de los componentes y materiales necesarios para su ejecución, con el afán de mejorar la calidad en la formación de los estudiantes.

4.2 Evaluación del perfil del proyecto

La evaluación del capítulo del perfil del proyecto, se realizó por medio de una lista de cotejo, la cual permitió evidenciar el alcance de los objetivos del proyecto, la elaboración de la Guía de aprendizaje la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, desarrollándose en base a las investigaciones que se llevaron a cabo durante la etapa de diagnóstico, uno de los problemas priorizados en la comunidad educativa fue carencia de material de apoyo que aborde temas de impacto de salud para docentes y jóvenes estudiantes y previéndose el impacto que tendrá. El perfil consistió en definir claramente los elementos que tipifican el proyecto, los cuales están integrados, siendo fundamentales para proceder a la ejecución del mismo.

4.3 Evaluación de la ejecución del proyecto.

La elaboración de la Guía de aprendizajes sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, fue un aporte de gran valor, en beneficio de la comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos, pues ayudará no solo a los estudiantes de la carrera

Agroforestal, sino a todos los habitantes cercanos y lejanos de la misma comunidad.

Sin duda alguna, serán los mismos estudiantes, los agentes de cambio, pues, ellos serán, los que recibirán los beneficios. Cuando hay una comunidad que valora la riqueza corporal con que contamos los seres humanos. La socialización de la Guía de aprendizajes sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, con los alumnos y docentes del Instituto Nacional de Educación diversificado en el área de ciencias naturales enriquecerá los conocimientos adquiridos para transmisión de hábitos alimenticios para beneficio de su comunidad. Se utilizó el instrumento de lista de cotejo para su evaluación.

4.4 Evaluación General y final del Proyecto.

Los logros fueron satisfactorios, pues, los objetivos se alcanzaron gracias al instrumento de evaluación de lista de cotejo. Se redactó una solicitud, la cual fue presentada a la Dirección del establecimiento, para que se nos brindara el espacio para ejecutar el proyecto, quien aprobó la solicitud en su momento.

Para ejecutar el proyecto, se procedió a realizar el diagnóstico Institucional, para evaluar las necesidades, proceder a seleccionar el problema y darle la respectiva solución; siendo la falta de conocimiento e importancia de la Prevención de enfermedades y su Impacto en el mejoramiento de la salud, que como todos sabemos la salud es lo más esencial para poder desenvolvernos en la sociedad. Y es por ello que todo ser humano debe colaborar para el cuidado y la atención que esto necesita. Al detectar la falta de conciencia y conocimiento de temas de impacto de salud, se nos permite la elaboración y presentación de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud para los docentes y estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada específicamente en el Área de ciencias Naturales.

El Proyecto ejecutado tuvo gran aceptación por parte de las autoridades educativas y alumnado de la institución beneficiada.

La concientización fue un gran éxito, pues se comprometieron con mucho entusiasmo a darle seguimiento al tema generado, para preservar una mejor alimentación y obtener en el futuro múltiples beneficios.

CONCLUSIONES

La realización del Ejercicio Profesional Supervisado nos ayuda a que como profesionales seamos conscientes del papel que desempeñaremos en la sociedad, pues la Universidad de San Carlos de Guatemala pretende que nuestros aportes sean para bien siendo profesionales humanistas que aportemos soluciones ajustadas a la realidad que vivimos.

Y para este proceso profesional se procedió a las cuatro fases iniciando con el Diagnóstico: medio por el cual se logró detectar cada uno de los problemas en los diferentes sectores, en la que únicamente se le dio prioridad a uno tomando en cuenta que según las herramientas utilizadas este era Viable y Factible.

Perfil del proyecto es el resumen del diseño del proyecto de la elaboración de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, que posteriormente al perfil del proyecto nos lleva a la puesta en marcha de la guía en sí de forma detallada y ordenada cronológicamente.

Seguidamente se dio la evaluación del proyecto en la que observo la aceptabilidad que tuvo la guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, tomando en cuenta que la buena alimentación no es solamente comer si no saber comer.

RECOMENDACIONES

Se recomienda a la Comunidad educativa del Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina, departamento de San Marcos, que valoren y conserven la Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, que en este Ejercicio Profesional Supervisado se realizó, para que las nuevas generaciones se informen de la importancia de la conservación de nuestro cuerpo , ya que vivimos en una tierra fértil y productiva, porque de esa manera tendremos profesionales con información y formación de temas de impacto de salud.

Se recomienda a los estudiantes que como agentes de cambio contribuyan a preservar el mejoramiento de la salud, y que exploren al máximo la Guía de aprendizajesobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, ya que esta guía les permitirá conocer, comprender y tener conciencia de la importancia que tiene la conservación de los mismos para que todos tengamos una vida futura, sana.

Se recomienda a los docentes socializar la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud, si así lo hicieren, las futuras generaciones se los agradecerán.

Bibliografía

1. García García Edwing Roberto, Méndez Pérez José Bidel, Girón López, Silvia Patricia, Barrientos Ana Luisa, SerechSantizo Mario Enrique, Gaytán Guillermo Arnoldo, Cardona Recinos Fredy, Mayorga Zamora Carlos Enrique, de la Vega Serrano Aura Marina, Gatica Secaida María Teresa, Gonzáles Miralles Sandra Marily, Ramírez Ovalle Mirna Delfina, Carlderón Herrera Mario Alfredo (Q.E.P.D.) PROPEDÉUTICA PARA EL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS- UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA, 2010.
2. Instituto Nacional de Educación Diversificada de Catarina, San Marcos PEI 2010.
3. Supervisión
4. Municipalidad de Catarina, San Marcos.

Egrafía

Internet. www.google.com
municatarina.com/assets/monografiaayutla

APÉNDICE

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGIA
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO EPS**



PLAN DE SOSTENIBILIDAD

1. Identificación:

Instituto Nacional de Educación diversificada, Bachiller en ciencias y letras con orientación en computación.

2. Nombre del proyecto

Guía de aprendizaje Sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud , Dirigido a Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

3. Justificación

Se pretende con el siguiente plan, evitar que el proyecto ejecutado se desvanezca y que puedan aprovechar al máximo todos los conocimientos adquiridos con la socialización de la Guía de aprendizajesobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.

4. Objetivos

- Contribuir en la Prevención de Enfermedades y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud, capacitando a jóvenes de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

- Contribuir a que los estudiantes de hoy, vivan un mejor mañana y que construyan una sociedad más coherente consigo mismos, comprometidas con el desarrollo de su comunidad.

- Que sea un documento de apoyo al Personal Docente del Instituto Nacional de Educación Diversificada

- Comprender la importancia de la alimentación y el Impacto que causa en el mejoramiento de la salud, desarrollando competencias en los estudiantes, tales como: la habilidad de analizar y la capacidad para reflexionar sobre los temas aquí contenidos.

5. Organización:

La sostenibilidad del proyecto ejecutado, se garantiza a través de la concientización a:

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, departamento de San Marcos.
- Docentes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina San Marcos.
- Padres de familia de los estudiantes del Instituto Nacional de Educación diversificado del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

6. Recursos

Humanos:

- Estudiantes del Instituto Nacional de Educación diversificado, del Municipio de Catarina, San Marcos.

- Docentes del Instituto de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.
- Padres y madres de familia de los estudiantes del Instituto de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, San Marcos.

7. Actividades

Socialización a la comunidad con temáticas relacionadas a la alimentación y a la Salud.

Visita del proyectista para verificar el amplio conocimiento de cómo prevenir enfermedades y gozar de una mejor salud.

1. Evaluación

Se llevará a cabo una supervisión constante, para la verificación a través de la técnica de la observación, el buen uso y cuidado del proyecto realizado.

EVALUACION ELABORACIÓN DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

Nombre de la Epesista: Alicia Judit Hernández López
Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Sede: INED cabecera municipal Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Institución	Se solicita una institución recomendada	X	
2. Diagnóstico	Se diagnosticó en el tiempo estipulado	X	
3. Instrumentos de investigación	Los instrumentos son adecuados a la institución	X	
4. Aplicación de los instrumentos	Permitieron verificar en forma aceptable el diagnóstico	X	
5. Interpreta de forma adecuada los resultados de la investigación.	La estructura del diagnóstico está bien definida	X	
6. Responsabilidad	Cumplió satisfactoriamente con las actividades Programadas	X	
7. Efectividad del Proyecto	Se detectó problemas reales y de interés social	X	
8. Apoyo institucional	La institución facilitó la información veraz	X	
9. Planes y estrategias del Epesista	Se demostró una línea de trabajo a seguir.	X	
10. Comunicación	Es eficiente la relación con las autoridades e instituciones		
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION PERFIL DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Alicia Judit Hernández López

Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal

Sede: INED cabecera municipal Catarina San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Planificación y organización	Se elaboró un plan de trabajo y se organizó con los que intervinieron	X	
2. Efectividad del diagnóstico	Se perfiló según los problemas encontrados con el diagnóstico	X	
3. Perfil del proyecto	Se analizó detenidamente el proceso	X	
4. Priorización del proyecto	Selección del más indicado para dar solución al problema	X	
5. Viabilidad y factibilidad	Se cumplió con el llenado de la lista de cotejo	X	
6. Socialización	Estuvo enterado toda la población sobre la existencia	X	
7. Misión del proyecto	Los objetivos del proyecto responden a los intereses colectivos	X	
8. Estrategias	Se contemplaron los inconvenientes del recurso tiempo	X	
9. Actividades	Se desarrollan con técnicas todas las actividades	X	
10. Beneficios del proyecto	Responde a la problemática	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Alicia Judit Hernández López
Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Sede: INED cabecera municipal de Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

Aspecto Técnico	Indicadores	Apreciación	
		SI	NO
1. Priorización del proyecto	Se ejecutó el proyecto de acuerdo a lo seleccionado	X	
2. Planificación	Se desarrollaron las actividades planificadas	X	
3. Apoyo institucional	Fueron tomadas en cuenta en el momento de planificación	X	
4. Participación Comunitaria	Se contó con la presencia de personas líderes comunitarios	X	
5. Socialización	Evidencia que socializó el proyecto con las instituciones planificadas.	X	
6. Métodos y técnicas	Se solicitó apoyo para ejecutar el proyecto propuesto	X	
7. Recursos Materiales	Se utilizaron los materiales adecuados al problema	X	
8. Mano obra	Se seleccionó el personal que ejecutó el proyecto	X	
9. Objetivos y estrategias	Se lograron los objetivos trazados	X	
10. Responsabilidad y puntualidad	Se cumplieron con todas las actividades en el tiempo estipulado	X	
Total		100%	0%

Observaciones _____

EVALUACION FINAL DEL PROYECTO

Nombre de la Epesista: Alicia Judit Hernández López
Asesor: Lic. Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Sede: INED cabecera municipal Catarina, San Marcos

INSTRUCCIONES: Según su apreciación marque con una "X" (SI o NO) en la columna correspondiente a cada uno de los indicadores.

CRITERIO	INDICADORES			
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	MALO
1. Información recopilada	X			
2. Obtención de carencias	X			
3. Selección del problema comunitario	X			
4. Perfil del proyecto	X			
5. Alcances de los objetivos y metas	X			
6. Evaluaciones adaptables al proceso	X			
7. Cronograma ejecutado según las fechas establecidas	X			
8. Actividades desarrolladas en diversas etapas	X			
9. Metodología adecuada al tema seleccionado	X			
10. Informe presentable para ser revisado	X			
Total	100%	0%	0%	0%

Observaciones _____

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGIA
EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO EPS**



PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA ETAPA DEL DIAGNÒSTICO INSTITUCIONAL

I. IDENTIFICACION

INSTITUCIÒN

Instituto Nacional de Educación Diversificada INED cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos.

UBICACIÒN

Cabecera municipal de Catarina, Departamento de San Marcos.

PROYECTO

Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud, dirigida a estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

PROYECTISTA

Alicia Judit López Hernández Carné: 200850477

II. JUSTIFICACIÒN

La etapa del diagnóstico le permite al(a)EPSista conocer a la institución en la cual realizará su proyecto, y de esta forma establecer sus necesidades, de las cuales se priorizarán los problemas y a su vez se le dará la solución, misma, que contribuirá al mejoramiento de la institución.

III. DESCRIPCIÒN

Se refiere a realizar un reconocimiento de la Institución, a través de diversas técnicas e instrumentos de investigación, los cuales ayudarán a la obtención de datos necesarios para la realización del proyecto.

IV. TITULO

Diagnóstico del Instituto Nacional de Educación Diversificado INED, del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

V. OBJETIVOS

GENERALES

Identificar los problemas que afectan a los Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

ESPECIFICOS:

Obtener la autorización para la realización del proyecto por parte de la Coordinación Técnica Administrativa y Dirección del Instituto Nacional de Educación Diversificada INED. Del municipio de Catarina, San Marcos.

Recabar información que permita conocer el área geográfica y administrativa de la institución.

Identificar la estructura Organizacional de la Institución beneficiada.

VI. ACTIVIDADES

- Identificación de la institución beneficiada.
- Presentación de la solicitud de autorización del proyecto.
- Aplicación de técnicas y métodos de investigación.
- Análisis de información.
- Organización de la información obtenida para el diagnóstico.
- Presentación del diagnóstico (asesor).

VII. METODOLOGÍA

Técnicas de investigación

Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA)

Técnicas

Observación

Encuestas

Investigación de campo

Investigación documental

Instrumentos

Libretas de notas

Listas de Cotejo

Agendas

Cuestionarios

Camara de video

VIII. RECURSOS

Humanos

Asesor

Director

Docentes

Epesista

Materiales

Hojas de papel bond

Cuaderno de notas

Computadora

Tinta de impresora

Impresora

Lapiceros

Engrapadoras

Perforadores

Filmaciones

Cámaras fotográficas

Cañonera

IX CRONOGRAMA DE LAS ACTIVIDADES DEL DIAGNÓSTICO INSTITUCIONAL

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	Marzo y Abril		Mayo y junio		Septiembre y Octubre	
		3	4	1	2	1	2
1. Identificación de la Institución beneficiada.	Epesista						
2. Solicitud de apoyo de la Coordinación Técnica Administrativa.	Epesista						
3. Realización diagnóstico.	Epesista						
4. Redacción y aplicación de Encuestas.	Epesista						
5. Análisis de información.	Epesista						
6. Redactar diagnostico general.	Epesista						
7. Presentar información (asesor).	Epesista						

IX. EVALUACIÓN

1. Existió apoyo de parte de las autoridades de la Coordinación Técnica Administrativa de Catarina, departamento de San Marcos.

SI_____

NO_____

2. Se recopiló información necesaria con las técnicas aplicadas.

SI_____

NO_____

3. Hubo colaboración por parte de los miembros de la comunidad del municipio de Catarina, Departamento de San Marcos al momento de las entrevistas y encuestas.

SI_____

NO_____

4. Se identificaron los principales problemas al analizar la información

SI_____

NO_____

5. Se presentó el informe del diagnóstico a tiempo ante el asesor.

SI_____

NO_____



PLAN DEL EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

1. Datos Generales

1.1 Institución

Instituto Nacional de Educación Diversificada INED

1.2 Lugar

Municipio de Catarina, Departamento de San Marcos.

1.3 Dirección

2a. Avenida 2-26 Zona 1 Catarina, S.M.

2. Título

Ejercicio Profesional Supervisado **EPS**

3. Objetivo General

- Identificar a través del diagnóstico los problemas más importantes que obstaculizan la superación de la calidad educativa del Instituto.

4. Objetivo específico.

- Reconocer la organización de la Institución beneficiada
- Enumerar los diferentes problemas que afectan a la Institución Educativa.
- Analizar las posibles soluciones a los problemas encontrados para aplicar la más adecuada al problema principal seleccionado.
-

5. Actividades

- Elaboración del plan del Ejercicio Profesional Supervisado
- Observar las instalaciones por medio de la matriz de los ocho sectores
- Entrevista con el personal administrativo de la Institución
- Selección del problema más relevante
- Elaboración del informe final.

6. Recursos

Humanos

Personal administrativo
Personal docente
Alumnado
Epesista
Asesor

Guía de Análisis Contextual e Institucional

Diagnóstico del municipio de Catarina, San Marcos

I. Sector Comunidad

AREA	INDICADOR
<p data-bbox="402 569 667 604">1. Geográfica</p>	<p data-bbox="852 527 1130 562">1.1 Localización:</p> <p data-bbox="927 569 1409 1150">El municipio de Catarina del departamento de San Marcos se encuentra situado en la parte oeste del departamento de San Marcos en la región Sur-Occidente. Se localiza en la latitud 14° 54'30" y en la longitud 92° 03'45". Limita al norte con los municipios de Tajumulco y San Pablo; al sur con el municipio de Ayutla; al este con los municipios de San Pablo y Catarina y al oeste con la República de México.</p> <p data-bbox="852 1184 1092 1220">1.2 Superficie:</p> <p data-bbox="927 1226 1409 1514">Cuenta con una extensión territorial de 204 Km. Cuadrados. Se encuentra a una altura de 390 mts. Sobre el nivel del mar. Actualmente cuenta con: 83,460 habitantes, el 65% de ellos son alfabetos.</p>

1.3 Clima

El clima del municipio de Catarina por lo general, es cálido.

1.4 Suelo:

El suelo en su mayoría es fértil, produciendo variedad de especies vegetales.

1.5 Principales accidentes

Entre sus principales accidentes geográficos están: río Petacalapa, Suchiate, Amá, Cabúz, Gramal, Ixbén, Chiquito, Ixlamá, Ixpil, La Lima, La Puerta, Las Marías, Malacatillo, Mollejón, Negro, Nicá.

1.6 Recursos Naturales

Entre sus recursos naturales cuenta con: recursos hídricos (riachuelos, nacimientos), flora: las características ambientales y elevada pluviosidad determinan árboles que alcanzan hasta 40 ms. de altura y diámetro de 1 metro y más. Se cuenta con plantas ornamentales, medicinales e industriales. Fauna: por las características montañosas y por su clima cálido existe diversidad de animales salvajes, domésticos, aves de distintas especies.

	<p>1.7 Personalidades pasadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prof. Carlos Girón. - Prof. Jorge Valdez - Pastor: Obdulio Barrios - Profa. Rosa Turnil - Arquitecto Eduardo de León Reyna. <p>1.8 Fiestas titulares:</p> <p>La feria titular del municipio se celebra del 18 al 26 de Noviembre y se conmemora a: Santa Catarina, patrona del lugar.</p> <p>1.9 Lugares de orgullo local:</p> <p>Parque Central, Salones de Usos Múltiples y Municipal, Las principales calzadas, Balnearios.</p>
<p>2. Política</p>	<p>2.1 Gobierno Local:</p> <p>El gobierno local es presidido por el ciudadano Alcalde Municipal Joel Arreola y Concejo</p> <p>2.2 Organización Administrativa:</p> <p>La Organización Administrativa está conformada por: Nivel Municipal la estructura del Concejo Municipal está presidido por el Alcalde Municipal, Concejales y Síndicos.</p>

2.3 Organizaciones Políticas

Entre las Organizaciones Políticas (Instituciones Gubernamentales) se encuentran: El IGSS, DEOCSA, Centro de Salud, Policía Nacional Civil, Hospital General, Destacamento Militar, Juzgado de Paz, Ministerio Público, Juzgado de Trabajo y Previsión Social, Juzgado de Primera Instancia, Delegación del TSE y Coordinación Técnica.

2.4 Organizaciones Civiles Apolíticas.

Son las Instituciones que son Autofinanciables

- Consejo Comunitario de Desarrollo.
- Cooperativa “La Esquina”
- Club de Leones,
- FUNDABIEN,
- CERNIM,
- APROFAM,
- Bomberos Voluntarios,
- Casa Hogar,
- Correos,
- TELGUA.
- Colegios privados
- Farmacias
- Tiendas
- Ferreterías
- Restaurantes.

<p>3. Social</p>	<p>3.1 Actividades a las que se dedican los habitantes: Agricultura, ganadería, comercio, artesanía, industria, oficios domésticos, profesionales, etc.</p> <p>3.2 Cultivos propios del municipio: Café, maíz, arroz, frijol, caña de azúcar, yuca, camote, malanga, ñame, banano, naranja, limón, lima, piña, tamarindo, zapote, papaya, aguacate, tabaco, cardamomo, manía, plátano, sandía, ajonjolí, etc.</p> <p>3.3 Instituciones educativas: Escuela Oficial Urbana Mixta “Sofía L. Vda. De Barrios”. Escuela Oficial Urbana Mixta 1º. De Mayo. Instituto Nacional Mixto de Educación Básica. Instituto Nacional de Educación Diversificado en la Carrera de Bachillerato con orientación en Turismo, Computación y Agroforestal. Academias de Corte y Confección MARICLEMENCIA. Academia de Corte y Confección ERYMAR. Academia de Cultora de Belleza Evelyn. Academia de Belleza Olga.</p>
-------------------------	---

	<p>3.4 Instituciones de Salud: El centro de Salud Pública.</p> <p>3.5 Estructura de viviendas: Block. madera lámina Teja Terraza</p> <p>3.6 Centros de Recreación: Piscinas “Ojo de Agua” Piscinas “El Pedregal” Estadio Deportivo “Sacramento de León” Canchas Multideportivas</p> <p>3.7 Medios de Transporte: Humano Animales Mecánico: urbano y extraurbano</p> <p>3.8 Medios de Comunicación: Correros y telégrafos, teléfonos e internet</p> <p>3.9 Vías de comunicación: Catarina cuenta con: La Carretera Interamericana, que une a Guatemala con México, carretera asfaltada de la cabecera municipal a la cabecera departamental. Caminos de terracería que comunica a las diferentes comunidades del municipio. Vía telefónica: a través de teléfonos públicos, comunitarios, privados, fax, correo electrónico.</p> <p>3.10 Grupos Religiosos: Entre los Grupos Religiosos tenemos: doctrinas Evangélicas, católicas, adventistas, mormonas, que se encuentran organizadas de acuerdo con su respectivo credo. Composición Étnica: En su mayoría la población es de etnia ladina y hablan el idioma Castellano.</p>
--	--

**DETECCION DE PROBLEMAS
I SECTOR COMUNIDAD**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Muy poca información sobre personajes fundadores o primeros pobladores del municipio. 2. Poca información con respecto de A temas sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud. 3. Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina. 4. Falta de Centros de Recreación 5. Mal estado de las vías de acceso 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Libros de información en mal estado. 2. Falta de bibliografía 3. Falta de información 4. Falta de recursos financieros 5. Falta de mantenimiento 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina. 2. Concientización y conocimiento de la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud. 3. Promover campañas de información sobre la historia del municipio de Catarina. 4. Gestionar a Instituciones privadas y públicas los recursos financieros. 5. Gestionar a la Municipalidad.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
I. SECTOR COMUNIDAD**

PROBLEMAS	Falta de conocimiento de los primeros pobladores		Falta de conocimiento con respecto a la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud		Desconocimiento sobre los hechos históricos más relevantes del municipio de Catarina		Falta de Centros Recreación		Mal estado de las vías de acceso	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.										
INDICADORES										
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2. Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X	X			X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a	X		X		X		X		X	

ejecutar tiene demanda?										
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X	X		X		X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG'S para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	9	1	7	3	4	6	4	6
PRIORIDAD		3	1		2		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. “la importancia d la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud”.

II SECTOR DE LA INSTITUCIÓN

AREA	INDICADOR
<p>1. Localización Geográfica</p>	<p>1.1 Ubicación: Municipio de Catarina, Departamento de Marcos.</p> <p>1.2 Vías de acceso: Cinta Asfáltica hacia Malacatán; Ruta Nacional, carretera Hacia Guatemala; Carretera asfaltada de la Cabecera municipal al Departamento;</p> <p>Carretera Internacional</p>
<p>2. Localización Administrativa</p>	<p>2.1 Tipo de Institución: gubernamental</p>
<p>3. Edificio</p>	<p>3.1 Edificio: El área de la institución es de 35 metros x 50= 2,450 ms. Cuadrados.</p> <p>3.2 El estado de Conservación: las instalaciones se encuentran en regular estado.</p> <p>3.3 Entre sus locales en servicio están: seis aulas y el corredor</p> <p>3.4 Condiciones y usos: regulares y se utilizan como salones de clases para las carreras que se imparten, tomando el corredor como sitio de espera o reuniones.</p>

<p>4. Ambiente y equipamiento</p>	<p>4.1 El ambiente es agradable y cuenta con el mobiliario necesario para atender a los estudiantes, pero con equipo de cómputo insuficiente.</p> <p>4.2 No cuenta con salones específicos.</p> <p>4.3 Por tratarse de un establecimiento nuevo no cuenta con oficinas y porque el edificio no es propio.</p>
--	--

**DETECCIÓN DE PROBLEMAS
II SECTOR INSTITUCIONAL**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Insuficiente equipo de cómputo.</p> <p>2. Poco conocimiento con respecto a la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud.</p> <p>3. Falta de ambientes Adecuados.</p> <p>4. Falta de talleres</p> <p>5. No existen oficinas y Salón de catedráticos.</p>	<p>1. Falta de recursos financieros.</p> <p>2. Falta de bibliografía que traten temas de salud.</p> <p>3. Falta de recursos financieros.</p> <p>4. Falta de recursos financieros.</p> <p>5. Falta de recursos Financieros.</p>	<p>1. Gestionar ante las autoridades la dotación de las mismas.</p> <p>2. Elaboración de una Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud</p> <p>3. Gestionar ante las autoridades municipales y MINEDUC.</p> <p>4. Agilización gestiones Ante la municipalidad y MINEDUC</p> <p>5. Gestionar a las autoridades que correspondan.</p>

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD

II.SECTOR INSTITUCIÓN

PROBLEMAS No. INDICADORES	Insuficiente equipo de cómputo.		Carencia de bibliografía sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.		Falta de ambientes adecuados para alimentación.		Falta talleres		Insuficiencia de ambiente para las dependencias municipales	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X		X			X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X		X	X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X	X			X		X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la	X		X		X		X		X	

ejecución del proyecto?										
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X	X			X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG's para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	6	4	4	6	4	6
PRIORIDAD	3		1		2		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Carencia de bibliografía sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.

III SECTOR FINANZAS

AREA	INDICADOR
1. Fuentes de Financiamiento	<p data-bbox="727 277 1221 348">1.1. Presupuesto de la Nación: MINEDUC</p> <p data-bbox="727 403 1344 474">1.2. Venta de Productos y Servicios: Educación gratuita</p> <p data-bbox="727 529 1403 684">1.3. Costos: Lo que corresponde a salarios del personal administrativo, (Director), Personal Técnico, (Maestros)</p> <p data-bbox="727 739 1318 894">1.4. Materiales y Suministros: El costo para materiales y suministros es mínimo y se calcula en base a lo que adjudican en los fondos de gratuidad.</p> <p data-bbox="727 949 1429 1104">a. Servicios Profesionales: Se brindan servicios en el Nivel Medio, ciclo diversificado, con formación altamente calificada.</p> <p data-bbox="727 1117 1429 1230">b. Reparaciones y Construcciones: Se realizan de acuerdo a las necesidades que se presentan y de acuerdo a las posibilidades.</p> <p data-bbox="727 1243 1429 1398">c. Servicios generales: No se prestan con todos, pero sí con los básicos: aulas, electricidad, agua potable, servicios sanitarios.</p> <p data-bbox="727 1411 1429 1482">d. Control de Finanzas: Se lleva en libros autorizados por la DIDEDUC.</p> <p data-bbox="727 1495 1429 1692">e. Disponibilidad de fondos. Se recibe en una sola oportunidad, los cuales se mantienen disponibles para la compra de materiales e insumos para lo administrativo, mantenimiento y funcionamiento.</p> <p data-bbox="727 1705 1429 1860">f. Auditoría Interna y Externa: Auditoría Interna: La realiza el Director y Coordinador Técnico Administrativo. Auditoría Externa: La realizan peroneros del MINEDUC.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
III SECTOR FINANZAS**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Insuficiencia del presupuesto de la nación.	1. Falta de recursos financieros.	1. Gestionar ante las autoridades el aumento de presupuesto a este sector.
2. Insuficiencia de materiales y suministros.	2. Falta de recursos financieros.	2. Gestionar ante las autoridades de la municipalidad los fondos de compra de materiales y suministros.
3. Salarios inadecuados para los empleados de la institución	3. Falta de recursos financieros.	3. Gestionar ante las autoridades de la municipalidad los fondos necesarios para este rubro.
4. Falta disponibilidad de fondos dentro de la institución.	4. Falta de recursos financieros	4. Agilización de la disponibilidad de fondos ante las autoridades competentes
5. Falta de situados.	5. Falta de recursos financieros.	5. Gestión ante las autoridades correspondientes.

CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
III. SECTOR FINANZAS

PROBLEMAS	Insuficiencia del presupuesto de la nación.		Insuficiencia de materiales y suministros.		Salarios inadecuados para los empleados de la institución		Falta disponibilidad de fondos dentro de la institución.		Falta de situaciones	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.										
INDICADORES										
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?		X	X		X			X		X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?		X	X		X			X		X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X

6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG's para la ejecución del proyecto?	X		X			X		X		X
TOTAL	5	5	7	3	5	5	4	6	4	6
PRIORIDAD	2		1		3		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 2 tiene prioridad 1. Insuficiencia de materiales y suministros.

IV SECTOR RECURSOS HUMANOS

AREA	INDICADOR
1. Personal Activo	<p>1.1 Director:PEM. Nerly de León Requena</p> <p>1.2 Personal docente: Los seis catedráticos que prestan sus servicios en la formación de estudiantes útiles a la sociedad.</p> <p>1.3 Porcentaje de Personal que se incorpora o retira anualmente: No se da porque todos los que actualmente laboran pertenecen al renglón presupuestario 021.</p> <p>1.4 Antigüedad del Personal: Todos laboran desde el año 2009, por tratarse de un establecimiento nuevo.</p> <p>1.5 Tipos de trabajadores: Todos cuentan con títulos de profesionales que los acredita para desempeñarse en dicho nivel.</p> <p>1.6 Asistencia de Personal: Se controla por medio de libros: entrada y salida.</p> <p>1.7 Residencia del Personal: el personal en su mayoría reside en la cabecera municipal.</p> <p>1.8 El horario en el que se desarrollan las actividades: de 13:00 p.m. a 6:00 p.m. Jornada única.</p>
2. Usuarios	<p>2.1. Se le presta el servicio de educación y formación en el Nivel Medio, específicamente en el ciclo Diversificado a 80 estudiantes, quienes comparten de lunes a viernes, entre si mismos y con el claustro de catedráticos y Director.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
IV SECTOR RECURSOS HUMANOS**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta personal presupuestado	1. Políticas de autoridades en función	1. Gestionar a autoridades, cambiar políticas.
2. Falta de constante Capacitación personal institución	2. Falta de recursos financieros	2. Presentar propuesta de capacitación a autoridades, para personal
3. Insuficiente Personal docente	3. Falta de recursos financieros	3. Gestionar ante autoridades para que aumenten el pr personal.
4. Insuficiente personal administrativo.	4. Falta de asignación de recursos financieros a estos establecimientos.	4. Gestionar ante autoridades para aumenten el personal.
5. Carencia de personal operativo	5. Políticas de cobertura del MINEDUC	5. Gestionar ante autoridades de municipalidad para aumenten presupuesto

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
IV. SECTOR RECURSOS HUMANOS**

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de personal presupuestado		Falta de constante Capacitación al personal de la institución		Insuficiente personal docente.		Insuficiente personal administrativo		Carencia de personal operativo	
	1		2		3		4		5	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X	X	
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X		X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X		X
4.¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X		X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para	X		X		X		X		X	

la ejecución del proyecto?										
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X			X
9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG's para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	4	5	6	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4		5	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de personal presupuestado.

V. SECTOR CURRICULUM

AREA	INDICADOR
1. Plan de Estudios y servicios	1.1 Plan que atiende:Diario-Regular 1.2 Programas: Currículum Nacional Base vigente 1.3 Actividades Curriculares: Todas las que se plantean en el CNB. 1.4 Acciones que realiza: Actividad docente propiamente dicha, en la formación de juventudes. 1.5 Procesos educativos: todos los contemplados en el CNB, en cada uno de los grados y en cada una de las carreras.
2. Material Didáctico	2.1 Número de empleados que utilizan textos. Todos los docentes en su trabajo educacional.. 2.2 Tipo de Texto que Utiliza: Módulos del MINEDUC y textos elaborados de acuerdo al CNB. 2.3 Materia y materiales utilizados: Almohadillas, marcadores, pizarrón, cuadernillos de asistencia, cuadros de resultados, pliegos de papel Bonn, cartulinas, Papel bond Carta y oficio, tinta para impresora, lapiceros y lápices, cuadernos. 2.4 Fuentes de Obtención de los materiales: A través del fondo de gratuidad que designa el MINEDUC.
3. Métodos, técnicas y procedimientos.	3.1 Metodología utilizada por los docentes: Las que contempla el CNB, las cuales hacen al estudiante activo y constructivista. 3.2 Tipo de Técnicas y procedimientos utilizados: participativos, individuales y colectivos.
4. Evaluación	4.1 Controles de calidad Educativa: A través de la utilización de herramientas e instrumentos que permiten observar el progreso o avance de los estudiantes.

**DETECCION DE PROBLEMAS
V SECTOR CURRICULUM**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
<p>1. Falta con material bibliográfico con respecto a la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud.</p>	<p>No existe biblioteca con materiales que traten Temas de la alimentación y mejoramiento de la Salud.</p>	<p>Elaboración de Guía de Aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su Impacto en el mejoramiento de la salud.</p>
<p>2. Falta de personal presupuestado</p>	<p>Falta de política de cobertura.</p>	<p>Agilizar solicitud al MINEDUC</p>
<p>3. Escaso personal docente</p>	<p>Falta de eficacia en políticas</p>	<p>Solicitar al MINEDUC</p>
<p>4. Insuficiencia de CNB Para el ciclo que se atiende</p>	<p>Escaso presupuesto del MINEDUC</p>	<p>Solicitar a donde corresponde</p>

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
V.SECTOR CURRICULUM**

PROBLEMAS No. INDICADORES	Falta de material bibliográfico con respecto a la importancia de la alimentación su Impacto en el mejoramiento de la Salud.		Falta de personal presupuestado.		Escaso personal docente.		Insuficiencia de CNB para el Ciclo que se Atiende.	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1. ¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2. ¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3. ¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4. ¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X
5. ¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6. ¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7. ¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8. ¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X	

9. ¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10. ¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG'S para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	5	4	6
PRIORIDAD	1		2		3			

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. “Falta de material bibliográfico con respecto a la importancia de la alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud.”

VI. SECTOR ADMINISTRATIVO

AREA	INDICADOR
1. Planeamiento	<p>1.1 Tipo de planes: Corto, mediano y largo plazo.</p> <p>1.2 Elementos de los planes: Competencias, contenidos, indicadores de logro.</p> <p>1.3 Forma de implementar los planes: En el proceso educativo, siguiendo lineamientos del CNB.</p> <p>1.4 Bases de los planes: de acuerdo a las exigencias del CNB, principalmente las competencias.</p>
2. Organización	<p>2.1 Niveles Jerárquicos de Organización: Director, Docentes, Alumnos Padres de familia</p>
3. Coordinación	<p>3.1 A través del Director: Verbalmente por medio de la vía personal.</p> <p>3.2 Informativos internos: A través de cartelera informativa.</p> <p>3.3 Documentos: Utilización de documentos escritos, comunes.</p>
4. Control	<p>4.1 Del personal de la Institución: A través del libro de asistencia y observación en la jornada de trabajo.</p> <p>4.2 Del alumnado al que se le presta el servicio: A través de los cuadernos de asistencia y observación en el transcurso de la jornada.</p>
5. Supervisión	<p>5.1 Dentro de la Institución: Diariamente a cargo del Director de la Institución.</p> <p>5.2 La Institución propiamente dicha: La realiza el Coordinador Técnico Administrativo periódicamente.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
VI SECTOR ADMINISTRATIVO**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Inestabilidad Laboral del director	Por pertenecer al renglón presupuestario 021	Solicitudes al M INEDUC Contratar a una persona que se encargue de orientar a los usuarios de esta municipalidad.
2. Recargo de trabajo	Porque se tiene el cargo de Director y docente a la vez.	Nombramiento de otras plazas de catedrático.
3. Carencia de equipo de computación	Porque no existe asignación presupuestaria	Solicitudes al MINEDUC
4. Falta de recursos propios de administración	Porque no existe una asignación específica.	Solicitudes al MINEDUC

UADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VI. Sector Administrativo

PROBLEMAS	Inestabilidad laboral del Director		Recargo de trabajo		Carencia de equipo de cómputo		Falta de recursos propios de la administración	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.								
INDICADORES								
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X			X	X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X		X	X	

9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG'S para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	5	5	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1: Inestabilidad laboral del Director.

VII SECTOR DE RELACIONES

AREA	INDICADOR
1. Institución Usuarios	<p>1.1. Institución-Usuarios. Estado, forma de atención a los usuarios: la atención que se les presta a los usuarios va de acuerdo a sus necesidades e intereses.</p> <p>1.2. Intercambios Deportivos: se dan internamente y con otros establecimientos.</p> <p>1.3. Actividades Sociales: Día del Cariño, Día de las Madres, Día del Padre, El 15 de Septiembre, Feria titular del municipio.</p> <p>1.4. Actividades Culturales: Concurso de poesía, concurso de canto, concurso de baile, folklóricos, concurso de dibujo, concurso de oratoria.</p> <p>1.5. Actividades Académicas: específicamente de catedráticos para con los estudiantes.</p>
2. Institución con otras	<p>2.1. Institución con otras instituciones: Cooperación: siempre se da por parte de esta institución, ya que se mantienen buenas relaciones.</p> <p>2.2. Culturales: esta institución planifica las actividades posibles a desarrollar en el transcurso del ciclo escolar.</p>
3. Institución con la comunidad	<p>3.1. Institución con la Comunidad: Se mantiene estrecha relación de la institución para con la comunidad.</p> <p>3.2. Asociaciones Locales: Han contribuido a que la institución salga adelante.</p> <p>3.3. Proyección: la institución se da a conocer ante la comunidad en las diferentes actividades socioculturales.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
VII SECTOR DE RELACIONES**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
1. Falta de Instalaciones deportivas	No se cuenta con predio propio.	Solicitar a la comunidad
2. Falta de Implementos deportivos	Pobreza existente en Los alumnos	Solicitud a instituciones. Especialmente al Ministerio de Cultura y Deportes.
3. Falta de entusiasmo en los alumnos	Por la falta de recursos	Propiciar fuentes de trabajo
4. Inseguridad en los trayectos	Delincuencia que impera en la zona.	Campañas concientización.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VI. SECTOR DE RELACIONES**

PROBLEMAS	Falta de instalaciones deportivas		Falta de implementos deportivos		Falta de entusiasmo en los alumnos		Inseguridad en los trayectos	
	1		2		3		4	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No. INDICADORES								
1.¿El proyecto a ejecutar será funcional?	X		X			X		X
2.¿Se dispone del recurso humano para la ejecución del proyecto?	X		X		X			X
3.¿El proyecto a ejecutar cumple con los requisitos legales?	X		X		X			X
4.¿¿El proyecto a ejecutar tendrá sostenibilidad?		X		X		X	X	X
5.¿Se dispone de recursos financieros para la ejecución del proyecto?		X		X		X		X
6.¿Se cuenta con la autorización del jefe de la institución para la ejecución del proyecto?	X		X		X		X	
7.¿El proyecto a ejecutar tiene demanda?	X		X		X		X	
8.¿Se dispone del tiempo necesario para ejecutar el proyecto?		X		X			X	

9.¿El proyecto a ejecutar se enmarca dentro de las necesidades prioritarias de las instituciones?	X		X		X		X	
10.¿Se gestionará apoyo a Instituciones OG'S y ONG'S para la ejecución del proyecto?	X			X		X		X
TOTAL	7	3	6	4	5	5	4	6
PRIORIDAD	1		2		3		4	

DESCRIPCIÓN: Después de aplicado el cuadro de priorización, el problema 1 tiene prioridad 1. Falta de instalaciones deportivas.

VIII SECTOR FILOSÓFICO, POLÍTICO, LEGAL

AREA	INDICADOR
1. Filosofía de la Institución	<p>Prestar un buen servicio a la Comunidad educativa y mantener buenas relaciones con otras instituciones</p> <p>Visión: Institución democrática formadora de ciudadanos, con carácter y capaces de aprender por si mismos, orgullosos de ser guatemaltecos, empeñados en conseguir su desarrollo integral, con principios, valores y convicciones que fundamenten su conducta.</p> <p>Misión: Hacer de la actividad educacional o de la Educación propiamente dicha, un proceso participativo e incluyente, para que responda con criterios modernos, a las necesidades de desarrollo integral de la población social, cultural y lingüísticamente diferenciada.</p>
2. Políticas de la Institución	<p>Objetivos: Contribuir a la formación de la personalidad del educando.</p> <p>Alcanzar los objetivos y fines de la Educación Nacional.</p> <p>Promover el desarrollo integral mediante el uso del Currículo Nacional Base así como la filosofía y políticas actuales en el marco de proceso de la Reforma Educativa.</p>
3. Aspectos Legales	<p>Aspectos Legales. El Instituto Nacional de Educación Diversificada de la cabecera municipal de Catarina San Marcos, presta sus servicios por resolución, emanado del MINEDUC, la cual se guarda en los archivos del establecimiento.</p>

**DETECCION DE PROBLEMAS
VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL**

PRINCIPALES PROBLEMAS DEL SECTOR	FACTORES QUE ORIGINAN LOS PROBLEMAS	SOLUCIONES QUE REQUIEREN LOS PROBLEMAS
No se detectaron problemas	No existen porque no se detectaron problemas	No se plantea ningún tipo de solución, porque no se detectaron problemas.

**CUADRO DE ANÁLISIS DE VIABILIDAD Y FACTIBILIDAD
VIII SECTOR FILOSOFICO, POLITICO Y LEGAL**

PROBLEMAS	No existe problema		No existe problema		No existe problema	
	1		2		3	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
No.						
INDICADORES						
No se plantean indicadores porque no se detectaron problemas.						

DESCRIPCIÓN: No existen problemas, por lo cual no se consignan indicadores.

SUPERVISIÓN EDUCATIVA
SECTOR 1216.1
CATARINA, SAN MARCOS

Catarina, 07 Octubre 2,014

Licenciado:Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Asesor de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Estimado Licenciado:

Reciba un cordial y atento saludo, desando a la vez, éxitos en sus labores Educativas.

El objeto de la presente es para hacerle de su conocimiento que la estudiante:**Alicia Judit López Hernández**. con carné: **200850477** de la carrera de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, hizo entrega de la Guía de aprendizaje sobre **la Importancia de la Alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud**, Producto del Ejercicio Profesional Supervisado que realizó en esta Institución Beneficiada.

Por lo que dicha herramienta será de beneficio para la población estudiantil de la carrera de Bachillerato en Ciencias y Letras.

Agradeciendo de manera especial el apoyo a esta institución educativa me suscribo.

(f) _____
PEM. Cesar Ambrosio Guitierrez
Coordinador Técnico Administrativo Sector 1216.1
Catarina, San Marcos.

Catarina, de 07 Octubre de 2014

Lic.
Oscar Osvaldo Cerna Vidal
Asesor de Estudio Profesional Supervisado
Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

CONSTANCIA

Se hace constar por este medio que:**Alicia Judit López Hernández**, con carné:**200850477**estudiante de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, con sede en Catarina, San Marcos, quien realizó su Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa en el Instituto Nacional de Educación Diversificada de este municipio, agradeciéndole el aporte a esta Institución, manifestó a la vez, que participó en el Proyecto con responsabilidad en las diferentes actividades que desarrolló.

Y para los usos legales que a la parte interesada convenga, se extiende, firma y sella la presente a los siete días del mes de octubre del año dos mil catorce.

F. _____
PEM. Nerly de León Requena
Director INED
Catarina

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía



Catarina 02 octubre de 2014

PEM: Cesar Ambrosio Gutierrez
Coordinador Técnico Administrativo 1216.1
Catarina, San Marco
Distinguido C.T.A

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores profesionales.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de parte de usted y la institución educativa que tan dignamente administra.

Por éste medio participo a usted para que el día 07 de octubre del presente año a las 15:00 P.M en la Dirección del Instituto Nacional de Educación Diversificada de este municipio, el Director del Instituto PEM. Nerly de León Requena y catedráticos del Curso Ciencias Naturales, con el fin de socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, para estudiantes de Instituto Nacional de Educación Diversificado, cabecera municipal de Catarina, San Marcos, el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____
PEM. Alicia Judit López Hernández
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía



Catarina, 02 octubre de 2014

PEM. Nerly de León Requena
Director del INED.
Catarina, San Marcos

Distinguido Director:

Con todo respeto me dirijo a usted deseándole éxitos en sus labores administrativas.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que se me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) .

Por este medio participo a usted, para que el día 07 de octubre a las 15:00 P.M en la dirección que está a su digno cargo, tendremos una reunión de trabajo con el Coordinador Técnico Administrativo 1216.1 y catedráticos del Área de Ciencias Naturales para socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, para los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos; el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciendo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente.

(f) _____
PEM. Alicia Judit López Hernández
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa

Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades
Departamento de pedagogía
Id y Enseñad a todos.



Catarina, 02 octubre de 2014

A:

Docente del Area de Ciencias Naturales
Instituto Nacional de Educación Diversificada
Catarina, San Marcos

Distinguido Docente:

Con todo respeto me dirijo a usted, deseándole éxitos en sus labores educativas.

El motivo de la presente es para manifestarle mi agradecimiento por el apoyo que me ha brindado en la realización del Ejercicio Profesional Supervisado (EPS).

Por este medio, participo a usted para que el día 07 de octubre a las 15:00 P.M en la Dirección del INED en donde usted labora, cabecera municipal de Catarina, San Marcos, donde tendremos una reunión de trabajo, con el Coordinador Técnico Administrativo 1216.1 PEM. Cesar Ambrosio Gutierrez, el Director del Instituto antes mencionando y catedráticos del Área de ciencias Naturales, con el fin de socializar los contenidos de la Guía de aprendizaje sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud, para los estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada, Catarina, San Marcos; el cual es producto de mi Ejercicio Profesional Supervisado.

Agradeciéndolo anticipadamente su presencia, me es grato suscribirme.

Atentamente,

(f) _____
PEM. Alicia Judit López Hernández
EPS de Lic. en Pedagogía y Admon. Educativa



ENTREVISTA AL COORDINADOR TÉCNICO ADMINISTRATIVO

PEM. Cesar Ambrosio Gutierrez

Instrucciones: Conteste las siguientes preguntas.

1. ¿Cuál es la filosofía que utiliza la Institución que usted dirige?

2. ¿Para lograr una buena administración bajo que principios se basa como autoridad educativa?

3. ¿Cuál es su posición en el orden jerárquico, en la institución que Representa?

4. ¿Cuál es el marco legal que abarca la institución?

5. ¿Qué estrategias utiliza como jefe dentro de la Institución?

6. ¿Con qué Instituciones se relaciona la institución a la que representa?

7. ¿Qué tipo de comunicación existe con las Instituciones que nombró?

8. ¿Qué clases de compromisos, alianzas estratégicas, ayudas y servicios existen con otras instituciones?

9. ¿En qué se fundamenta en la toma de decisiones?

10. ¿Cómo cree que debe ser el perfil de un empleado?



CUESTIONARIO DIRIGIDO AL PERSONAL DE LA INSTITUCIÓN

Instrucciones: Marque con la X la opción que usted considere correcta.

1. ¿Considera que el instituto, cumple con sus funciones de acuerdo a las leyes y reglamentos establecidos?
SI _____ NO _____
2. ¿Existen buenas relaciones humanas con sus compañeros?
SI _____ NO _____
3. ¿Ha recibido capacitaciones constantes sobre Prevención de Enfermedades?
SI _____ NO _____
4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas para brindar un buen servicio a los usuarios?
SI _____ NO _____
5. ¿se considera un profesional digno de la institución?
SI _____ NO _____
6. ¿Mantiene buenas relaciones laborales con el jefe de esta institución?
SI _____ NO _____

7. ¿Se siente bien de ser parte de esta institución?

SI_____

NO_____

8. ¿Le brindan todas sus prestaciones de acuerdo a la ley?

SI_____

NO_____

9. ¿Considera que hay discriminación por parte del MINEDUC por el hecho de pertenecer del renglón 021?

SI_____

NO_____

10. ¿Considera que todos los catedráticos planifican sus actividades docentes?

SI_____

NO_____



ENTREVISTA A USUARIOS (ALUMNOS)

Instrucciones: Marque con la X la opción que considere correcta.

1. ¿Considera que la institución cumple con sus funciones?

SI _____ NO _____

2. ¿Cree usted que el personal de esta institución es el idóneo?

SI _____ NO _____

3. ¿Cree usted que el servicio que presta esta institución debe mejorar?

SI _____ NO _____

4. ¿Considera que las instalaciones de esta institución son adecuadas a las necesidades de los usuarios?

SI _____ NO _____

5. ¿Cree que el ambiente es agradable?

SI _____ NO _____

6. ¿Conoce usted al director?

SI _____

NO _____

7. ¿Cree que la educación que se imparte es de calidad?

SI _____

NO _____

8. ¿Cree que es importante abordar temas, como el de Prevención de Enfermedades y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud?

SI _____

NO _____

9. ¿Cree que se cumple con el horario de la jornada?

SI _____

NO _____

10. ¿Cree que existe armonía entre el personal docente y el director?

SI _____

NO _____



**Entrevista a Estudiantes del Instituto Nacional de Educación Diversificada,
Catarina, San Marcos.**
Responsable: Epesista

Instrucciones: Responda SI o NO y justifique su respuesta

1.-¿Considera que es de gran importancia Prevenir las Enfermedades?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

2.-¿Cree que el Impacto de Mejor la Salud causa aceptación positiva ?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

3.- ¿Existirá conocimiento en los guatemaltecos con respecto a la conservación de alimentos sanos?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

4.- ¿sabe de instituciones que se preocupen por la Prevención de las Enfermedades?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

5 ¿Le gustaría que en el establecimiento exista una Guía que contenga temas de la Importancia de la Alimentación y su Impacto en el Mejoramiento de la Salud?

SI _____ NO _____

¿Por qué? _____

ANEXOS

Epesistadando su charla sobre la importancia de la alimentación y su impacto en el mejoramiento de la salud.



Epesista realizando la presentación del tema al grupo de estudiantes.



Grupo de estudiantes escuchando atentos la explicación del tema impartido por la epesista.



Epesista escuchando el comentario de un estudiante sobre los alimentos más comunes que consumen en el día durante el desarrollo de la charla.



Epesista explicando los alimentos ricos en Vitamina B12 y estudiantes observando gráfica de los mismos presentados en la pizarra con diapositivas.



Epesista cambiando diapositiva, para hablar sobre las cinco maneras de comer sanamente y estudiantes atentos en el seguimiento de la charla.



Epesista finalizando la charla y estudiantes aplaudiendo en agradecimiento por los conocimientos Y el material adquiridos.