

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y FARMACIA

**PROPUESTA DE JUEGOS EDUCATIVOS EN ALIMENTACIÓN Y
NUTRICION BASADOS EN LAS GUIAS ALIMENTARIAS DIRIGIDO A
NIÑOS**

INFORME FINAL DE TESIS

Presentado por

Alicia María Martínez Cano

Para optar al título de
NUTRICIONISTA

Guatemala, Mayo de 2004

INDICE

	PAG.
I. RESUMEN.....	1
II. INTRODUCCION.....	4
II. ANTECEDENTES.....	6
A. Educación.....	6
B. Educación Alimentaria Nutricional.....	14
C. Juegos y Material Educativo.....	18
D. Validación de Material Educativo.....	32
III. JUSTIFICACIÓN.....	39
IV. OBJETIVOS.....	41
V. MATERIALES Y METODOS.....	42
A. Población.....	42
B. Tipo de estudio.....	42
C. Materiales.....	42
D. Metodología.....	42
VI. RESULTADOS.....	47
VII. DISCUSION DE RESULTADOS.....	61
VIII. CONCLUSIONES.....	65
IX. RECOMENDACIONES.....	66
X. REFERENCIAS.....	67
IX. ANEXOS.....	72
A. Anexo No. 1 "Técnicas apropiadas para investigar distintos criterios de ensayo de material educativo".....	72
B. Anexo No. 2 "Formulario para determinar los contenidos a incluir en los juegos educativos".....	73
C. Anexo No. 3 "Guía para Validar los Juegos Educativos".....	77
D. Anexo No. 4 "Guía para el educador del juego Memoria Alimentaria".....	78

E. Anexo No. 5 "Guía para el educador del juego DominOlla".....	84
F. Anexo No. 6 "Guía para el educador del juego Llegó la Olla"	90
G. Anexo No.7 "Guía para el educador del juego Recorriendo la Olla"	96
H. Anexo No.8 "Desarrollo de contenidos que se incluye en la Guía para el educador de los juegos Memoria Alimentaria y DominOlla"	102
I. Anexo No.9 "Desarrollo de contenidos que se incluyen en la Guía para el educador de los juegos Llegó la Olla y Recorriendo la Olla	109

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y FARMACIA



**PROPUESTA DE JUEGOS EDUCATIVOS EN
ALIMENTACIÓN Y NUTRICION BASADOS EN LAS
GUIAS ALIMENTARIAS DIRIGIDO A NIÑOS**

ALICIA MARÍA MARTÍNEZ CANO

NUTRICIONISTA

Guatemala, Mayo de 2004

I. RESUMEN

Las Guías Alimentarias para Guatemala es una de las temáticas más importantes para la enseñanza de conceptos básicos en alimentación y nutrición a la población del país, ya que se adecuaron a la cultura y costumbres alimentarias con el objetivo de ofrecer orientaciones prácticas que ayuden a elegir una alimentación saludable.

La presente investigación se basa en la importancia de transmitir y difundir dichos conceptos desde muy temprana edad a los individuos, para que puedan aplicar sus conocimientos de alimentación y nutrición a su vida diaria a través del tiempo y así lograr una vida saludable, además poder disminuir los trastornos de alimentación y nutrición que han provocado un aumento en la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes mellitus, hipertensión, enfermedades coronarias, osteoporosis, etc.). Además se promueve que la información debe ser transmitida a los niños de edad escolar mediante juegos educativos, ya que es una forma divertida, participativa, motivadora y creativa de aprender.

La elaboración de la propuesta de juegos educativos en alimentación y nutrición basadas en las Guías Alimentarias para Guatemala, se llevó a cabo mediante cuatro etapas: 1. Determinación de conocimientos alimentario nutricional, para lo cual se realizaron dos grupos focales con niños de primaria, dividiéndolos en dos grupos A y B; el grupo A (primer a tercer grado) y el grupo B (cuarto a sexto grado) cada uno estaba conformado por 9 niños. 2. Elaboración de contenidos y juegos educativos, en base al análisis de los datos obtenidos en la etapa anterior se priorizaron los contenidos y los juegos correspondientes a cada grupo según el grado de enseñanza (A y B); 3. Validación de los juegos, cada

juego fue validado mediante la formación de grupos focales de 21 niños de los grados que corresponden al grupo A y al grupo B, utilizándose para ello una Guía de validación que contenía preguntas relacionadas con los cuatro criterios recomendados por Hurtado de atracción, aceptabilidad, comprensión y persuasión; y 4. Elaboración de la propuesta final, la que se realizó tomando en cuenta todos los cambios detectados en la etapa anterior.

Los contenidos y juegos de la propuesta que se determinaron en las etapas 1 y 2 para ambos grupos fueron: como tema principal "Los Alimentos" y se integraron los temas de "Higiene personal", "Higiene de Alimentos" y "Alimentos poco Saludables". Los contenidos se adaptaron de las Guías Alimentarias adecuándose a cada grupo (A y B) según el grado de enseñanza y el nivel de dificultad. El tema "Alimentos poco Saludables" se desarrolló mediante la información obtenida en una entrevista realizada a las docentes de los diferentes departamentos de la Escuela de Nutrición y la escasa bibliografía encontrada. Los contenidos se desarrollaron con la finalidad de que el educador los imparta a los niños y utilizar los juegos educativos para reforzarlos. Los juegos seleccionados para el Grupo A fueron el dominó (DominOlla) y la memoria (Memoria Alimentaria) y los juegos para el Grupo B fueron las cartas (Llegó la Olla) y el juego de dados (Recorriendo la Olla).

Los resultados obtenidos en la validación de los cuatro juegos mostraron que estos tuvieron una gran aceptación entre los niños, ya que cumplieron con satisfacción los criterios de validación evaluados y que los cambios efectuados fueron únicamente en el diseño. En el juego "Memoria Alimentaria" se cambiaron las papas, frijoles y el borde de los dibujos; en "DominOlla", se cambió la miel, el aceite, los dulces y el tipo de letra de Curlz MT a Kids; en "Llegó la Olla", se cambió la intensidad de los colores, se modificó la carta Comodín de la Olla

quitándole la opción de “cualquier alimento” dejando únicamente la opción “cualquier color”; y por último en el juego “Recorriendo la Olla”, se cambió la figura de la olla de barro que se encuentra en el fondo. Dichos cambios se realizaron debido a que no fueron interpretados adecuadamente por la mayoría de los participantes.

Al jugar con los niños éstos respondieron a las preguntas y dieron lectura a los mensajes que aparecen en las tarjetas o cartas de los juegos. Es importante resaltar que los niños participaron con alegría y entusiasmo. Por lo que se muestra que los juegos educativos propuestos facilitan el aprendizaje de las Guías Alimentarias en los niños de edad escolar en una forma divertida, participativa, creativa y motivadora.

II. INTRODUCCIÓN

La Educación es un conjunto de medios puestos en práctica para garantizar el desarrollo o la formación de un ser humano, principalmente en el niño y el adolescente, ya que, su finalidad es llevar al individuo a tomar posesión de sí mismo, y ayudarlo a desenvolverse para que use y organice sus propios recursos en el sentido social, individual y trascendental.

Diversos autores y organismos internacionales de la salud han considerado a la educación alimentario nutricional (EAN) como un factor importante para el mejoramiento del nivel de nutrición de la población, destacando que es tan esencial en aquellas poblaciones con situaciones precarias o de pobreza como en poblaciones con ingresos económicos adecuados, adaptándose por supuesto, al nivel de instrucción y a la problemática nutricional predominante.

En Guatemala se elaboraron las Guías Alimentarias basadas en una tradicional Olla de barro para enseñar a las familias a elegir una alimentación saludable, pero resalta que la escuela debe fortalecer y reforzar la práctica de hábitos adecuados que permitan disfrutar de una buena salud proponiendo las "Sugerencias Metodológicas" para la aplicación de dichas Guías en el aula. Estas guías incluyen algunos juegos y señalan que esa propuesta no es exclusiva ya que el educador puede crear sus actividades o, modificar las que aparecen en el documento según las características del grupo.

Para que los Juegos Educativos sean más atractivos en la escuela, es importante aplicarlos utilizando técnicas participativas, ya que es la manera en que

los miembros de un grupo comparten información o ideas y se pueden desenvolver activamente.

El propósito de este estudio fue elaborar una Propuesta de Juegos Educativos basados en las Guías Alimentarias para Guatemala, dirigida a niños en edad escolar que puedan utilizarse para la enseñanza de educación alimentario nutricional.

III. ANTECEDENTES

A. Educación

1. Definición

Etimológicamente, la palabra educación procede del latín **educare**, que significa "criar", "alimentar", y de **exducare**, que equivale a "conducir", "llevar", "sacar fuera". Los dos sentidos que sustentan estas raíces han recibido la calificación de acrecentamiento (educare) y de crecimiento (ex - ducare). (28)

Hay varias conceptualizaciones de la educación, entre ellas:

a) Ángel C. Bassi "la educación es llevar a los hombres a la acción, hacerlos que se manifiesten adecuadamente, orientadamente" (14)

b) Luzuriaga, "La educación es una actividad que tiene como fin formar, dirigir o desarrollar la vida humana para que esta llegue a su plenitud".

c) Platón, "La educación consiste en dar al cuerpo y al alma toda la belleza y perfección de que son susceptibles. (36)

"La Educación es el proceso por el que la sociedad transmite a un nuevo miembro los valores, creencias, conocimientos y expresiones simbólicas que harán posible su comunicación con la sociedad." (45)

"La educación es un conjunto de medios puestos en práctica para garantizar el desarrollo o la formación de un ser humano, principalmente el niño y el adolescente" (36)

La importancia de la Educación se representa en el único medio por el que el ser humano puede ascender de status social, económico y cultural, ya que la

evolución del hombre primitivo es producto de la educación intencionada y no intencionada. Por la educación mejora el nivel de vida de toda sociedad. (45).

2. Fines de la Educación

La finalidad de la educación es llevar al individuo a tomar posesión de sí mismo, y ayudarlo a desenvolverse, a usar y organizar sus propios recursos. Por lo que sus fines son expresados en un triple sentido: (26,35)

a) Sentido Social:

i. Preparar nuevas generaciones para recibir, conservar y enriquecer la herencia cultural del grupo.

ii. Promover desenvolvimiento económico y social disminuyendo los privilegios y proporcionando los beneficios de la civilización al mayor número posible de individuos. (35)

b) Sentido Individual:

i. Proporcionar adecuada atención a cada individuo, según sus posibilidades, de modo que se favorezca el pleno desenvolvimiento de su personalidad. (35)

ii. Inculcar sentimientos de grupo, a fin de incluirlo a cooperar con sus semejantes en empresas de bien común, sustituyendo la competición por la colaboración.(35)

c) Sentido Trascendental:

i. Orientar al individuo hacia la aprehensión del sentido estético y poético de las cosas, de los fenómenos y de los hombres, con el objeto de posibilitarle vivencias más profundas y desinteresadas.

ii. Llevar al individuo a tomar conciencia y a reflexionar sobre los grandes problemas y misterios de las cosas de la vida a fin de proporcionarle vivencias más hondas. (35)

3. Tipos de Educación

Hay diferentes tipos de educación los cuales se describen a continuación:

a) Educación formal, sistemática o directa – es la educación que se da y que se recibe en las escuelas, los institutos y otros centros educativos, en los que hay horarios y un calendario establecido. Es aquella que se dirige sobre todo al cultivo o desarrollo de la capacidad mental, se refiere principalmente a la adquisición de contenidos. (25,27,30)

b) Educación No Formal – Es la que tiene lugar fuera de los centros educativos; es el conjunto de cursos y otras actividades que se realizan para cumplir objetivos educativos, que ayudan a la formación personal y que son realizadas por instituciones no escolares. Es aquella que se proporciona a niños, jóvenes y adultos que por múltiples razones no pueden o no han podido someterse a normas, recursos y métodos de la educación formal. (30)

c) Educación Informal o espontánea – Es la que se realiza en todo momento de la vida y en cualquier lugar, puede ser intencional o no. Se realiza sin ningún propósito definido formando o deformando por la influencia del ambiente humano o social. Es la que se proporciona de manera casual, improvisada y ocasional, pero carente de organización, estructura y continuidad.(16,30)

d) Educación permanente – Es la que se realiza en todo momento de la vida y en cualquier lugar, puede ser intencional o no. Conjunto de los medios gracias a los cuales el individuo desarrolla lo adquirido en el período escolar y asimila las adquisiciones ulteriores de las ciencias o técnicas concernientes a su profesión. (25,30)

e) Educación paralela – Es la acción educativa operada por el contacto directo con la vida del trabajo, la recreación y la convivencia familiar y social; generalmente asociada con los medios de comunicación masivos (25).

f) Educación popular – Esta dirigida a los sectores de campesinos, obreros y marginados en general, que el sistema formal no cubre. Se concibe y realiza a partir de realidades específicas, de grupos populares determinado con historias únicas, con maneras particulares de pensar e interpretar la realidad y de actuar sobre ella. Orienta a la población urbana o rural empobrecida y marginada, a buscar otros objetivos que se refieran al desarrollo de su propia cultura. (21,25)

g) Educación de Adultos – Es la enseñanza formal o no formal o la asistencia educativa para personas mayores; toda actividad con propósitos educativos llevada a cabo para personas mayores o maduras. Está centrada en los intereses más auténticos de los individuos, de tal manera que el aprendizaje sea crítico, activo, comprometedor. (25,32)

h) Educación recurrente – Flexibilidad del sistema educativo para que las personas que pertenecen o pertenecieron a él y que tuvieron que abandonarlo por algún tiempo, puedan volver sin pérdida de créditos sino más bien sumando en forma combinada y compensatoria las experiencias de la vida real. (26)

i) Educación participativa – Es la manera de compartir información o ideas entre los miembros de un grupo. Esta debe de ser dialógica, ya que el diálogo supone escuchar y decir, recibir y emitir comunicación (8,39)

La participación es fundamental para fortalecer el poder de negociación de los grupos, esto permite la elaboración y reelaboración del conocimiento, da seguridad a los grupos y los capacita para intervenir en los niveles de decisión a los que van accediendo en el proceso social. Además es un derecho de los individuos de intervenir en las acciones que son necesarias para su desenvolvimiento individual, familiar, vecinal y nacional; ya que si se les determinan sus problemas y da soluciones constituye una acción en la cual no habrá un desarrollo individual o del grupo social (5,8, 41, 42).

Los habitantes de una comunidad deben de participar con los objetivos de elevar su nivel de salud, concursar todos sus habitantes en funciones bien definidas y dar su aporte en función de sus capacidades y recursos. Para que sea considerada como una verdadera participación debe presentar las siguientes características: activa, consciente, responsable, deliberada, organizada y sostenida. (7, 31,41)

La implementación de la educación participativa puede realizarse mediante una serie de Técnicas que faciliten el desenvolvimiento activo de los participantes. (24,42)

i. Técnicas Participativas - Son el conjunto de formas y procedimientos específicos en los cuales tienen énfasis las actividades que desarrollan los participantes para el logro de objetivos de aprendizaje. Los participantes elaboran conceptos con sus propias ideas, y todos o la mayoría de

ellos, exponen, escuchan, discuten y deciden. Los individuos están involucrados en el proceso educativo. Las técnicas participativas recogen lo objetivo y subjetivo de la practica o realidad en la que se mueve un grupo u organización, permitiendo la reflexión educativa de la misma, toman en cuenta la realidad cultural e histórica de los grupos con que se trabaja. (17, 26,44)

Para seleccionar adecuadamente la técnica educativa es necesario tomar en cuenta los objetivos de aprendizaje, los mensajes educativos, las características de los miembros del grupo y hacer uso de su creatividad. Las técnicas pueden ser:

- Auditivas y audiovisuales. La utilización del sonido o de su combinación con imágenes es lo que da la particularidad a estas técnicas. Son ejemplo, una charla, un radio-foro, una película, un diaporama etc. (9,43, 44).

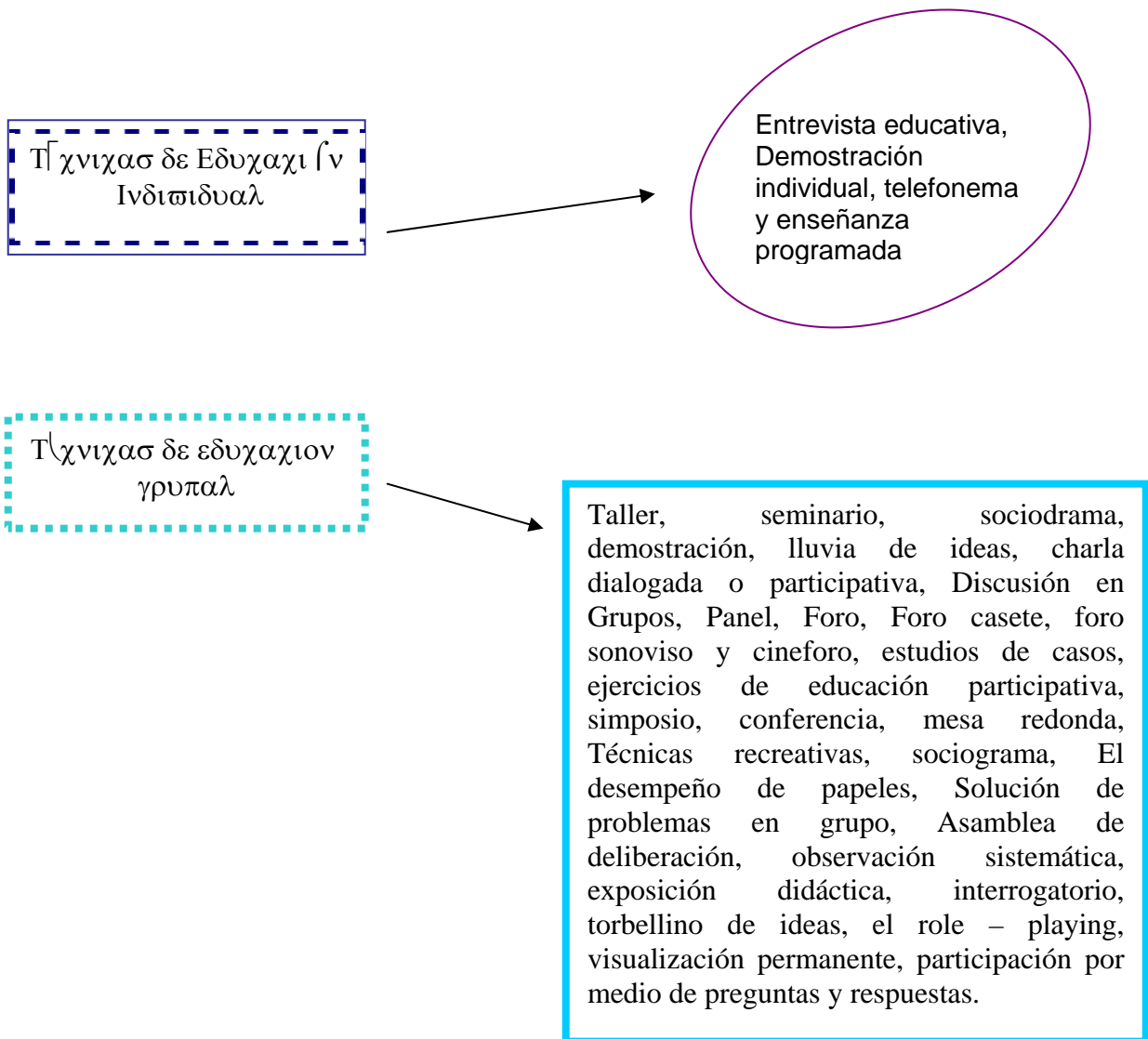
- Visuales. Se diferencian dos tipos: **Escritas**, todo material que utiliza escritura como elemento central (por ejemplo, pápelografo, lluvia de ideas con tarjetas, lectura de textos, etc.) y **Gráficas**, todo material que se expresa a través de dibujos y símbolos (por ejemplo, afiche, "Lectura de cartas", "Uno para todos", juegos, etc.). (9,43, 44).

- Vivénciales. Estas se caracterizan por crear una situación ficticia, se dividen en dos **Animación**, cuyo objetivo principal es animar, cohesionar, crear un ambiente fraterno y participativo; y **Análisis**, su objetivo es dar elementos simbólicos que permitan reflexionar sobre situaciones de la vida real. (9,43, 44).

- De Actuación. El elemento central es la expresión corporal a través de la cual se representan situaciones, comportamientos y formas de pensar (por ejemplo, sociodrama, juego de roles, cuento dramatizado, etc.) (43)

Las técnicas pueden dividirse en técnicas de educación individual y grupal, en la figura No.1 se muestran las diferentes técnicas educativas (17)

Figura No.1
“Técnicas de educación individual y técnicas de Educación grupal”



Fuente: (2, 5, 17, 25, 30,42)

Las técnicas grupales pueden clasificarse según su propósito educativo en:

- de sensibilización y presentación,
- de integración y participación y
- de enseñanza aprendizaje.

Para poder elegir la técnica adecuada deben tomarse en cuenta los siguientes factores; el objetivo que se persiga, la madurez, tamaño y entrenamiento del grupo, el ambiente físico, las características de los miembros y la capacitación del instructor. (4, 6,44)

Todas las técnicas de grupo tienen como finalidad implícita:

- Desarrollar el sentimiento de “nosotros”
 - Enseñar a pensar activamente.
 - Enseñar a escuchar de modo comprensivo.
 - Desarrollar capacidades de cooperación, intercambio, responsabilidad, autonomía, creación.
 - Vencer temores e inhibiciones, superar tensiones y crear sentimientos de seguridad.
 - Crear una actitud positiva ante los problemas de relaciones humanas, favorable a la adaptación social del individuo.
- (6)

ii. Características de la Metodología participativa.

- Ser dinámica
- Promover el diálogo y discusión
- Ser creativa y flexible
- Fomentar la conciencia del grupo

- Establecer el flujo entre práctica-teoría-práctica
- Hacer énfasis en la información
- Partir de los problemas reales
- Fundamentarse en el proceso. (25)

B. Educación Alimentaria Nutricional (EAN)

1. Definición de la EAN.

La educación alimentario nutricional es un proceso a través del cual los individuos, las familias y sus comunidades adquieren, reafirman o cambian los conocimientos, las actitudes y las habilidades necesarias para comprender e identificar problemas alimentario nutricionales y sus posibles causas y buscarles soluciones para actuar racionalmente en la selección, producción, adquisición, almacenamiento, preparación, distribución familiar, consumo y manipulación adecuado de los alimentos de acuerdo a las necesidades individuales y a los recursos alimentarios y económicos disponibles. (18,25)

2. Características de la EAN

a) Efectiva – Cuando las personas aplican en su familia o comunidad, lo que han aprendido, se empiezan a solucionar sus problemas y toda la familia se beneficia con los cambios que se han hecho. (25)

b) Participativa – las personas que enfrentan el problema se unen y tratan de resolverlo. (25)

c) Planificada – Hay que investigar sobre el problema que se quiere resolver y quienes deben de participar en el proceso. (25)

d) Creativa – El grupo participante descubre cómo tener más provecho de sus recursos. (25)

e) Respetuosa – No impone ni cambia la cultura de las personas, sino que las apoya en lo que deciden para beneficio de la salud. (25)

f) Integradora – Enfoca las diferentes causas de los problemas de alimentación y nutrición. (25)

3. Objetivos de la Educación Alimentaria Nutricional

La EAN tiene como objetivos:

a) Promover la seguridad alimentaria de la población.

b) Promover un adecuado estado nutricional. (25)

Para que pueda alcanzar estos objetivos debe lograr que los participantes:

i. Identifiquen los problemas que les afecta.

ii. Busquen los recursos que tienen a su alcance para solucionarlos.

iii. Mejoren sus prácticas alimentarias, o sea que apliquen lo que aprendan para tener una familia más sana.

De esta manera se asegura para el presente y el futuro una mejor producción, manejo y consumo de alimentos para toda la población. (25)

4. Beneficiarios de la EAN

Todos, hombres y mujeres necesitan educación alimentaria nutricional para mejorar la salud y lograr la seguridad alimentaria. Los grupos que más comúnmente se organizan son: mujeres, niños, hombres y adolescentes. (25)

a) Niños y niñas – Los procesos educativos dirigidos a niños los agrupan por su grado de escolaridad, por su edad o por sexo; y para que los prepare para el futuro hay que tomar en cuenta cómo son ellos, sus necesidades, sus intereses y sus problemas. Se debe recordar que los niños: están en época de crecimiento, gastan mucha energía en sus actividades, tienen la mente abierta a lo que se les enseña y todo se les queda rápido, cuidan a sus hermanos o hermanas menores, muchas veces seleccionan sus alimentos, transmiten a sus padres y a otros niños lo que aprenden y están más dispuestos al cambio. (25)

5. Contenido de la EAN

Para la selección de los contenidos se debe de tomar en cuenta lo que el grupo necesita aprender para satisfacer su necesidad o resolver el problema de alimentación o nutrición. Se debe decidir que contenidos deben de aprender para lograr los objetivos. El contenido debe ser completo, sencillo, claro y fácil de poner en práctica (25)

Entre los contenidos que se consideran importantes y básicos para la enseñanza de Alimentación y Nutrición en el país se encuentra “Las Guías Alimentarias para Guatemala: Los Siete Pasos para una Alimentación sana”. La Comisión Nacional de las Guías Alimentarias (CONGA)¹ con el apoyo técnico del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP) elaboraron estas guías con el objetivo de ofrecer a la familia guatemalteca orientaciones prácticas que le ayuden a elegir una alimentación saludable. (10)

¹ Integrada por: Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, Ministerio de Educación, Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación, Universidad de San Carlos de Guatemala, Universidad del Valle de Guatemala, Asociación de Nutricionistas de Guatemala, Hospital General San Juan de Dios, Instituto Guatemalteco de Seguridad Social e Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá.

CONGA para esto considero los problemas de salud y nutrición que afectan a la población guatemalteca, así como los factores que influyen en su alimentación, como la disponibilidad de alimentos, el poder adquisitivo, sus hábitos de alimentación, sus costumbres y tradiciones. En el "Documento Técnico Guías Alimentarias" se describen las fases que se llevaron a cabo para elaborar dichas Guías. (10)

En el Folleto Guías Alimentarias se consideraron importantes las siguientes partes:

a) Los Alimentos y los Nutrientes. En la cual se da una breve explicación de los macro y micro nutrientes, las funciones que desempeñan y las fuentes donde se pueden encontrar.

b) Los 7 pasos para una alimentación sana. Presenta las siete recomendaciones de las Guías para una alimentación saludable, así como una breve explicación de ellas.

c) Una Evaluación de la Alimentación. Consiste en un formulario que permite conocer si la alimentación de una persona es adecuada. (10)

Las presentaciones educativas para promover las Guías son: un afiche (cuyo propósito es colocarlo en lugares visibles como recordatorio posterior a una capacitación), un trifoliar (su propósito es que los asistentes a la capacitación lleven a sus hogares un recordatorio y lo puedan aplicar) y un rompecabezas (elaborado para ser utilizado como material de apoyo en el ámbito escolar). Además existe el Manual "**Las Sugerencias Metodológicas para la Aplicación de las Guías Alimentarias en el Aula**", cuyo propósito es proporcionar sugerencias de actividades para desarrollar los contenidos de las guías en el aula. Este trabajo se elaboró para el Ciclo de Educación Fundamental (CEF) y el Ciclo de Educación Complementaria (CEC) establecidos por el Ministerio de Educación, con

diferentes grados de complejidad, con el objeto de que el docente adapte las actividades de acuerdo a las características del grupo. Señalando que esa propuesta no es exclusiva, por lo que el maestro puede crear sus propias actividades o modificar las que aparecen en el documento. (10,11)

C. Juegos y Material Educativo

1. Definición

El juego es una actividad del niño, del joven y del adulto desarrollada libremente, dejando lugar al azar y a la improvisación y que proporciona placer y diversión. Forma parte de la vida humana, física y mental, y ha de tener un lugar importante en el currículo, sigue una trama de tipo fantástico, y que corresponde a una necesidad psicológica de carácter hedónico. (13)

El juego infantil es "expansión", es una actividad que no exige esfuerzo, muchas veces exige más energías que las requeridas para actividades de la vida cotidiana. Debe definirse esencialmente con la característica "emoción positiva", porque la alegría del juego es el impulso biológico del mismo. (20,46)

Una revisión de estudios dedicados al juego indica que los psicólogos y profesores actuales lo conciben como un importante determinante de la personalidad, de la estabilidad emocional, del desarrollo social, de la creatividad y de la formación intelectual. (14)

Aproximadamente durante 200 años se han elaborado estudios científicos sobre el juego, con el propósito de encontrar una definición más exacta del mismo.

a) Datos relativos del juego – A continuación se muestra las opiniones de diversos autores:

i. **Kant**, lo definió como “la ocupación agradable para sí misma”, “el juego es una finalidad sin fin”. (14,20)

ii. **Scheuerl**, “Las características del juego son: la libertad, la infinidad, la apariencia, la ambivalencia, la unidad y la presencia sin tiempo”.(20)

iii. **Chateau** (1976) “Las características principales del juego, para ser la causa de una actividad, son la diversión, el goce de la actividad, así como el sentimiento agradable”. (20)

iv. **Krasnor y Pepler** (1980) “el juego infantil se caracteriza con cuatro elementos definitorios: motivación intrínseca, emoción positiva, flexibilidad, hacer “como si””. (20)

v. **Smith y Vollstedt** (1985) “en el juego la emoción positiva es la característica más observada y mejor observable”. (20)

vi. **K. Groos** (1976) “el juego no es una actividad indefinida, sino que ayuda al niño a prepararse para sus futuras tareas de adultos. (46)

vii. **Claparède**, enfocó al juego dentro de lo que se definió como la teoría del *preejercicio*, y lo entendía como un ejercicio de tendencias instintivas que posteriormente encontraría en la vida adulta, su aplicación concreta en el trabajo, en el deporte o en la vida cotidiana. (46)

viii. **Friedrich Froebel** lo concibió como “la más alta expresión del desarrollo humano en la infancia, la libre expresión de lo que es el alma infantil”(14)

ix. **Caplan y Caplan** (1973) ven al juego como un proceso de gran ayuda para desarrollar la capacidad infantil de concentración y la tendencia a explorar y crear. (14)

x. **Rosenzweig** (1972), demostró que los factores ambientales y los que procuran sensación de seguridad influyen en el juego. (14)

2. Clasificación

Existen diversas formas de clasificar el juego, entre estas tenemos:

a) La importancia social y cultural del juego es fundamental en el desarrollo cognitivo del niño - Una clasificación fundada en la estructura que al mismo tiempo sirve de análisis y de evolución del juego al crecer el niño en edad:

i. Juegos simbólicos, que añaden al ejercicio un nuevo elemento estructural (el símbolo).

ii. Juego de ejercicios, en el que se hace cualquier cosa por gusto.

iii. Juegos con reglas ya tradicionales, transmitidos de generación en generación y que son instituciones sociales propiamente dichas. (14,20)

b) Wolfgang (1974) registró la conducta en 3 niveles de juego que reflejaban estadios progresivos del desarrollo:

i. Juego simbólico simple (interviene uno o dos objetos),

ii. Juego simbólico complejo (intervienen 3 o más objetos utilizándolos por 3 minutos consecutivos) y

iii. Juego temático o dramatizado (similar al complejo pero con un argumento identificable). (14)

c) Wallon realiza la siguiente clasificación de los juegos correlacionándolos con las etapas evolutivas:

i. Juegos funcionales: son aquellos que comprenden toda actividad que se guía por la ley del efecto, y son movimientos elementales y muy

simples, movimientos que tienden a lograr el dominio de ciertos gestos y a ejercitar el auto-conocimiento corporal (como mover lo dedos etc.).

ii. Juegos de ficción: como por ejemplo jugar a la familia y a la comida, jugar con las muñecas, a los indios etc.

iii. Juegos de adquisición: le permitirán percibir y comprender a los seres humanos y a las cosas que lo rodean por medio de sus sentidos y la razón, el niño absorberá todo, no se cansará de oír relatos y cuentos, de aprender canciones ni de realizar cualquier esfuerzo para captar el medio y la cultura de su realidad circundante.

iv. Juegos de fabricación: se produce una síntesis integradora de las anteriores etapas; el niño opera con los objetos y los va combinar, reunir y en la medida que se va ejercitando aprende a modificar, transformar y construir nuevos objetos o juguetes. (46)

d) K. Groos clasificó a los juegos en tres categorías:

i. Instintivos (se observan en los primeros años, condicionados fuertemente por movimientos reflejos),

ii. Imitación (son los que conducen al niño al adiestramiento en forma ajena activa) y

iii. Experimentales (son aquellos en los se aprecia una finalidad consciente y claramente sentida. Es cuando el niño con un propósito realiza experiencias como por ejemplo de salto, comparación de colores y de velocidad, etc.). (14, 19,46)

e) Claparède los clasificó en.

i. Juegos de Experimentación o juegos de funciones generales: estos comprenden los juegos sensoriales (auditivos, visuales, táctiles, silbidos, etc.), los juegos motores (carreras, saltos, canicas, etc.), los juegos intelectuales

(de imaginación, de resolución de problemas, de curiosidad, etc.) y los juegos afectivos y de ejercitación de la voluntad (contener la respiración el mayor tiempo posible, adoptar posiciones difíciles, etc.).

ii. Juegos de funciones especiales: comprende los juegos de persecución, de lucha, de ocultamiento, de caza, de imitación, de actividades familiares y sociales. (46)

Claparède retoma de esta teoría, el valor concedido al juego como un factor estimulante del sistema nervioso y del desarrollo de los órganos corporales. Por que esta teoría considera que el juego es como un ejercicio preparatorio para la vida y tiene como objeto el libre desarrollo de los instintos heredados todavía sin formar, el juego resulta así un agente natural educativo. (46)

g) Jean Chateau en 1958 clasificó las variaciones de los juegos a través de las edades (1 a 13 años). (8)

Tabla No. 1
"Clasificación de los juegos según las edades"

Edades (años)													Juegos
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
■	■	■	■	■	■	■							Funcionales
■	■	■											Hedonísticos
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	Con algo nuevo
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■			De destrucción
			■	■	■	■	■	■	■	■			De desorden y de arrebato
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	Figurativos
■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	De construcción
	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	De regla arbitraria
			■	■	■	■	■	■	■	■			De proeza
				■	■	■	■	■	■	■	■	■	Danzas
							■	■	■	■	■	■	Ceremonias

Significado del juego en cada una de las edades: ■ → Duración larga del juego y □ → duración d corta del juego. (8)

3. Importancia

Investigaciones contemporáneas indican que el juego tiene importancia para el desarrollo cognitivo y moral, ya que el estadio sensomotor del desarrollo, constituido en gran parte por actividades lúdicas, es un período durante el cual se adquieren cogniciones importantes, tales como la permanencia de los objetos, el concepto de causa-efecto y la conciencia de las relaciones espaciotemporales. Por lo que los juegos proporcionan al niño sus primeras experiencias de las ideas de justicia, ley, equidad y falsedad. (14)

El juego representa un aspecto esencial en el desarrollo del infante, en cuanto a que está ligado al desarrollo del conocimiento, de la afectividad, de la motricidad y de la socialización del niño. (46)

Según **Jean Chateau**, "No se debería decir de un niño solamente crece, habría que decir se desarrolla por el juego". "Mediante el juego hace actuar las posibilidades que fluyen de su estructura particular; realiza las potencias virtuales que afloran sucesivamente a la superficie de su ser, las asimila y las desarrolla, las une y las complica, coordina su ser y le da vigor". Por lo que, gracias al tiempo que dura la infancia, en los seres humanos, posibilita una etapa de plasticidad que permite que a través del juego, se experimente, se pruebe y se imite. Por medio del entrenamiento que otorga el juego, se desarrollan las funciones fisiológicas y psíquicas del niño. (8)

De edad en edad, los juegos señalan el advenimiento de las funciones más diversas:

a) Funciones sensorias motrices - Con sus pruebas de habilidad, de precisión y rapidez, también de clasificación intelectual y de reacción diferenciada, funciones de articulación, de memoria verbal, de enumeración. (46)

b) Funciones de sociabilidad - Bajo la cubierta de esos partidos que oponen equipos, clanes y bandas, y en los cuales los papeles se distribuyen de acuerdo con la colaboración más eficaz para el éxito común sobre el adversario (46).

La importancia y el valor del juego como factor educativo, tiene un papel fundamental en la conservación y el mejoramiento de la salud; y uno de los fines de la escuela es, sin duda esa conservación y ese mejoramiento. El juego permite un desarrollo muy plausible de las aptitudes mentales infantiles y da lugar a verdaderas creaciones, que son de gran valor en el proceso educativo y en la integración de la personalidad del educando. (19)

El juego es uno de los mejores recursos con que cuenta la escuela para contrarrestar los funestos resultados del trabajo intelectual mal organizado. Por todo esto los educadores de todos los tiempos han dado al juego una importancia muy justificada como factor físico, psíquico, sociológico y aun moral de educación. Deben ser preparados con antelación, jugados con libertad de espíritu, debe hablarse de los mismos con afán de mejorarlos, adaptarlos a los objetivos de enseñanza. (3,19)

H. Wallon, enfrenta a la contradicción de tener que aceptar que si el juego del niño está condicionado por la disciplina y finalidad educativa deja de ser juego. Pero por otro lado, el **estímulo de la educación** no debe ser el medio al castigo, sino la necesidad y el interés del niño por lo que trata de realizar o asimilar, el juego resulta un elemento en donde la disciplina interna pueda sustituir a la externa. Esta es la razón de que los trabajos escolares orientados por medio del juego pueden llegar a conformar una institución escolar adaptada a los intereses y necesidades de la infancia. (46)

Por todo lo antes mencionado, el juego está lejos de ser una pérdida de tiempo, es algo que los educadores deberían respetar y tener en cuenta en sus programas ya que es propio de todos los estudiantes. Estos pueden servir para descubrir desviaciones sociales, así como para corregirlas, se revela como un medio gratificante para adquirir habilidades cognitivas y sociales. A fin de sacar el máximo partido del juego, los profesores deben proporcionar contextos favorables, modelos y demás tipos de estímulos. (14, 46)

4. Material a utilizar en Juegos Educativos

Los juegos pertenecen al material que se puede utilizar como recurso en el desarrollo de las técnicas educativas. Este material debe de ser un apoyo que utilice el educador para reforzar los mensajes que quiere transmitir al grupo. (17,29)

El material educativo se podrá dedicar para la entrega de contenidos en forma: **Individual** o sea para comunicarse sólo con una persona (folletos, despleables, etc.); **Grupal**, tienen como propósito abarcar a varias personas, en número no más allá de 20 a 25 (cartel, periódico mural, juegos, etc.) y **Masivo**, el cual permite alcanzar un gran número de personas que pueden ubicarse en poblaciones, ciudades y hasta un país (cuñas radiales, programas de TV, etc.) (29)

a) Tipos de material educativo - Estos se pueden dividir en:

i. Visuales. Son aquellos que expresan mensajes de imágenes, incluyendo aquel que combina palabra con objetos reales. (Ejemplos: afiches, láminas ilustrativas, franelógrafo, rotafolio, pizarrón diapositivas, etc.). (17)

ii. Sonoro. Es el que estimula de forma predominante el sentido del oído de los educandos y oyentes. (Ejemplo: programas de radio, las cuñas, las entrevistas, radionovelas, concursos, comentarios, etc.) (17)

iii. Audiovisual. En este se combina la proyección de imágenes con sonido, por lo que envía mensajes que sean captados por los sentidos de la vista y el oído. (Ejemplos: el cine, la TV, cintas de video y sonovisos. (17)

iv. Impreso. Es el que más se emplea en la comunicación escrita, puede ir o no acompañado de gráficas, dibujos, esquemas y resúmenes. (Ejemplo: volantes, historietas, fotonovelas, **juegos**, periódicos y folletos). (17)

b) Criterios para Preparar y Utilizar el material educativo. Es necesario tomar en cuenta los siguientes criterios:

i. Que el material se refiera a un tema o contenido específico.
ii. Que el mensaje refuerce los cambios de conducta que se requiere lograr.

iii. Que las imágenes y lenguaje que se utilicen, estén de acuerdo a la realidad del grupo.

iv. Antes de utilizar el material, éste debe ser probado para ver si de verdad cumple con los objetivos.

v. Todo material debe tener un instructivo que explique para quién es el material, cuál es su objetivo y cuál es su uso. Las partes esenciales con que debe contar un juego educativo son:

- Objetivo didáctico,
- Material,
- Cantidad de niños participantes
- Instrucciones
- Reglas del juego

(17, 38)

Debe de considerarse además que todo material educativo debe de responder a los contenidos que se desean transmitir, se debe relacionar con lo que se promueve y se debe procurar que los educandos participen en su elaboración ya sea directa o indirectamente a través de sus opiniones, aportando ideas etc. (29)

En resumen los juegos deben de definirse hacia la población que serán destinados (individuales, grupales o masivos), por lo que para su elaboración deben de tomarse en cuenta los criterios antes mencionados. Asimismo los juegos² se deben de elaborar según los objetivos que se planteen, qué se desea transmitir a través de ellos y se deben realizar de una forma innovadora. Referencias bibliografías específicas sobre cómo elaborar juegos no se ha encontrado.

c) Orientación didáctica de los juegos - Didácticamente resulta muy útil contar con algunas normas y principios organizativos para la enseñanza de los juegos, a fin de aprovechar este importante medio para la formación de la infancia. (46)

- i. Realizar una planificación evaluando los siguientes aspectos.
 - El grupo de niños con quien se trabajará
 - Las instalaciones y material disponible.
 - Número de clases en ciclo lectivo (del área correspondiente)
 - Duración de las clases. (46)
- ii. Preparar las clases tomando en cuenta:
 - Época del año y condiciones climáticas

² Molina de Palma, V. 2003. Guatemala, Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá. Organización Panamericana de la Salud. (Entrevista personal)

- Necesidades e intereses de los niños del grupo
- Que la selección de los juegos activos se realice tomando en cuenta que deben permitir la participación del conjunto de los alumnos, que no hayan exclusiones y que posibilite la actividad constante.

- La enseñanza debe adecuarse al ritmo natural de aprendizajes del grupo; dando la posibilidad de que los niños disfruten de los juegos. El maestro no debe mostrarse ansioso por brindar contenidos.

- Programar en qué momentos se desarrollará el juego. (46)

iii. Durante el Desarrollo del juego.

- Todo juego tiene un inicio y explicación, luego un desarrollo que va generando una gran euforia e interés por parte de los niños, con una duración muy elástica. El maestro tiene que estar muy atento a que no se caiga en la última etapa y por el contrario, que los niños se queden con el deseo de repetir en otros momentos el juego.

- Aprovechar la organización, la distribución del grupo y el uso del material, para la realización de varios juegos o actividades. De esta forma se evitarán pérdidas de tiempo.

- En el desarrollo secuencial de los juegos en una misma clase, es importante tener en cuenta la dosificación de los esfuerzos; sobre todo, no realizar juegos sofocantes.

- Debe estimular a todos los alumnos, pero fundamentalmente a los más tímidos, a los que se inhiben, a los menos diestros y a los perdedores.

- Tratará de eliminar al máximo la espera de turnos o el momento de intervenir en los juegos.

- Preparar el material necesario con anticipación para que no haya interrupciones y la clase tenga agilidad.

- Mostrar prácticamente lo que se quiere enseñar y dar explicaciones atractivas y sintéticas. No valerse siempre de los mismos alumnos para las demostraciones prácticas.

- Aclarar antes de comenzar el juego cuáles serán las normas o reglas a seguir, y no permitir que sean transgredidas.

- Al final de la clase es conveniente introducir juegos calmantes que predispongan a los niños para las tareas que realizarán después en el aula. (46)

5. Antecedentes de juegos elaborados

a) Los clásicos juegos de mesa. Llamados también juegos de sociedad, son aquellos en los que se necesita un tablero con figuras de juego y en ocasiones también otro material, como dados, tarjetas, etc. Estos son parte interesante de la historia se puede decir que desde hace 5000 años. Los juegos clásicos han predominado por miles de años y provienen de países cuya cultura fuese la más desarrollada: Egipto, Persia, Mesopotámia, Grecia, El Imperio Romano, India y China. Ejemplo de estos son: el tres en raya, el juego de damas, "Weiqi", "Go", Damas Chinas, El Sabio y el Sube y baja. (20).

b) Juegos de Aprendizaje. El niño realiza el aprendizaje de la competencia y de compartir los roles en su grupo mediante múltiples juegos que van desde el azar hasta la pericia. Entre ellos están:

- i. El Ludo: permite al niño simbolizar un encierro inicial en el que la apertura hacia el mundo surge del azar (el dado), una vez que ha salido de su

casilla, recorre un camino salvando obstáculos o recibiendo ventajas. Este camino es el símbolo del que recorrerá en la vida real hasta llegar al éxito o al fracaso. (1)

ii. La lotería: sitúa al jugador en un engarce de habilidad y suerte. El jugador debe afrontar la lucha contra el adversario, entregarse o triunfar. (1)

iii. El Tatetí: donde cada jugador dispone de tres fichas y gana aquel que evita que su competidor las ordene en la misma línea. Este juego es el símbolo en donde los competidores son los hermanos, y se lucha por conseguir la relación ideal con los padres, a igual distancia del uno que el otro. (1)

iv. El Estanciero: símbolo del equipo con el cual cada uno inicia su enfrentamiento con el mundo, los actos de generosidad y avaricia, de derroche y ahorro. (1)

v. Las damas y el Ajedrez: el motor inconsciente del juego es la necesidad de enfrentar a los padres, entrar a su mundo de adultos y competir con ellos. El éxito depende de la habilidad para lograrlo mediante el conocimiento de las reglas y el manejo adecuado de sus capacidades. (1)

c) Manual de Técnicas Participativas para Trabajos en Grupo- Dentro de estas técnicas que presentan CONAPLAM y UNICEF se encuentran las Técnicas de Organización y Planificación, las cuales sugieren realizarlo de forma participativa y democrática utilizando los siguientes juegos.

i. Rompecabezas. Cuyo objetivo es analizar en conjunto los elementos básicos del trabajo colectivo.

ii. Baraja de la Planificación. Su objetivo es conocer y ordenar los pasos que deben seguirse en un proceso de planificación. (9)

d) Juegos en Alimentación y Nutrición – A nivel nacional se han elaborado pocos juegos en el área de Nutrición, entre ellos están:

i. Material Educativo dirigido al Grupo Escolar, Juegos: “Nutriloteria” y “Baraja de la Nutrición”. Los dos juegos se basan en la enseñanza de conceptos básicos (Nutrición, Estado Nutricional y Nutrientes). Cada juego contiene las siguientes partes:

– Teoría para desarrollar el juego: esta es indispensable para el maestro y se encuentra en el Folleto Cadena no.1.

– Instructivo del juego: instructivo para el maestro, instrucciones del juego y el juego.

Los juegos fueron validados en 10 colegios, los docentes revisaron el material y lo aplicaron a su grupo de clase. (33)

ii. Material elaborado por estudiantes del Curso Planificación de Intervenciones de Carácter Nutricional, de la carrera de Nutrición de la USAC:

– Sistema de Educación Alimentario Nutricional de la Escuela Puerto Rico No. 64. Se elaboraron tres juegos:

- La Loncherita Feliz: juego dirigido a niños de primero a tercero primaria, el cual trata de enseñar que alimentos deben de incluirse en la lonchera.

- Cartas de los siete pasos para una alimentación sana: dirigido a niños de cuarto a sexto primaria, el cual se basa en las Guías Alimentarias.

- Escalando por una refacción saludable: dirigido a niños de cuarto a sexto primaria, que enseña los alimentos buenos y malos para la alimentación.

Los tres juegos son utilizados para reforzar los contenidos de “La refacción escolar saludable y nutritiva” y “Los siete pasos para una alimentación sana”, estos juegos fueron validados con el grupo objetivo. (28)

– Educación en Alimentación Balanceada a niños en El Centro de Formación Infantil El Tesoro. Para dar educación a los niños se elaboraron dos juegos:

- Basta de Alimentos: dirigida a adultos y niños desde sexto grado y se puede utilizar para la introducción de conceptos de grupos de alimentos.

- A la Olla sin demora: su utilización se basa en la evaluación de los conocimientos adquiridos sobre una Alimentación sana y balanceada, basada en las Guías Alimentarias para Guatemala. Estos juegos no fueron validados. (34)

D. Validación de Material Educativo

1. Definición

Validar significa evaluar en una forma sistemática las reacciones que se provocan en una muestra de la audiencia meta hacia los materiales educativos, conformando así una información útil, válida y necesaria, para mejorar su contenido, forma y posibilidad de impacto, antes de producirlos y distribuirlos. (29)

Consiste en llevar los materiales a la audiencia cuando éstos aun están en borrador, para poder así hacer cambios o elaborar otros materiales. (23)

Realizar una validación significa probar en el campo los materiales educativos antes de que los mismos se produzcan o se impriman. (22).

“La validación consiste en probar el material elaborado con una parte, o sea una muestra, de la audiencia, para comprobar si cumple con el objetivo para el que fue diseñado y si es aceptado” (25)

Validar un recurso educativo es hacer que este tenga las condiciones necesarias para lograr su propósito, implica una situación de producción y uso en la cual las mismas condiciones necesarias, al igual que las variables, influyen en el desarrollo de la situación en la cual este recurso es o será utilizado. (40)

2. Importancia

Es importante la validación ya que si ésta no se realiza puede resultar una pérdida muy grande de dinero, tiempo y recurso, incluso pueden comunicarse ideas y mensajes negativos. Es una acción que se debe realizar si se quiere que los materiales alcancen el ò los objetivos, que se han trazado, y así dejen ya de ser un instrumento cargado de buenos deseos, pero sin posibilidades de operabilidad. (22,23)

Validar es una actividad que debería incluirse siempre en todo proceso de producción de recursos educativos, porque permite hacer grandes economías en lo que se refiere a la utilidad final y al impacto del recurso producido. (40)

3. Criterios de validación

Para validar se debe de tomar en cuenta algunos criterios de validación que permiten hacer un trabajo efectivo. Estos criterios se pueden encontrar en el ambiente de la comunicación humana relacionados con los aspectos de interpretación, especificidad y efectividad en procesos de educación y comunicación. Estos son parte de los objetivos de validación e incluyen: (23,40)

a) Comprensión – Que la audiencia entienda todo el contenido del material. (23)

b) Atracción - Que la audiencia se sienta atraída, interesada, agradada por el material. (23)

c) Aceptabilidad - Que el material sea aprobado, admisible y plausible para la audiencia. (23)

d) Involucramiento – Que la audiencia se identifique con el tema y contenidos del material. (23)

e) Persuasión – Que la audiencia identifique fácilmente lo que debe hacer y que esté convencida de hacerlo. (23)

Rojas señala otros posibles criterios de validación:

- a) Facilidad para el manejo.
- b) Capacidad para captar y mantener cautiva la atención
- c) Pertinencia de los elementos de un conjunto de imágenes del texto
- d) Universalidad gráfica, fonográfica y lingüística.
- e) Facilidad de lectura.
- f) Funcionalidad de diseño
- g) Efectividad y eficiencia del proceso de enseñanza – aprendizaje
- h) Efectividad de comunicación.
- i) Comprensibilidad.

- j) Efectividad del diseño
- k) Suficiencia de la información.
- l) Eficiencia de comunicación.
- m) Tiempo compartido en la exposición a los estímulos visuales y auditivos.
- n) Discriminabilidad de la imagen según el tiempo de exposición al medio. (40)

Además de estos criterios, se desea obtener comentarios o sugerencias para modificar el material a prueba. (23)

4. Requisitos para la validación

Los requisitos son los preparativos previos a la validación del material de comunicación, implica una serie de decisiones, estos también son llamadas pautas de trabajo. En general estos son:

- a) Seleccionar entre el material, el número necesario de ejemplares de cada tipo.
- b) Enumerar los posibles criterios de validación.
- c) Definición clara de los criterios de validación seleccionados.
- d) Redacción de las preguntas o diseño de pruebas y / o materiales para explorar cada criterio de validación.
- e) Hacer una guía de validación.
- f) Elaboración de mecanismos de registro para cada pregunta o prueba.
- g) Decidir cuántas personas participarán.
- h) Decidir la metodología que se va a usar.
- i) Invitar a las personas que van a participar.

- j) Agrupación de la información.
- k) Análisis de la información.
- l) Decisiones a tomar. (22, 40)

5. Técnicas de ensayo de materiales educativos

Las técnicas de recolección de información para la validación o ensayo de materiales educativos que han sido utilizadas provienen de diversas disciplinas, especialmente de las ciencias sociales y el mercadeo social. Estas técnicas son:

a) Entrevista individual abierta o semi – estructurada – Sirven para indagar más sobre las creencias, actitudes, preocupaciones y motivaciones individuales. Son útiles para abordar temas sensibles y para sondear a fondo un tema. (23,29).

b) Entrevistas individuales estructuradas – Son en las que existe un contacto entre el investigador y un entrevistado, el primero hace preguntas y codifica respuestas. Proporciona un medio sistemático de medir prevalencia de actitudes y criterios de validación de material educativo. (23,29)

c) Entrevista de intercepción en lugares centrales. – Estas se basan en “encuentros fortuitos”. El entrevistador va a un lugar frecuentado por miembros de un grupo objetivo determinado. Se hacen preguntas a individuos seleccionados al azar acerca de cuestiones específicas. (23)

d) Grupos focales. – Resumen de seis a doce participantes típicos del grupo objetivo. Un moderador capacitado utiliza una guía de preguntas indagadoras para escoger información sobre distintos criterios de validación del

material educativo. Deben estar representados los sub-grupos que hay en el público objetivo. El moderador debe orientar a la discusión y mantiene la atención concentrada en los temas de interés. (2,29)

e) Observación directa – Examen con los sentidos de un objeto, un evento, una condición para describirlo. Existen dos tipos de observación:

i. Observación estructurada. Esta consta de cuatro clases básicas de registro.

– Ocurrencia/presencia. El observador cuenta si ocurre o no una determinada acción.

– Frecuencia. El observador cuenta cada vez que ocurre una determinada acción durante un periodo de tiempo previamente definido.

– Duración. El observador mide el tiempo de la acción.

– Productos o rastros. El observador cuenta los productos “físicos”, o los rastros del comportamiento. (23)

ii. Observación abierta. Su forma de registro es la anotación narrativa donde el observador escribe una narración detallando todo lo observado de la forma más concreta posible. (23)

6. Aspectos a considerar en la Validación

Hay algunos aspectos importantes a tomar en cuenta para poder llevar a cabo la validación según los requisitos o pautas de trabajo.

a) ¿Con cuantas personas se debe probar el material? El número de personas para validar el material no es grande, este puede ser entre 20 a 30 personas. Más que el número lo importante es que estas personas sean

representativas del grupo meta en cuanto a características de interés, aun cuando no sean estadísticamente representativas. (22,23).

b) ¿Qué técnica se debe utilizar para recolectar la información?. Para validar un determinado material educativo, especialmente si este es audiovisual debe usarse una combinación de técnicas de recolección de información.

En el Anexo No. 1 se muestran las diferentes técnicas de recolección de información y los criterios de validación de material educativo indicando, qué técnicas recogen mejor la información sobre qué criterios. (23)

c) ¿Cómo analizar los datos de la Validación? Esta se hace según la técnica utilizada:

i. Entrevistas individuales y de Observación:

– Las respuestas a las preguntas cerradas se tabulan en un formulario en blanco.

– Las preguntas abiertas se listan, estas se pueden agrupar en categorías y tabularse. (23)

ii. Grupos focales: las notas realizadas en la discusión de grupo focal se leen cuidadosamente, y se obtienen conclusiones sobre las preguntas de interés. Cuando hay más de dos grupos, se comparan las notas de uno y otro para determinada pregunta. Pueden hacerse tabulaciones solamente para encontrar la tendencia de los datos. (23).

d) ¿Cuándo aceptar el material educativo?. El material debe de reproducirse cuando la población lo haya aceptado, y el investigador debe encontrar una tendencia, o sea, hasta que se tenga la sensación con suficientes personas de haber aclarado cuáles son los problemas que tienen sus materiales.

(23)

IV. JUSTIFICACIÓN

El objetivo principal de la educación es favorecer el desarrollo de las aptitudes de todas las personas, con el fin de que tengan un mejor nivel de vida y así poder enfrentarse a los problemas; por lo que se presenta como una necesidad en el área de alimentación y nutrición. La EAN es un factor importante para mejorar el nivel de nutrición y en consecuencia los niveles de salud y calidad de vida, mediante el proceso de reafirmación o cambio de conocimientos, actitudes y habilidades de la población que lo recibe.

Entre los grupos más vulnerables de sufrir problemas nutricionales en Guatemala están los niños de todas las edades. Dentro de las causas que lo originan se debe resaltar la pobreza y la falta de educación; por lo que para prevenir dichos problemas y enfermedades a largo plazo es necesario que se les oriente y enseñe a tomar decisiones acerca de su alimentación. Este es uno de los aspectos importantes a tomar en consideración debido a que en la etapa preescolar y escolar se forman los hábitos y actitudes alimentarias que predominarán toda la vida y de su alimentación dependerá en gran parte su desarrollo cognitivo y su crecimiento.

También debe tomarse en cuenta que los niños al asistir a la escuela estarán fuera del ambiente del hogar y se relacionarán con otras personas lo cual podría conducir a la influencia de tomar hábitos adecuados e inadecuados. Por lo que si se desea transmitir información positiva sobre su alimentación debe realizarse de una manera participativa y que los motive a aplicar lo aprendido durante toda su vida.

En virtud de lo antes mencionado, se consideró necesario elaborar una propuesta de juegos educativos dirigido a niños, con el fin de enseñarles a elegir una alimentación saludable mediante la práctica de hábitos adecuados, los cuales están basados en las Guías Alimentarias para Guatemala. Así mismo se decidió tomar como referencia para realizar dicha propuesta la Escuela Mixta San Antonio María Claret ya que es una de las muchas instituciones que tienen como objetivo principal brindar educación y alimentación a niños de bajos recursos. De esta manera se apoyará a dicha institución mediante educación alimentaria nutricional y además contribuir como ejemplo para su aplicación en la EAN dirigida a niños.

V. OBJETIVOS

A. General

Elaborar una Propuesta de Juegos Educativos en Alimentación y Nutrición dirigido a niños basados en las Guías Alimentarias para Guatemala.

B. Específicos

1. Establecer los objetivos a lograr con los juegos propuestos para la enseñanza de una alimentación adecuada.

2. Identificar los contenidos sobre alimentación y nutrición basados en las Guías Alimentarias para Guatemala a incluir en los juegos a elaborar.

3. Elaborar una propuesta que incluya cuatro temas sobre Alimentación y Nutrición.

4. Validar los juegos educativos propuestos.

5. Elaborar la propuesta final de los juegos educativos dirigidos a los niños de edad escolar.

VI. MATERIALES Y METODOS

A. Población

Constituido por los 182 niños de primaria que asisten a la Escuela Mixta San Antonio María Claret.

B. Tipo de estudio

Es un estudio de tipo descriptivo.

C. Materiales

1. Instrumentos para la recolección de datos

a. Instrumento No.1 "Guía para la Determinación de contenidos a incluir en los juegos educativos" (Anexo No.2). La cual consta de la sección I. Conocimientos Alimentario Nutricional; y se divide en las siguientes series: A. Cereales y Leguminosas, B. Frutas y Verduras, C. Carnes y Lácteos, D. Higiene Personal, E. Higiene de alimentos y F. Los 7 pasos para una alimentación saludable.

b. Instrumento No. 2 " Guía para validar los juegos" (Anexo No.3)

2. Recursos

a) Físicos

i. Instalaciones de la Escuela Mixta San Antonio María Claret, Ciudad San Cristóbal Mixco.

- b) Materiales
 - i. Equipo de oficina: computadora, materiales de escritorio, materiales para elaborar los juegos, grabadora, Guías Alimentarias, Colección de Office Windows XP 2002.
- c) Humanos
 - i. Asesora de Tesis
 - ii. Revisora de Tesis

E. Metodología

1. Para la elaboración de instrumentos

a) Instrumento No.1 "Guía para la Determinación de contenidos a incluir en los juegos educativos" (Anexo No.2) - Este instrumento se diseñó de acuerdo al objetivo de identificar los contenidos a incluir en los juegos a elaborar, tomando como base un instrumento utilizado en un estudio anterior. (37)

b) Instrumento No.2 "Guía para validar los juegos" (Anexo No 3) - Se elaboró una Guía según los criterios de validación propuestos por Hurtado, con una serie de preguntas para identificar aspectos importantes de los juegos educativos como el color, el tamaño de las figuras y letras, etc. Fue diseñado en base a instrumentos utilizados anteriormente. (14,15,23,27)

2. Para la elaboración de la propuesta de los juegos educativos

La elaboración de la propuesta de juegos educativos en alimentación y nutrición basadas en las Guías Alimentarias dirigido a niños se llevó a cabo según las siguientes etapas:

a) Determinación de los Contenidos. - En esta etapa se determinaron los contenidos a incluir de la siguiente manera:

i. Recolección de la información: la información se reforzó identificando conocimientos de la población; para esto se utilizó el instrumento No.1:

– Se formaron dos grupos focales según los grados de enseñanza, "Grupo A" (niños de primer a tercer grado primaria) y "Grupo B" (niños de cuarto a sexto grado primaria), los cuales estaban conformados por 9 niños (seleccionando 3 niños de cada grado). Haciendo un total de 18 niños.

– La investigadora discutió con los niños cada una de las series que conforman la Guía. (Anexo No. 2). Esto fue grabado para facilitar la obtención de la información.

ii. Análisis de la información: los resultados obtenidos se describieron identificando la temática que fue menos acertada de acuerdo a las respuestas esperadas de los niños. Se analizaron los resultados considerando necesario reforzar la información deficiente. Los temas seleccionados fueron el tema "Los Alimentos" y los temas integrados "Higiene Personal", "Higiene de Alimentos" y "Alimentos poco Saludables" para cada grupo, la diferencia entre ambos es el grado de escolaridad, lo que implica la complejidad de los contenidos. Este último tema no se incluyó en el instrumento No.1, sin embargo se decidió agregarlo debido a lo observado por la investigadora.

b) Elaboración de la Propuesta Inicial - En base a la información obtenida en la etapa anterior se elaboró la propuesta, que incluye dos juegos educativos para cada grupo (Total de juegos n=4). Los juegos seleccionados para los grupos fueron: grupo A (DominOlla y Memoria Alimentaria) y grupo B (Llegó la Olla y Recorriendo la Olla).

i. Desarrollo de los Juegos: cada juego contiene una Guía de su utilización para el educador, la cual consta de –Nombre, - Objetivos, -Metodología, -Desarrollo de contenidos, -Partes del juego e instrucciones para el jugador. Es importante resaltar que los contenidos fueron tomados de las Guías Alimentarias para Guatemala, y se considera que el educador debe leerlos previo a la utilización de los juegos y de preferencia los imparta a los niños para que los juegos sirvan de reforzamiento.

El tema “Alimentos poco Saludables” se desarrolló después de realizar una entrevista con nueve docentes de los diferentes departamentos de la Escuela de Nutrición, ya que la bibliografía al respecto fue escasa.

ii. Validación de los Juegos Educativos: cada juego educativo se validó de la siguiente manera:

– Recolección de la Información: la validación se realizó mediante la formación de grupos focales, “Grupo A” (primer a tercer grado primaria) y “Grupo B” (cuarto a sexto grado primaria). Cada uno estuvo conformado por 21 niños (7 niños de cada grado)”. Debido a que la literatura reporta que para formar grupos focales debe haber de 6 a 12 participantes y para validar material puede hacerse con un grupo de 20 a 30 personas. (23,24)

La información se recolectó mediante la utilización del Instrumento No. 2 (Anexo No. 3):

- Se seleccionaron a los 7 participantes de cada grado para formar los sub-grupos del grupo focal (n=21), y se llevaron a un salón con un ambiente cómodo.
- Se les pidió que formarían un círculo según el sub-grupo al que pertenecían.

- Se orientó al grupo acerca del contenido que corresponde al juego en un período de 30 minutos.

- Se les explicó las instrucciones y partes del juego.
- Se llevó a cabo un juego con los niños por unos 20 minutos (como tiempo promedio).

- Luego por sub - grupos se les pidió que observaran el juego detenidamente y se les hizo las preguntas del formulario tomando en cuenta todas las opiniones de cada uno de los participantes; estas se anotaron en la Guía de validación (Anexo No.3)

– Análisis de la información: Los datos obtenidos se unificaron en categorías de las distintas opiniones de los niños, seleccionando aquellas que se presentaron con mayor frecuencia para la posterior modificación de los juegos.

iii. Propuesta Final – para elaboración de la propuesta final se tomaron en consideración las modificaciones sugeridas para cada uno de los juegos en la etapa de validación.

VII. RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados de las diferentes etapas para elaborar la Propuesta de los Juegos Educativos en Alimentación y Nutrición dirigida a niños, basadas en las Guías Alimentarias para Guatemala.

A. Determinación de Conocimientos Alimentario Nutricional

En el cuadro No.1 se observan las diferentes respuestas obtenidas en la Guía con los niños de primer a tercer grado primaria, resaltando que no identifican el contenido nutricional de los diferentes alimentos y tampoco los alimentos que pertenecen a las hierbas y lácteos; así mismo no han visto la Olla familiar. Además se presentan los aspectos que identifican de los temas de higiene personal e higiene de alimentos.

Cuadro No. 1

Conocimientos sobre alimentación y nutrición de los niños de primer a tercer grado primaria que pertenecen al Grupo focal A, Escuela Mixta San Antonio María Claret, Guatemala Octubre 2003

Series		Respuestas	Descripción
Cereales y Granos			
1	Ejemplo de Cereales:	Pan, maíz, trigo.	Los niños identifican los cereales. Consideran que estos alimentos proporcionan energía. No identifican la mezcla vegetal de tortilla y frijol. Manifestaron que a todos les gustan estos alimentos porque son nutritivos y sabrosos.
2	Ejemplo de granos:	Maicillo, frijol, arroz	
3	Contenido de Cereales y Granos	Energía	
4	Cantidad de frijol por cada tortilla	2 cdas, 3 cdas	
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos, porque son nutritivos y sabrosos	
Frutas, Hierbas y Verduras		Respuestas	Descripción
1	Ejemplo de frutas	Uva, fresas, manzanas, pera.	Identifican las frutas y verduras, pero no reconocen cuales son las hierbas, ya que solo dieron un ejemplo correcto.
2	Ejemplo de verduras	Papa, zanahoria, guisquil, repollo.	

Continúa....

Frutas, Hierbas y Verduras		Respuestas	Descripción
3	Ejemplo de hierbas	No saben, berro, hierba buena, bledo	correcto. Creen que estos alimentos contienen mayormente vitaminas y proteínas. Les gustan porque son sabrosos y tienen vitaminas.
4	El contenido	Vitaminas y proteínas.	
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos, porque son sabrosas y tienen vitaminas	
Carnes, lácteos y huevos		Respuestas	Descripción
1	Ejemplo de Carnes	Res y pollo	Manifestaron saber que alimentos pertenecen a las carnes, pero no reconocen cuales son los lácteos ya que mencionaron solamente la leche. Consideran que este grupo contienen proteínas, vitaminas y minerales. Les gustan estos alimentos por ser nutritivos
2	Ejemplo de lácteos	No saben, leche	
3	Contenido del grupo	Proteínas, vitaminas y minerales	
4	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos, porque son nutritivos.	
Higiene Personal		Respuestas	Descripción
1	¿Cuándo se deben de lavar las manos?	Antes de comer, después de ir al baño, después de comer.	En este tema conocen cuando deben de lavarse las manos y consideran que es importante bañarse todos los días.
2	¿Debes de bañarte todos los días?	Si, siempre	
Higiene de Alimentos		Respuestas	Descripción
1	¿Qué es higiene de alimentos?	Tienen que estar limpios los alimentos, hay que lavarlos y cocerlos	Consideran que higiene de alimentos es que estos estén limpios, deben de lavarse y cocerse; y que es importante que los alimentos y el agua deben de taparse porque si no se contaminan con animales.
2	¿Es importante tapar los alimentos y el agua?	Si, porque se contaminan con animales.	
3	¿Qué se debe de hacer para que el agua que tomas este limpia?	Cambiarla, agregarles 3 gotitas de cloro, agregarle jabón.	
7 pasos para una alimentación sana		Respuestas	Descripción
1	¿Han visto la Olla Familiar?	No la conocemos	No identifican la olla de alimentos, así como la frecuencia de consumo de los diferentes alimentos.
2	¿Qué alimentos se comen todos los días?	Cereal, leche, pan	
3	¿Que alimentos se comen por lo menos 2 veces por semana?	Carne de res	
4	¿Qué alimentos se comen por lo menos 1 vez a la semana?	Cereal, arroz, pan	

En el cuadro No.2 se observan las diferentes respuestas de los niños de cuarto a sexto grado primaria de las preguntas contenidas en la Guía, resaltando que no identifican el contenido nutricional de los diferentes alimentos y tampoco los alimentos que pertenecen a las hierbas y lácteos; sin preguntarles mencionaron algunas funciones de los nutrientes que contienen los alimentos pero la mayoría no son acertadas. No han visto la Olla familiar y respecto a los temas de higiene personal e higiene de alimentos identifican algunos aspectos.

Cuadro No. 2

Conocimientos sobre alimentación y nutrición de los niños de cuarto a sexto grado primaria que pertenecen al Grupo focal B, Escuela Mixta San Antonio María Claret, Guatemala Octubre 2003

Series		Respuestas	Descripción
Cereales y Granos			
1	Ejemplo de Cereales:	Corn flakes, mosh, incaparina, choco krispis	Identifican los alimentos que pertenecen a los cereales. Creen que contienen vitaminas, hierro, zinc, fósforo y proteínas. No identifican la mezcla de frijol y tortilla, y a todos les gustan porque son ricos y nutritivos.
2	Ejemplo de granos:	Arroz, frijol, maíz, trigo.	
3	Contenido de Cereales y Granos	Vitaminas, zinc, hierro, fósforo, proteína	
4	Cantidad de frijol por cada tortilla	2 cdas, 3 cdas	
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos, porque son ricos, nutritivos y tienen vitaminas.	
Frutas, Hierbas y Verduras		Respuestas	Descripción
1	Ejemplo de frutas	Manzana, sandía, granadilla, fresa.	Identifican las frutas y las verduras, reconocen muy poco a las hierbas. Consideran que contienen vitamina A y C y proteína, mencionaron las funciones de los nutrientes pero no son correctas. Les gustan estos alimentos porque son ricos y nutritivos.
2	Ejemplo de verduras	Ejote, guisquil, papa, lechuga, tomate, zanahoria	
3	Ejemplo de hierbas	Bledo, quilete, brócoli, rábano.	
4	El contenido	Vitamina A y C ya que ayuda a los ojos y proteína (ayuda a los huesos para correr)	
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos nos gustan, porque son ricos y nutritivos.	

Continúa....

Carnes, lácteos y huevo		Respuestas	Descripción
1	Ejemplo de Carnes	Pollo, res, coque, lagarto, pato, conejo, pescado	Identifican cuales son los alimentos que pertenecen a las carnes, reconocen los lácteos como la leche y el queso. Creen que este grupo contiene como valor nutritivo "fluidos", y al presentarles las opciones de la Guía creen que algunos contienen grasa y vitaminas. A todos les gustan, porque son ricos.
2	Ejemplo de lácteos	Leche, agua gaseosa, queso	
3	Contenido del grupo	Fluidos que nos ayudan, grasa, vitaminas que nos ayudan a destruir parásitos.	
4	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	A todos les gusta, en especial pescado y pollo. Porque son ricos	
Higiene Personal		Respuestas	Descripción
1	¿Cuándo se deben de lavar las manos?	Cada vez que vamos al baño, después y antes de comer.	Los niños saben cuando deben de lavarse las manos, y consideran que deben de bañarse todos los días porque los mantienen sin mal olor y lejos de los piojos.
2	¿Debes de bañarte todos los días?	Todos los días, para no tener mal olor, no tener piojos.	
Higiene de Alimentos		Respuestas	Descripción
1	¿Qué es higiene de alimentos?	Lavar los alimentos antes de comer	Consideran que higiene de alimentos es lavarlos antes de comerlos y que es importante mantenerlos tapados, porque las moscas llegan y tienen microbios que pueden enfermarlos.
2	¿Es importante tapar los alimentos y el agua?	Si, porque si no las moscas llegan y tienen microbios, el polvo se pega en los alimentos y nos podemos enfermar.	
3	¿Qué deben hacer para que el agua que tomas este limpia?	Agregar cloro 3 gotas o más, tapparla y purificarla con aparatos.	
7 pasos para una alimentación sana		Respuestas	Descripción
1	¿Han visto la Olla Familiar?	No la conocen, recuerdo haberla visto en el libro de hogar.	La mayoría señaló no conocer la olla alimentaria, sin embargo alguien mencionó que la había visto en el libro de la clase de hogar. Consideran que todos los alimentos deben consumirse todos los días, pero aclararon que no estaban seguros.
2	¿Qué alimentos se comen todos los días?	Frutas, verduras, lácteos, carne, incaparina, cereal	
3	¿Qué alimentos se comen por lo menos 2 veces por semana?	Carne, pescado, carne blancas y rojas	
4	¿Qué alimentos se comen por lo menos 1 vez a la semana?	No saben	

El cuadro No. 3 muestra un resumen de la información relevante a tomar en cuenta para seleccionar los contenidos a incluir en los juegos de los niños de los diferentes grupos A y B.

Cuadro No. 3
Información relevante de los cuadros No.1 y No.2 a considerar en la
identificación de contenidos para incluirlos en los juegos de la
Propuesta, Guatemala Octubre 2003

INFORMACION	
Cuadro No. 1	Cuadro No. 2
<p>Los niños de primer a tercer grado de primaria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No saben diferenciar los diferentes alimentos en especial las hierbas y lácteos. 2. Tiene poca noción sobre el contenido nutricional de los diferentes alimentos. 3. Identifican algunos aspectos sobre higiene personal e higiene de alimentos. 4. No establecen diferencias de métodos para purificar el agua. 5. No han visto la Guía Alimentaria para Guatemala. 	<p>Los niños de cuarto a sexto grado de primaria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No identifican los diferentes alimentos en especial las hierbas y lácteos. 2. No saben adecuadamente que nutrientes contiene los alimentos, así como las funciones que realizan en el organismo. 3. Identifican algunos aspectos sobre higiene personal e higiene de alimentos, así como las causas porque deben de mantenerse tapados los alimentos y el agua. 4. No han visto la Guía Alimentaria para Guatemala.

B. Contenidos y Juegos a incluir en la Propuesta de Juegos Educativos en Alimentación y Nutrición

De acuerdo al análisis en la etapa anterior “Determinación de conocimientos sobre alimentación y nutrición” se establecieron los contenidos a incluir en la propuesta para los diferentes años de primaria grupos A (primer a tercer grado primaria) y grupo B (cuarto a sexto grado primaria). La propuesta de juegos es iniciativa de la investigadora. Esto se muestra en el cuadro No. 4.

Cuadro No. 4

Temas y juegos seleccionados para los niños que conforman los grupos A (primer a tercer grado) y B (cuarto a sexto grado), Guatemala Octubre 2003”

Temas y Juegos	Grupo A	Grupo B
Temas a incluir en los juegos	<p>Alimentos:</p> <p>a) ¿Cuáles son? b) Los diferentes alimentos c) ¿Qué nutrientes contienen?</p> <p>Temas Integrados:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Higiene Personal (lineamientos generales) • Higiene de alimentos (lineamientos generales) • Alimentos poco Saludables (¿Cuáles son? Y ¿Se puede comer) 	<p>Alimentos:</p> <p>a) ¿Cuáles son? b) Los diferentes alimentos c) ¿Qué nutrientes contienen? d) Las funciones de los nutrientes e) La frecuencia de consumo</p> <p>Temas Integrados:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Higiene Personal (lineamientos generales) • Higiene de alimentos (Explicar métodos para purificar el agua y desinfección de frutas y verduras) • Alimentos Chatarra (¿Cuáles son? Y ¿Se pueden comer?)
Juegos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dominó (<i>DominOlla</i>) 2. Memoria (<i>MemoriAlimentaria</i>) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cartas (<i>Llegó la Olla</i>) 2. Juego de dados (<i>Recorriendo la olla</i>)

C. Validación de los Juegos educativos

Los cuadros del No. 5 al No.8 muestran los resultados de la validación de los cuatro juegos elaborados.

En los cuadros No. 5 ,6,7 y 8 se puede observar que los juegos Memoria Alimentaria, DominOlla, Llegó la Olla y Recorriendo la Olla fueron aceptados por los niños de los distintos grados que participaron en la validación, debido a que las modificaciones que se realizaron fueron mínimas , ya que los cambios efectuados fueron únicamente de diseño. En el juego "Memoria Alimentaria" se cambiaron las papas, los frijoles y el borde de los dibujos para colocarlo como borde de las tarjetas; en "DominOlla" se cambió la miel, el aceite, los dulces y el tipo de letra Curlz MT a Kids; en "Llegó la Olla" se cambió la intensidad de los colores y se modificó la carta Comodín de la Olla quitándole la opción de "cualquier alimento" y dejándole únicamente la opción "cualquier color; y por último en el juego "Recorriendo la Olla" se cambió la figura de la olla de barro que se encuentra en el fondo.

Cuadro No. 5

Resultados de la validación del juego "Memoria Alimentaria", dirigido a niños de primer a tercer grado de primaria, Escuela Mixta San Antonio María Claret, Guatemala Noviembre 2003

Criterio de Validación	Comentarios	Cambios a realizar
Atracción	Les gustaron los dibujos, los colores, el juego en sí y lo que más les gustó fueron los dibujos, les llamó mucho la atención el juego.	El juego les atrajo a los niños de los tres grados, ya que manifestaron alegría, entusiasmo y no sugirieron ningún cambio en este criterio.
Comprensión	Todos los dibujos entendieron menos las papas y los frijoles. El mensaje que les dejó el juego es, que alimentos deben comer, higiene personal y limpiar los alimentos	Los dibujos que se decidieron cambiar son: las papas y los frijoles. Respecto al mensaje se pudo observar que el juego si transmitió algunas ideas, pero se recomienda desarrollar el contenido en 4 períodos de clase de 30 min. cada uno y el juego en el 5to período.
Aceptabilidad	Les pareció que están bien el tamaño de los dibujos y el número de tarjetas, y que no le cambiarían nada al juego sino que lo dejarían igual.	El juego fue aceptado en un 100%, ya que los niños no realizaron ningún cambio. Pero la investigadora decidió cambiar el borde alrededor de los dibujos, para colocarlo alrededor de la tarjeta.
Persuasión	Pondrán en práctica lo que aprendieron a través del juego.	Los niños identificaron el mensaje y manifestaron interés por ponerlo en práctica.

Cuadro No. 6

Resultados de la validación del juego "DominOlla", dirigido a niños de primer a tercer grado primaria, Escuela Mixta San Antonio Maria Claret, Guatemala Noviembre 2003

Criterio de Validación	COMENTARIOS	Cambios a realizar
Atracción	Les gustaron los dibujos, los colores, el juego en sí y todo les gustó del juego, les llamó mucho la atención el juego.	El juego les atrajo a los niños de los tres grados, ya que manifestaron alegría, entusiasmo y no sugirieron ningún cambio en este criterio.
Comprensión	Todos los dibujos entendieron menos la miel, el aceite y los dulces. El mensaje que les dejó el juego es, no comer comida chatarra y comer todos los alimentos, bañarse y lavarse los dientes y lavar las frutas y verduras.	Los dibujos que se decidieron cambiar son: la miel, el aceite y los dulces. Respecto al mensaje se pudo observar que el juego si transmitió algunas ideas, pero se recomienda desarrollar el contenido en 4 períodos de clase de 30 minutos cada uno y el juego en el 5to período.
Aceptabilidad	Les pareció que el tamaño de los dibujos y el número de las tarjetas estaba bien. Y que no le cambiarían nada al juego.	El juego fue aceptado en un 100%, ya que los niños no realizaron ningún cambio. Pero la investigadora decidió cambiar el tipo de letra de Curlz MT a Kids ya que se les complicaba leerla.
Persuasión	Pondrán en práctica lo que aprendieron a través del juego.	Los niños identificaron el mensaje y manifestaron su interés por ponerlo en práctica.

Cuadro No. 7

Resultados de la validación del juego "Llegó la Olla", dirigido a niños de cuarto a sexto grado primaria, Escuela Mixta San Antonio María Claret, Guatemala Noviembre 2003

Criterio de Validación	COMENTARIOS	Cambios a realizar
Atracción	Les gustaron los dibujos, los colores, el juego en sí y todo les gustó. Les llamó mucho la atención el juego.	El juego les atrajo mucho a los niños de los grados participantes, ya que manifestaron alegría, entusiasmo, no querían dejar de jugar y no sugirieron ningún cambio.
Comprensión	Todos los dibujos entendieron. El mensaje que les dejó el juego es, que tienen que ser más higiénicos, lavar los alimentos, que vitaminas contienen los alimentos y que no tienen que comer alimentos chatarra.	Los niños entendieron todos los dibujos, se pudo observar que el juego transmitió algunas ideas. Por lo que el juego cumple al 100% este criterio. Pero se recomienda desarrollar el contenido en 4 períodos de clase de 30 min. cada uno y el juego en el 5to período.
Aceptabilidad	Les parece que el tamaño y el número de cartas esta bien, pero le cambiarían al juego los colores ya que son muy pálidos.	El juego fue bien aceptado, ya que el único cambio que realizaron los niños es que los colores fueran más fuertes. La investigadora decidió cambiar en el Comodín la Olla quitar la opción cualquier alimento.
Persuasión	Pondrán en práctica lo que aprendieron a través del juego.	Los niños manifestaron estar dispuestos a poner en práctica lo aprendido.

Cuadro No. 8

Resultados de la validación del juego "Recorriendo la Olla", dirigido a niños de cuarto a sexto grado primaria Escuela Mixta San Antonio María Claret, Guatemala Noviembre 2003

Criterio de Validación	COMENTARIOS	Cambios a realizar
Atracción	Les gustó los dibujos, los colores, el juego en sí y todo les gustó. Lo que más les gustó son los colores del juego. Les llamó mucho la atención el juego.	El juego les atrajo mucho a los niños de los grados participantes, ya que manifestaron alegría, entusiasmo, diversión y no sugirieron ningún cambio.
Comprensión	Entendieron todos los dibujos menos la olla de barro que se encuentra en el fondo. El mensaje que les dejó el juego es, que se debe tener higiene, más sobre los alimentos, la olla familiar, no comer alimentos chatarra, comer como lo indica la olla.	Los niños entendieron todos los dibujos, únicamente se cambió la olla que se encuentra al fondo. Se observó que el juego transmitió ideas. Pero se recomienda desarrollar el contenido en 4 períodos de clase de 30 min. cada uno y el juego en el 5to período.
Aceptabilidad	Les parece que el tamaño y el número de cartas están adecuados. No le cambiarían nada al juego.	El juego fue bien aceptado, ya que no se realizaron cambios.
Persuasión	Pondrán en práctica lo que aprendieron a través del juego.	Los niños manifestaron estar dispuestos a poner en práctica lo aprendido.

D. Propuesta Final de Juegos Educativos

1. Introducción

En la Educación Alimentaria Nutricional - EAN – se considera a los niños como un grupo importante para que aprendan aspectos sobre su alimentación y nutrición, ya que son considerados como excelentes comunicadores por lo que pueden transmitir dicha información entre los miembros de su familia y comunidad; además de esta manera vayan aplicando los conocimientos adquiridos en sus diferentes etapas de vida. “Las Sugerencias Metodológicas para la Aplicación de las Guías Alimentarias para Guatemala” proporciona sugerencias de actividades para desarrollar los contenidos en el aula, entre dichas actividades se encuentra la realización de juegos.

A través de muchos estudios realizados los psicólogos y profesores actuales consideran a los juegos como un importante determinante de la personalidad, de la estabilidad emocional, del desarrollo social, de la creatividad y de la formación intelectual.

K. Groos menciona que el juego no es una actividad indefinida, sino que ayuda al niño a prepararse para sus futuras tareas de adulto; y Chateu define que las características principales del juego para ser la causa de una actividad, son la diversión, el goce de la actividad, así como el sentimiento agradable.

Por todo lo antes mencionado se considero importante transmitir información sobre alimentación y nutrición, principalmente de las Guías Alimentarias para Guatemala a niños en edad escolar, a través de una forma participativa, motivadora, divertida y atractiva. A continuación se presentan los juegos educativos “DominOlla”, “Memoria Alimentaria”, “Llegó la Olla” y “Recorriendo la Olla”.

2. Propósitos

a) Transmitir a los niños de edad escolar a través de los juegos “DominOlla”, “Memoria Alimentaria”, “Llegó la Olla” y “Recorriendo la Olla los conceptos de las Guías Alimentarias para Guatemala.

b) Ayudar a que los niños de edad escolar mejoren su estado nutricional mediante la aplicación de sus conocimientos en alimentación y nutrición obtenidos a través de los juegos educativos en una forma motivadora, participativa, divertida y atractiva.

c) Señalar la importancia de que los juegos educativos “DominOlla”, “Memoria Alimentaria”, “Llegó la Olla” y “Recorriendo la Olla” son útiles para facilitar el aprendizaje de las Guías Alimentarias para Guatemala en los niños de edad escolar.

3. Desarrollo

La propuesta incluye juegos para niños de primero a tercer grado primaria los cuales son “Memoria Alimentaria” y “DominOlla”, y juegos para niños de cuarto a sexto grado primaria “Llegó la Olla” y “Recorriendo la Olla”.

Cada juego contiene una Guía dirigida al educador, la cual incluye objetivos, metodología, desarrollo de contenidos³, partes del juego, instrucciones para el jugador y el material para desarrollar el juego. Las Guías se presentan en los siguientes anexos:

Guía del Juego “Memoria Alimentaria”: Anexo No.4

Guía del Juego “DominOlla”: Anexo No.5

³ Los contenidos de la Guía son los mismos para los dos juegos DominOlla y Memoria Alimentaria, para los juegos Llegó la Olla y Recorriendo la Olla el contenido es el mismo.

Guía del Juego "Llegó la Olla": Anexo No.6

Guía del Juego "Recorriendo la Olla": Anexo No.7

Los contenidos que incluye la Guía son, como tema base "Los Alimentos" y los temas integrados "Higiene Personal", "Higiene de Alimentos" y "Alimentos poco Saludables". El educador deberá de impartirlos a los niños y utilizará los juegos para reforzarlos. Se elaboraron dos diferentes contenidos, el primero para los juegos "Memoria Alimentaria" y "DominOlla" (Anexo No. 8) y el segundo para los juegos "Llegó la Olla" y "Recorriendo la Olla" (Anexo No. 9). Este último difiere del primero en que se incluyó en el contenido "Los Alimentos" las funciones de los nutrientes y la frecuencia de consumo de los alimentos y en el tema "Higiene de Alimentos" además de mencionar los métodos para purificar el agua y desinfectar frutas y verduras, se les explica los procedimientos (tiempos, cantidades, etc.).

VIII. DISCUSION DE RESULTADOS

Para llevar a cabo la Propuesta de Juegos Educativos en Alimentación y Nutrición basados en las Guías Alimentarias para Guatemala dirigido a niños, se realizaron cuatro etapas: A. Determinación de conocimientos alimentario nutricional, B. Elaboración de Contenidos y juegos a incluir en la propuesta, C. Validación de los juegos educativos y D. Elaboración de la propuesta final, detallando cada una de ellas a continuación:

A. Determinación de conocimientos alimentario nutricional

Los cuadros No. 1 y No.2 muestran los resultados obtenidos de la serie de preguntas contenidas en la Guía, realizados en los diferentes grupos focales A y B, en los cuales se observa, que ambos grupos se encuentran en similares situaciones ya que identifican algunos aspectos de higiene personal e higiene de alimentos, sin embargo, no identifican los diferentes alimentos, el contenido nutricional de los mismos, no identifican los alimentos que pertenecen a las hierbas y lácteos y no identifican la olla familiar. La única diferencia es que el grupo A (primer a tercer grado primaria) no mencionan funciones de los nutrientes que consideran que contienen los alimentos. Por el contrario, los niños del grupo B (cuarto a sexto grado primaria) mencionaron funciones de los nutrientes sin que se les preguntaran, aunque la mayoría de ellas no fueron correctas, ya que algunas fueron ideas confusas.

Los resultados podrían deberse a que las Guías alimentarias para Guatemala, no se han difundido ampliamente a nivel del país, especialmente, en la población escolar. Por lo tanto estos resultados vienen a confirmar la necesidad de elaborar los juegos educativos.

B. Elaboración de Contenidos y juegos a incluir en la propuesta

Los contenidos que se incluyeron en los juegos se muestran en el cuadro No. 4, adaptando dicha información de las Guías Alimentarias para Guatemala, los cuales se adecuaron a las características de la población escolar; se desarrollaron según el grado de escolaridad, ya que entre mayor era el grado más complejo era el contenido. Para facilitar su comprensión se dividieron los grados en dos grupos (A y B) al igual que en la etapa anterior.

Ambos grupos A y B contienen el tema “Los Alimentos” y para complementarlo se integró información de “Higiene Personal”, “Higiene de Alimentos” y “Alimentos poco Saludables”; este último no se menciona en las Guías Alimentarias ni se incluyó en la Guía de los grupos focales para identificar conocimientos, sin embargo se consideró que era importante incorporarlos debido a su alto consumo por los niños, ya que en la actualidad forman parte de la lonchera escolar, lo cual fue observado por la investigadora al recolectar la información.

La diferencia de los contenidos entre los grupos es que para el grupo B se agregaron dentro del tema “Los Alimentos” las funciones de los nutrientes y la frecuencia de consumo de los alimentos; y en el tema de “Higiene de Alimentos” además de mencionar los métodos para purificar el agua y desinfectar frutas y verduras, se les explica los procedimientos (tiempos, cantidades etc.). Esto se apoya, que al realizar los grupos focales para identificar contenidos, los niños de cuarto a sexto año manipulaban mejor esa información, ya que la guía de preguntas utilizada no la contenía y los participantes del grupo focal la mencionaban sin que se les preguntara.

Se llevó a cabo el desarrollo de los contenidos debido a que la investigadora consideró que para que los juegos tuvieran una mayor funcionalidad y se aprovechara de una mejor manera este material educativo,

era necesario que el educador impartiera los contenidos identificados y utilizara los juegos para reforzarlos. Para lo cual fue necesario crear una Guía para el educador que consta de objetivos, metodología, desarrollo de contenidos, partes del juego e instrucciones para el jugador; cada juego contiene su propia guía.

Se debe hacer resaltar la poca bibliografía encontrada para el tema "Alimentos poco Saludables"; para complementar la información encontrada se realizó una entrevista a docentes de la Escuela de Nutrición, como expertos en el área.

Desarrollados los contenidos se elaboraron los juegos para ambos grupos adecuándolos a las edades y al gusto de los niños; se propusieron el dominó y la memoria para el grupo A, las cartas y el juego de dados para el grupo B, debido a que estos últimos son más complejos de utilizar.

C. Validación de los juegos educativos

Los resultados obtenidos se resumen en los cuadros No. 5,6, 7 y 8, se considera que los cuatro juegos tuvieron una gran aceptación entre los niños, debido a que cumplieron con satisfacción los criterios de validación evaluados; ya que los cambios o modificaciones que se realizaron fueron en el diseño los cuales fueron mínimos. Estos cambios se realizaron, debido a que no fueron interpretados adecuadamente por la mayoría de los participantes al momento de jugar.

Vale la pena mencionar que aunque la idea inicial de presentar en esta propuesta el desarrollo de los contenidos a incluir en los juegos, fue para reforzar los conocimientos previos de quien facilite el aprendizaje (utilizando dichos juegos), la investigadora orientó durante un corto tiempo a los niños antes de desarrollar los juegos; esto permitió visualizar que los juegos son

mejor aprovechados si se orienta previamente sobre los contenidos. En caso sean aplicados en esta forma, la investigadora sugiere que se aumente el tiempo de impartir la temática dosificando la misma y sugiriendo un tiempo mínimo de 4 períodos de clase de 30 minutos cada uno, adaptándolos al lenguaje de los niños.

Es importante también resaltar que para que los niños aprendan dichos contenidos, los juegos deben de utilizarse varias veces y no una sola vez, debido a que la repetición hace que se fijen y refuercen más los conocimientos.

IX. CONCLUSIONES

1. Se elaboró la Propuesta de Juegos Educativos en Alimentación y Nutrición basados en las Guías Alimentarias para Guatemala, dirigido a niños de edad escolar incluyendo 4 juegos.
2. Los contenidos que se incluyeron en los juegos son "Los Alimentos" y "los temas integrados de Higiene Personal, Higiene de Alimentos y Alimentos poco Saludables", desarrollándose según el grado de escolaridad, formando para ello dos grupos: A (primer a tercer grado primaria) y B (cuarto a sexto grado primaria).
3. Los juegos educativos incluidos en la propuesta son para el grupo A (primer a tercer grado primaria) "DominOlla" y "Memoria Alimentaria", para el grupo B (cuarto a sexto grado primaria) "Recorriendo la Olla" y "Llegó la Olla".
4. Los cuatro juegos cumplieron satisfactoriamente con los criterios de validación (atracción, comprensión, aceptabilidad y persuasión).

X. RECOMENDACIONES

1. A la Escuela de Nutrición. Reproducir los juegos educativos presentados en la investigación, para que los estudiantes de la carrera de Nutrición los utilicen en las actividades de educación, que tienen a su cargo en las prácticas de EDC y EPS.
2. A los docentes de la Escuela de Nutrición. Incentivar a los estudiantes de nutrición para continuar elaborando juegos sobre temas específicos en alimentación y nutrición, y así complementar los propuestos en la presente investigación.
3. A los profesionales en nutrición. Continuar elaborando material educativo para los diferentes grupos (mujeres, niños, ancianos, hombres etc.) que motiven a la participación del aprendizaje de temas en alimentación y nutrición en una forma práctica y atractiva.
4. Al Educador. Revisar previamente los contenidos sugeridos para dirigir cada uno de los juegos, y utilizar los juegos varias veces para fijar y reforzar dichos contenidos.

VIII. REFERENCIAS

1. Aberastury, A. 1973. El niño y sus juegos. 3a. ed. Buenos Aires, Argentina, Editorial Paidós. pp. 66-75.
2. Aurelest –y- ves, C. 1988. Psicología de la Enseñanza Aprendizaje: un enfoque individual y de grupo. México, Editorial Trillas. pp. 89-101.
3. Baquès, M. 1989. Juegos previos a la Lecto– Escritura. España, Ediciones Ceac. pp. 21-25.
4. Bermucido, S.A. 1997. Técnicas grupales de Enseñanza – Aprendizaje. Guatemala, IIME, USAC. pp. 1-22.
5. Carrasco, J.B. 2000. Técnicas y Recursos para el Desarrollo de las Clases. 4a. ed. Madrid, España, Ediciones RIALP. pp.29-45 y 68-69.
6. Céspedes, E. y Pérez, G. 1986. Didáctica Comunitaria: Módulos de capacitación en el manejo de técnicas y estrategias para el trabajo del docente con grupos. (Módulo No. 3). Guatemala, Ministerio de Salud. pp. 5-6.
7. ----- . 1986. Didáctica Comunitaria; Módulos de capacitación en el manejo de técnicas y estrategias para el trabajo del docente con grupos. (Módulo No. 4). Guatemala, Ministerio de Salud. pp. 4-39.
8. Chateu, J. 1958. Psicología de los Juegos Infantiles. Buenos Aires, Argentina, Editorial Kapelusz. pp. 1-147.
9. CONAPLAM. (Comisión Nacional de Promoción de la Lactancia Materna Gt). 1990. Manual de Técnicas Participativas para Trabajos en Grupo. Guatemala, UNICEF. pp.1-47.
10. CONGA. (Comisión Nacional de las Guías Alimentarias para Guatemala Gt). 2000. Guías Alimentarias para Guatemala: Los Siete pasos para una Alimentación sana. Guatemala, INCAP MDE/112. pp.1-43.
11. ----- . et. al. s.a. Sugerencias Metodológicas para la Aplicación de las Guías Alimentarias en el Aula. Guatemala, INCAP. pp. 4-31.

12. Debesse, M. 1972 Introducción a la Pedagogía. Barcelona, España, Oikos-tav. pp.29-30.
13. Diccionario Problemas De Aprendizaje, Soluciones Paso a paso. 1997. México, Ediciones Euro México. vol. 4. pp.62.
14. Enciclopedia Océano. 1998. Enciclopedia de la Psicopedagogía, Pedagogía y Psicología. Barcelona, España, Editorial Océano Centrum. pp. 199-207 y 861-862.
15. Estrada, J. 1998. Propuesta de un Programa de Educación Nutricional con Metodología Participativa dirigido a madres de escasos recursos beneficiarias de l programa madre – niño de Junkabal. 58 p. Tesis Licenciada en Nutrición. Universidad de San Carlos de Guatemala. Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia. Escuela de Nutrición.
16. Gallardo, L. et. al. 1982. Diagnóstico de la Educación Alimentario Nutricional a nivel institucional y a nivel de la comunidad. Guatemala, INCAP. pp. 6-7.
17. ----- . 1984. Como llevar a cabo Actividades Educativas con la Comunidad. Guatemala, INCAP. pp. 18-31.
18. ----- . 1989. Manual sobre metodología para la programación, desarrollo y evaluación de programas de Educación Alimentario Nutricional. Guatemala, INCAP. pp. 109-111.
19. García, R. 1981. Los Juegos Infantiles. México, UNED, Secretaria General del Gobierno de Jalisco. pp. 9-26.
20. Glonnegger, E. et. al. 1996. El Hombre que juega. Instituto para la Investigación y la Pedagogía del Juego. Argentina, Editorial Homo Ludens. pp.19-28 y 43-63.
21. González, M.V. 1987. Conceptualización de la educación popular en Guatemala, Educación Popular en Guatemala. (Gt) 4(13-14):1.

22. Haaland, A. 1990. Validación de materiales de comunicación con énfasis especial en la salud infantil y educación sobre nutrición. Guatemala, UNICEF. pp. 1-21.
23. Hurtado, E. et. al. 1994. Técnicas para validar materiales educativos. Guatemala, INCAP. pp. 1-19.
24. INCAP. (Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá Gt). 1992. Silogüia: Una Guía para la Educación y Participación de la Comunidad en los Sistemas Locales de Salud. (Unidad II). El Salvador, Ministerios de Salud Pública y Asistencia Social. Unidad de Educación para la Salud. Escuela de Capacitación Sanitaria pp. 17-45.
25. ----- . 1992. Guías para la Educación Alimentario Nutricional. Guatemala, INCAP. MDE/031. pp. 1-12, 25-33, 35-41, 49-54.
26. Lemus, L.A. 1984. Pedagogía: Temas Fundamentales. Buenos Aires, Argentina, Kapelusz. 13 p.
27. Luzuriaga, L 1975. Pedagogía. 12ª. ed. Buenos Aires, Argentina, Editorial Losada. pp. 35-39.
28. Martínez, A. et.al. 2001. Informe Final de Actividades Alimentario Nutricional realizadas en la Escuela Puerto Rico No.64. Guatemala, USAC, Escuela de Nutrición. 16 p. (Anexo 1 y 3).
29. Marroquín, O y Álvarez R. 1987. Módulo de Educación y Participación Comunitaria, "El Proceso de Comunicación Humana" (Unidad No.1). Guatemala, INCAP. pp. 18-22.
30. ----- . 1987. Módulo de Educación y Participación Comunitaria, "Tecnología Educativa "(Unidad No.2). Guatemala, INCAP. pp. 4-5, 8-10, 33-38.
31. ----- . 1987. Módulo de Educación y Participación Comunitaria, "Participación Comunitaria "(Unidad No.3). Guatemala, INCAP. pp. 1-5.
32. Menin, O. 1983. El aprendizaje del adulto. La Educación. Washington, OEA, Secretaría General. Depto. De asuntos de Educación. no. 92: 9-11.

33. Molina de Palma, V. 1995. Material Educativo dirigido al grupo escolar juegos: "Nutriloteria" y "Baraja de la Nutrición". Guatemala, INCAP/OPS. pp.1-11.
34. Monroy, M y Méndez, N. 2002. Informe Final del Centro de Formación Infantil El Tesoro. Guatemala, USAC, Escuela de Nutrición. pp. 14. (Anexo 1).
35. Nassif, R. 1986. Pedagogía Nuestro Tiempo. Buenos Aires, Argentina, Editorial Kapelusz. pp. 113-128.
36. ----- . 1988. Pedagogía General: Educación. Buenos Aires, Argentina, Kapelusz. 30 p.
37. Palma, A. 2002. Propuesta de un Programa de Educación Alimentario Nutricional dirigido a madres y encargadas del Hospital Infantil de Infectología y Rehabilitación. 60 p. Tesis Licenciada en Nutrición. Universidad de San Carlos de Guatemala. Facultad de Ciencias Químicas y Farmacia. Escuela de Nutrición.
38. Pausewang, E. 1977. Juegos Didácticos para realizar en grupos con niños de 3 a 8 años. Argentina, Editorial Kapelusz. 106 p.
39. Puac, V. y Sartin, F. 1990. Algunas consideraciones sobre investigación-acción participativa. Guatemala, INCAP. pp. 15-16.
40. Rojas, L. 1989. La validación de Materiales Educativos. Signo y Pensamiento. (DE) (14): 21-29.
41. Silveira, V.E. 1988. La Investigación Participativa: Algunas Consideraciones sobre su aplicación a nivel local. Guatemala, Editorial Plus Ultra. pp. 6-13.
42. Ullrich, G. 1997. Enfoque Participativo de Trabajo en Grupos: Introducción y ejemplos para la Aplicación; Introducción al Enfoque participativo de trabajo en grupos (Primera Parte). s.p., Centro de Fomento de la Alimentación y la Agricultura. Fundación Alemana para el Desarrollo Internacional. pp. 1-20.

43. Vargas, L. y Bustillos, G. 1984. Técnica participativa para la educación popular. San José, Costa Rica, Centro de Estudios y Publicaciones Alforja. pp.8-11.
44. ----- . 1990. Técnicas Participativas para la Educación Popular. España, Editorial Popular. pp.12-22.
45. Woolfolk , A. 1999. Psicología Educativa. 7a. ed. México DF, Prentice-Hall. p.22.
46. Zapata. O.A. 1989. Juegos y Aprendizaje Escolar: Perspectiva psicogenética. México, Editorial Pax México. pp. 15-21, 45-53.

IX. ANEXOS

Anexo No. 1

“Técnicas apropiadas para investigar distintos criterios de ensayo de material educativo”

*Técnicas apropiadas para investigar
Distintos criterios de ensayo de material educativo*

Criterios de ensayo de material educativo	Técnicas				
	<i>Entrevista individual de Intercepción</i>	<i>Entrevista Individual</i>	<i>Cuestionario Auto-administrado</i>	<i>Grupo focal</i>	<i>Observación</i>
<i>Comprensión</i>	X	X	X		
<i>Aceptación</i>	X	X	X	X	
<i>Atracción/reacciones</i>	X	X	X	X	
<i>Involucramiento</i>	X	X	X	X	X
<i>Persuasión</i>	X	X	X		
<i>Escoger entre alternativas</i>		X		X	
<i>Uso posible del material</i>	X	X	X		X
<i>Sugerencias</i>			X	X	

Fuente: Hurtado, E. et. al. 1994. Técnicas para validar materiales educativos. Guatemala, INCAP. pp. 1-19.

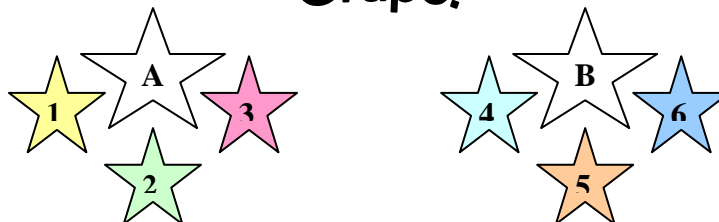
Anexo No. 2

“Guía para determinar los contenidos a incluir en los juegos educativos”



Esta Guía será utilizada con los grupos focales conformados por los niños de 1° a 3° grado y de 4° a 6° grado, la cual servirá para guiar la discusión. Sólo de ser necesario la investigadora se apoyará de las preguntas sin negrilla y respuestas que aparecen en la misma.


Grupo:



I. Conocimientos Alimentario Nutricional



Serie A

Tema: Cereales y Granos			
No.	Preguntas	Respuestas	
1	Ejemplo de Cereales: ¿Cuál de estos alimentos pertenece a los cereales?	a) Tortilla	<input type="checkbox"/>
		b) Lechuga	<input type="checkbox"/>
		c) Piña	<input type="checkbox"/>
		d) No sabes	<input type="checkbox"/>
2	Ejemplo de granos: ¿Cuál de estos alimentos pertenece a los granos?	a) Queso	<input type="checkbox"/>
		b) frijoles	<input type="checkbox"/>
		c) Carne	<input type="checkbox"/>
		d) No sabes	<input type="checkbox"/>
3	Contenido de Cereales y Leguminosas ¿Cuál de las siguientes sustancias contiene mayormente el grupo de los cereales y leguminosas?	a) Azúcar	<input type="checkbox"/>
		b) Café	<input type="checkbox"/>
		c) Energía	<input type="checkbox"/>
		d) No sabes	<input type="checkbox"/>
4	Cantidad de frijol por cada tortilla:	a) 2 cdas	<input type="checkbox"/>



	¿Sabes cuántas cucharadas de frijol le debes agregar a una tortilla para que sea más nutritiva?	b) 1 cda	
		c) 3 cdas.	
		d) No sabes	
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?		

Serie B



Tema: Frutas, Hierbas y Verduras

No.	Preguntas	Respuestas
1	Ejemplo de frutas: ¿Cuál es una fruta?	a) Naranja b) Pepino c) Huevo d) No sabes
2	Ejemplo de verduras: ¿Cuál es una verdura?	a) Banano b) Zanahoria c) Pan d) No sabes
3	Ejemplo de hierbas: ¿Cuál es una Hierba?	a) Acelga b) Pepino c) Aguacate d) No sabes
4	¿Qué contienen las frutas, hierbas y verduras ¿Qué crees que contienen mayormente las frutas y verduras?	a) Vitaminas b) Grasa c) Proteína d) No sabes
5	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?	



Serie C

Tema: Carnes y Lácteos			
No.	Preguntas	Respuestas	
1	Ejemplo de carne ¿Qué alimento pertenece a las carnes?	a) Pollo	
		b) Sandía	
		c) Tomate	
		d) No se	
2	Ejemplo de lácteos: ¿Qué alimento pertenece a los Lácteos y huevos?	a) Melón	
		b) Queso	
		c) Pescado	
		d) No sabes	
3	¿Por qué crees que es bueno comer las carnes, lácteos y huevos? Porque contienen:	a) Cereales y frijol	
		b) Proteínas y minerales	
		c) Verduras y frutas	
		d) No sabes	
4	¿A quiénes y por qué les gustan estos alimentos?		


Serie D

Tema: Higiene Personal			
No.	Preguntas	Respuestas	
1	¿Cuándo se deben de lavar las manos? ¿Debes de lavarte las manos antes de ir a comer?	a) Siempre	
		b) A veces	
		c) Nunca	
		d) No sabe	
2	¿Debes bañarte todos los días?	a) A veces	
		b) Siempre	
		c) Nunca	
		d) No sabes	
3	¿Crees que es importante tapar los alimentos y el agua para beber?	a) No	
		b) Si	
		c) A veces	
		d) No sabes	

Serie E

Tema: Higiene de Alimentos		
		 
No.	Preguntas	Respuestas
1	Higiene de Alimentos es:	a) Lavar bien las frutas y las verduras b) Lavarme los dientes c) Comer en la mesa d) No sabes e) Otra respuesta
2	¿Identifican la manera para que el agua este limpia y la puedas usar para que te la tomes?	a) Si ¿Cuáles? _____ b) No c) No existen d) No sabes

Serie F

Tema: Los siete pasos para una alimentación sana		
		
No.	Preguntas	Respuestas
1	¿Han visto a la Olla de barro que te indica como debes comer?	a) Si b) No c) No sabes
2	¿Qué alimentos deben de comer todos los días?	a) Granos, cereales, papas, verduras y frutas. b) Carne, leche y huevos c) No saben
3	¿Qué alimentos comen 2 veces a la semana?	a) Granos, cereales y papas b) Leche y huevos c) No saben
4	¿Qué alimentos se comen 1 vez a la semana?	a) Verduras Hierbas y frutas b) Carnes c) No saben

Anexo No. 3

"Guía para Validar los Juegos Educativos"

Guía de Validación

Juego: _____

Grado:



No.	PREGUNTAS	COMENTARIOS
1	¿Les Gustan los dibujos?	
2	¿Les gustan los Colores?	
3	¿Qué ven en cada dibujo?	
4	¿Les parece adecuado el tamaño de los dibujos?	
5	¿Les parece adecuado el tamaño del juego?	
6	¿Qué le cambiarías al juego?	
7	Les llama la atención el juego?	
8	¿Les gusta el juego?	
9	¿Qué les gustan más del juego?	
10	¿Qué mensaje les dejó el juego?	
11	¿Pondrías en práctica lo que aprendiste en el juego?	

Anexo No. 4

“Guía para el educador del juego Memoria Alimentaria, dirigido a niños de primero a tercer grado primaria”

Anexo No. 5

“Guía para el educador del juego DominOlla, dirigido a niños de primero a tercer grado primaria”

Anexo No. 6

“Guía para el educador del juego Llego la Olla, dirigido a niños de cuarto a sexto primaria”

Anexo No. 7

“Guía para el educador del juego Recorriendo la Olla, dirigido a niños de cuarto a sexto primaria”

Anexo No. 8

“Desarrollo de contenidos que se incluyen en la Guía para el educador de los juegos Memoria Alimentaria y DominOlla, dirigido a niños de primer a tercer grado primaria”

Anexo No. 9

“Desarrollo de contenidos que se incluyen en la Guía para el educador de los juegos Llego la Olla y Recorriendo la Olla, dirigido a niños de cuarto a sexto primaria”



Guía para el educador

Juego

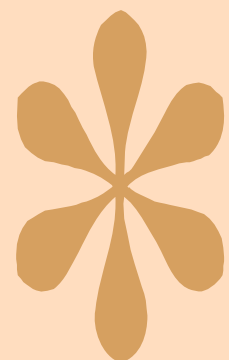
MemoriAlimentaria

Dirigido a niños de primero a tercer grado primaria

Alicia María Martínez Cano

Licda. Ninfa Méndez
Licda. María Eugenia Sánchez

Guatemala, Abril 2004



Juego

MemoriAlimentaria

Dirigido a niños de primero a
tercer grado primaria

Objetivos

Por medio del juego Memoria Alimentaria que los niños de primero a tercer grado primaria:

- ✓ Identifiquen conceptos básicos sobre los alimentos y su contenido nutricional.
- ✓ Indiquen como obtener una alimentación saludable.
- ✓ Indiquen la importancia de la Higiene personal y de la Higiene de Alimentos para mantener la salud.
- ✓ Compartan los conocimientos obtenidos con el resto del grupo.
- ✓ Relacionen las figuras de alimentos con las preguntas y mensajes que contienen las tarjetas.
- ✓ Elijan correctamente las figuras de alimentos que correspondan al turno del juego.

Metodología

Previo a utilizar el juego el educador deberá:

- ✓ Leer el tema Los Alimentos así como los temas integrados (Higiene Personal, Higiene de Alimentos y Alimentos poco Saludables).

- ✓ Adaptar los contenidos al lenguaje y necesidades de los niños según el grado (primero a tercer grado).

- ✓ Realizar el desarrollo del contenido mediante una exposición dinamizada, para lo cual ocupará 4 períodos de clase de 30 min. cada uno o según el tiempo que considere necesario. Se recomienda utilizar para ello ayudas audiovisuales, si le es posible.

- ✓ Mencionar a los jugadores que es importante que presten atención a lo que esta explicando, ya que la información es necesaria para el juego.

- ✓ Al terminar de explicar los contenidos utilizará el juego para fijar y reforzar los conceptos. El juego deberá desarrollarse en el 5to período de clase explicando a los niños las partes e instrucciones del juego.

Contenido

- ✓ **Los Alimentos**
- ✓ **Higiene Personal**
- ✓ **Higiene de Alimentos**
- ✓ **Alimentos poco Saludables**

Ver Anexo no. 8


Partes del Juego


El juego consta de 58 tarjetas (29 parejas), divididas de la siguiente manera:


Alimentos	Tarjetas
• Cereales , Granos y papas:	12 tarjetas
• Frutas, hierbas y verduras:	10 tarjetas
• Carnes, Huevos y Lácteos:	14 tarjetas
• Azúcares y Grasas:	4 tarjetas
• Higiene Personal:	4 tarjetas
• Higiene de Alimentos:	4 tarjetas
• Alimentos poco Saludables:	12 tarjetas


- ✓ **Jugadores:** de 2 a 8 jugadores, o los que el educador considere necesario.
- ✓ **Edad:** a partir de los 7 años

Instrucciones para el Jugador

 Mezcle bien las tarjetas con los dibujos hacia abajo y colóquelas formando un cuadrado o rectángulo.


 El primer jugador levanta dos tarjetas, una después de la otra, de forma que todos puedan verla.





 Al levantar las tarjetas cada una contendrá una pregunta o un mensaje. Por lo que el jugador debe contestar la pregunta o leer el mensaje en voz alta. Ejemplo:

✓ **Pregunta:** ¿Qué nutrientes contienen las frutas? El jugador deberá indicar la respuesta según el alimento que aparezca en la tarjeta. 

✓ **Mensaje:** Las frutas contienen vitamina A y C y Fibra.

En este caso el jugador deberá de asociar la frase con el dibujo que aparece en la tarjeta.

 Los demás jugadores deberán aplaudir a la contestación correcta, y en el caso contrario deberán de corregirla de la siguiente manera: si algún jugador sabe la respuesta levantará la mano y la debe de decir en voz alta; pero si nadie la sabe el educador deberá reforzar la respuesta correctamente.

-  Si las tarjetas levantadas forman pareja, pueden quedarse con ellas, y deberá decir conjuntamente la pregunta y la respuesta de las tarjetas. Podrá levantar otras dos y seguir el mismo procedimiento.
-  Si las tarjetas no forman pareja las deja en el mismo lugar siempre con los dibujos hacia abajo.
-  El siguiente jugador repite lo anterior. Conforme el juego avance, a los participantes les será más fácil recordar las posiciones donde se encuentran las tarjetas.
-  **Gana** quién obtenga el mayor número de parejas.

JUEGO MEMORIALIMENTARIA

No. de tarjetas: 58

EJEMPLO DEL TAMAÑO ORIGINAL DE LAS TARJETAS

Impreso en papel Royal Silo B- 80 color natural,
cubierto de contac

