



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA

TRABAJO FIN DE GRADO:
ADQUISICIÓN DE BUENOS HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN
EN EL ALUMNADO DEL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN
PRIMARIA A TRAVÉS DE TEXTOS EN LENGUA INGLESA

Presentada por Sara García Acebes
para optar al Grado de Maestra
en Educación Primaria
por la Universidad de Valladolid
Tutelado por María Jesús Pérez Curiel

*A Marga,
por todas nuestras extensas conversaciones.*

*A María Jesús,
por su acertada ayuda.*

*A Salva,
con todo mi cariño.*

RESUMEN

Los hábitos de alimentación de la población española están empeorando cada día y es necesario que se haga algo para paliar esta situación. Un tipo de medidas que se puede tomar son las intervenciones educativas que harán que los niños adquieran buenos hábitos de alimentación desde pequeños, eliminando así también las futuras problemáticas alimentarias. En este trabajo se propone una unidad didáctica sobre la alimentación, que usa cuentos con personajes de la literatura inglesa para hacer el tema atractivo al alumnado de Educación Primaria.

PALABRAS CLAVE

Alimentación saludable, salud, inglés, Educación Primaria.

ABSTRACT

Eating habits of Spanish population is gradually worsening and it is necessary to do something to alleviate the situation. Educational interventions are a measure that will make children acquire proper eating habits since childhood, and this also will avoid future eating problems. In this essay a teaching unit about healthy food is presented. It uses tales with characters of British Literature in order to make the subject attractive for pupils of Primary Education.

KEYWORDS

Balanced diet, health, English, Primary Education.

ÍNDICE

	página
Introducción general	8
Parte I: Competencias adquiridas en el Grado de Maestra en Educación Primaria	10
Parte II: Justificación.....	14
Parte III: Fundamentación teórica y antecedentes	16
1. Marco legislativo	16
2. Marco conceptual	17
2.1. Situación de los hábitos de alimentación en la edad escolar	17
2.2. Proyectos sobre Educación para la Salud	21
2.3. Importancia de la lengua inglesa en la Educación Primaria	23
2.4. Literatura inglesa para trabajar contenidos diversos en Educación Primaria	25
Parte IV: Intervención educativa	29
1. Diseño de la intervención educativa	29
2. Análisis	36
Parte V. Consideraciones finales	38
Bibliografía y referencias	41

ÍNDICE DE FIGURAS Y TABLAS

RELACIÓN DE FIGURAS

	página
Figura 1: Principales elementos de esta intervención educativa innovadora ...	8
Figura 2: Competencias del título y relación entre las mismas	11
Figura 3: Pirámide de las necesidades humanas de Maslow	16
Figura 4: Rueda de los alimentos	18
Figura 5: Pirámide de la alimentación saludable	19
Figura 6: Dibujo realizado por Beatrix Potter que muestra al conejo Perico con su madre y sus tres hermanas	27

RELACIÓN DE TABLAS

	página
Tabla 1: Recomendaciones sobre la cantidad adecuada de alimentos para niños	20
Tabla 2: Proyecto Cata de cuentos	21
Tabla 3: Proyecto ¿Por qué comen lo que comen y no comen lo que deben? ...	22
Tabla 4: Proyecto Salud Joven	22
Tabla 5: Situaciones más comunes en las que un español usa el inglés	24
Tabla 6: Obras y personajes de la literatura inglesa que se pueden usar con niños	26
Tabla 7: Unidad didáctica “Nos gusta comer bien”	29
Tabla 8: Sesión 1	30
Tabla 9: Sesión 2	31
Tabla 10: Sesión 3	31
Tabla 11: Actividades de ampliación	32

INTRODUCCIÓN GENERAL Y OBJETIVOS

El presente documento es un Trabajo Fin de Grado que está vinculado al Grado en Educación Primaria y que pretende **demostrar las competencias** adquiridas por la autora durante esta carrera universitaria.

Su objetivo principal es **planificar una intervención educativa**. Esta posee un carácter de **innovación: se une la Educación para la Salud y la materia de Inglés**. Se pretende que el alumnado desarrolle hábitos de vida saludable, principalmente de buena alimentación, a través de textos en lengua inglesa.

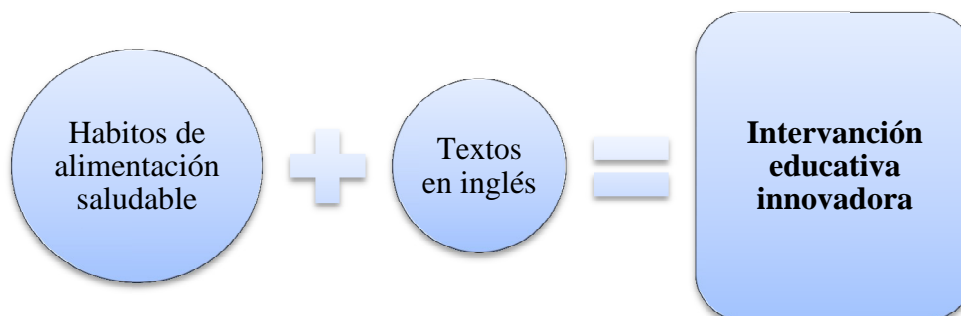


Figura 1: Principales elementos de esta intervención educativa innovadora

En este trabajo, antes de llegar a la parte de la intervención educativa, se desarrollan puntos que tratan sobre las competencias adquiridas por la autora durante el grado mencionado anteriormente, la justificación de este trabajo, el marco teórico de la nutrición y de la literatura inglesa y otros proyectos educativos similares.

Hay que tener en cuenta que sí existen algunos proyectos anteriores que educan para la buena alimentación (los cuales se describen más adelante en este trabajo), pero en general estos se llevan a cabo en centros de Educación Secundaria, y ninguno de ellos se ha hecho en inglés.

Sin embargo, la competencia que hoy en día gran parte del alumnado de Educación Primaria tiene en inglés hace posible llevar a cabo la intervención en esta lengua. Por otro lado, gracias al uso de la misma, los niños también aumentarán su capacidad de comunicación en la lengua extranjera. Esto les ayudará a conseguir una

buen formación para el “mundo internacional” en el que viven y en el que la lengua imperante es el inglés.

Por otro lado, la intervención educativa se centra en el tema de la alimentación saludable. Según la **Encuesta Nacional de Ingesta Dietética Española**, llevada a cabo por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) en 2011:

- ~ solo el 43% de los encuestados consumen hortalizas diariamente (que es menos de lo aconsejado),
- ~ se consumen menos de tres piezas de fruta al día (que también es menos de lo aconsejado),
- ~ se consumen más proteínas y grasas de lo debido,
- ~ se consumen menos hidratos de carbono de lo debido,
- ~ el 46% de los encuestados no realiza actividades deportivas, y
- ~ el 20% de los encuestados ha realizado algún tipo de dieta recientemente.

Con estos datos estadísticos se puede decir que los españoles **apenas llegamos al aprobado en hábitos alimentarios** y además, muchas personas, que llegan a tener grandes problemas relacionados con la mala alimentación y la falta de ejercicio, optan por las dietas como solución.

No hay que olvidar que “la alimentación es uno de los factores que con más seguridad condiciona e influye en el bienestar físico (desarrollo y crecimiento), la reproducción, el rendimiento, la productividad, la morbilidad (enfermedad) y mortalidad y, en definitiva, en la salud de la población y sus posibilidades de futuro” (ECCA, 2001).

¿Quién no conoce a alguien que haya estado enfermo por haber llevado una mala alimentación? Anemias, que se suplen con hierro en cápsulas en vez de con el hierro de los alimentos; osteoporosis que debilita los huesos y produce su rotura, y que se produce por la falta de calcio en la dieta o su mala asimilación; colesterol alto producido por consumir muchas grasas saturadas, etc. Estos problemas no se darían tanto si las personas se **concienciaran desde pequeños de que es posible y necesario alimentarse bien a la vez que se disfruta de la comida sana.**

PARTE I:

COMPETENCIAS ADQUIRIDAS EN EL GRADO DE MAESTRA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Es necesario conocer la **relación entre el contenido de este TFG** (descrito ya en la introducción) **y las competencias adquiridas** gracias a que la autora haya cursado el *Grado de Maestra en Educación Primaria*. Estas vienen definidas en la *Memoria Académica del Grado en Educación Primaria* del 23.03.2010 que elabora la Universidad de Valladolid.

Establecer esta relación es inevitable y útil para que este TFG se contextualice bien en el marco de las Ciencias de la Educación, y a su vez, redactar esto ayuda a la autora a saber como demostrar estas competencias a lo largo del cuerpo del trabajo.

RELACIÓN ENTRE EL CONTENIDO DE ESTE TFG Y LAS COMPETENCIAS DEL TÍTULO DE LA AUTORA

Existen dos tipos de **competencias** del Grado de Maestra en Educación Primaria: las **generales** y las **específicas**. Para esta parte del trabajo se tendrán en cuenta todas las competencias generales y solo aquellas competencias específicas que tienen mayor incidencia en el desarrollo de este proyecto.

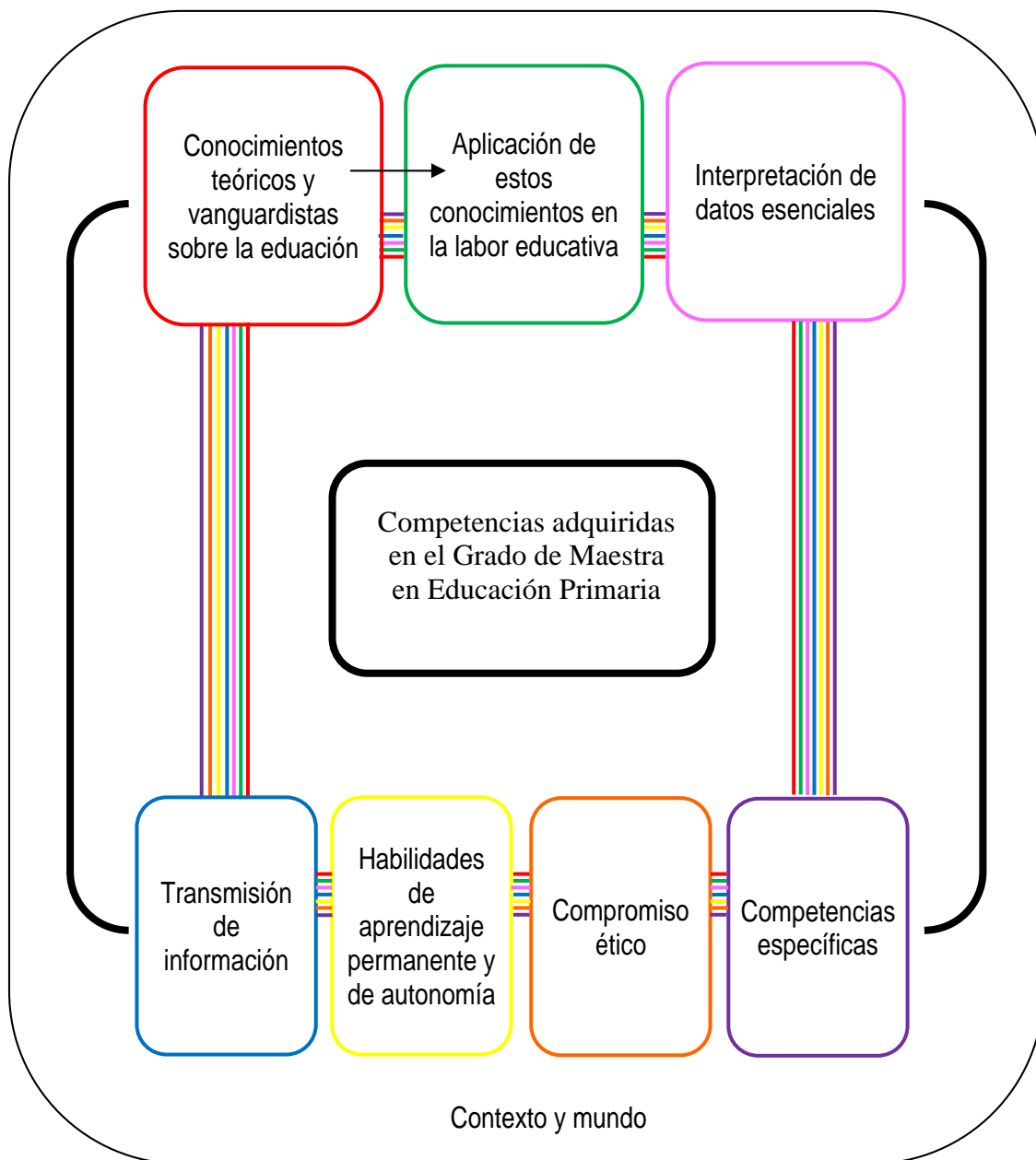


Figura 2: Competencias del título y relación entre las mismas

Las **competencias** que se desarrollan a través del Grado en Educación forman un sistema y están completamente **interrelacionadas** entre sí; cada una se sirve en parte de las demás, de tal manera que **no existe una jerarquización**. Por otro lado, no se debe olvidar que todas ellas se ven influidas por el contexto en el que están y por el mundo. Esto confiere a la carrera universitaria realizada un enfoque propio de la

Educación. En los siguientes párrafos se explica cómo este TFG da testimonio de estas competencias.

El dominio de conocimientos teóricos y vanguardistas sobre la Educación y la **aplicación** de los mismos se demuestra en este proyecto, entre otras cosas, cuando se usa el vocabulario específico de las ciencias de la Educación, se tiene en cuenta las **características** psicológicas, sociológicas y pedagógicas **del alumnado**, se desarrolla una **intervención educativa**, se tiene en cuenta el currículo del nivel educativo al que se dirige la intervención, se muestran los conocimientos de las áreas de Educación Primaria se analiza la labor docente y se proponen trabajos pedagógicos colaborativos y cooperativos.

En cuanto a la competencia para interpretar datos, esta se observa sobre todo en la parte sobre la **fundamentación teórica**. Para realizar la misma se usan procedimientos eficaces de búsqueda de información, de interpretación y de reflexión de los mismos.

La capacidad de transmisión de información ha sido necesaria para la elaboración del presente proyecto, ya que se ha usado el **diálogo** presencial, las **lenguas extranjeras** (las cuales son primordiales para el modo actual de vida, el cual requiere instrumentos de comunicación internacionales y entre personas de distintas lenguas) y las **TIC** para la comunicación a distancia, búsqueda de información y de recursos, etc. Estas últimas son de gran importancia: “Las TIC brindan nuevas posibilidades de instrumentación de los conocimientos que las tecnologías tradicionales no pueden cubrir, y diversifican el conocimiento con el uso de herramientas telemáticas y de teleformación como las enciclopedias multimedia, los videos, el software educativo, la realidad virtual, etc. todo lo cual propicia una mayor calidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje facilitando ampliamente la tarea de difundir, transmitir y crear conocimientos, al tiempo que posibilita una acción docente mas eficaz sobre el sistema de aprendizaje” (Cañeras Cabrera, 2006).

Las habilidades de aprendizaje a lo largo de la vida con autonomía se concretan en la capacidad propia de la autora de buscar fuentes de información que permiten obtener **datos actualizados** y su actitud positiva hacia la **innovación** que el tema de este TFG muestra.

Por otro lado, el compromiso ético se hace visible gracias a la **actitud no sexista** del contenido de la intervención educativa de este TFG (en la que niñas y niños cocinan

y limpian juntos a pesar de los tópicos y hacen otras actividades en igualdad de género). Además, entre otras cosas, se pide al alumnado que tenga una actitud crítica, se atiende a las **necesidades específicas** del mismo y se apuesta por la **interculturalidad, inclusión e igualdad**.

Por último, algunas de las competencias específicas más usadas son:

- ~ el uso del lenguaje y la literatura como herramientas, como vehículo facilitador de la intervención educativa. Se usará la **lengua inglesa y la castellana**, y la **literatura inglesa** para niños;
- ~ y la reflexión sobre la vida práctica del aula, ya que ha sido necesario **unir teoría y práctica**, y pensar sobre ambas para desarrollar ciertas ideas

Gracias a las competencias anteriormente mencionadas es posible realizar este TFG, el cual contiene mayoritariamente aspectos fundamentales de la Educación necesarios para llevar a cabo el objetivo principal de la educación formal: el **desarrollo integral de la persona**.

PARTE II: JUSTIFICACIÓN

Llevar una buena alimentación es uno de los principales hábitos de vida saludable que las personas deben seguir para sentirse bien. Por eso, también es una **necesidad** humana. De hecho el famoso médico Hipócrates (nacido en Grecia en 460 a.C) pronunció ya la famosa frase: “Somos lo que comemos”. Y es que la forma de alimentarnos influye en todos los aspectos del hombre: estado de ánimo, estado de cansancio, facilidad de pensar, estado físico, etc.

Por otra parte, la alimentación también es un hecho ligado a la **cultura**: cada una tiene sus alimentos, su forma de prepararlos y de comerlos. Todo esto está muy arraigado en las personas, y tanto es así, que como curiosidad apuntaré, que los descendientes de las comunidades inmigrantes pierden antes sus respectivos idiomas que las costumbres gastronómicas.

En los últimos años, debido al ritmo de vida frenético y cambiante que la sociedad occidental lleva, los antiguos y sanos **hábitos alimenticios** que en concreto los españoles tenían han cambiado y **ya no son tan saludables**; por regla general, los platos que se entienden como sanos necesitan un mayor tiempo de preparación, y las personas no saben elaborar comida de estas características en poco tiempo.

Los hábitos alimenticios, las costumbres culinarias y la forma de elaborar los alimentos se transmite a los hijos, y es por ello que la **escuela puede y debe incidir en este aprendizaje** y enseñar al alumno a adquirir hábitos de alimentación saludable con el fin de evitar enfermedades infantiles asociadas a la mala alimentación como obesidad, malnutrición, anemia, etc. y también enfermedades futuras.

Afortunadamente, el alumnado que cursa Educación Primaria está en un periodo de desarrollo que se caracteriza por su facilidad de aprender y verse influenciados por su entorno. Este periodo ofrece una buena oportunidad para enseñar buenos hábitos de vida que mantendrán a lo largo de toda su existencia. De hecho, si se intentara educar sobre la alimentación y los buenos hábitos de vida a otros sectores de la población de mayor edad requeriría más trabajo lograr buenos resultados.

Si bien el sistema educativo comprende la necesidad de enseñar buenos hábitos de vida, los niños no se ven muy atraídos por este tema. La sociedad, en general, muestra a los más pequeños que es más fácil alimentarse de manera inadecuada y llevar un estilo de vida muy sedentario a vivir de forma sana. Es por ello, que este Trabajo de

Fin de Grado propone la **utilización de historias atrayentes en inglés como centro de interés para el alumnado, vinculando su uso con la educación de una alimentación saludable.**

Este trabajo utiliza personajes de la literatura de Reino Unido y el inglés para aumentar de manera indirecta la competencia en lengua extranjera y conocer la literatura de este país un poco más. Se ha escogido el inglés británico como modelo debido a que es el país de habla inglesa con el que los españoles tienen más relación.

PARTE III: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y ANTECEDENTES

1. MARCO LEGISLATIVO

Uno de los principales objetivos que persiguen los países de la cultura occidental es el bienestar íntegro de sus ciudadanos y para ello se deben cubrir todas sus necesidades. Abraham Maslow desarrolló en 1943 una jerarquía de las necesidades humanas (Figura 3), y dentro de las necesidades más básicas e importantes del hombre se encuentra la necesidad de alimentarse, pues si uno carece de alimento, no puede cubrir otras necesidades.



Figura 3: Pirámide de las necesidades humanas de Maslow

A lo largo de la historia, diversas asociaciones políticas y asociaciones no gubernamentales se han preocupado por la salud de los ciudadanos del mundo. En los siguientes párrafos se exponen algunas de las acciones más importantes desarrolladas al respecto.

La **Organización Mundial de la Salud** en 1955 lanzó su *Iniciativa Global de Salud en la Escuela*, cuyo objetivo principal es mejorar la salud de los escolares, la familia y la sociedad a través de la escuela, pues los niños pasan en ella gran parte del día.

Además el artículo 25 de la **Declaración de los derechos humanos** establece el “*derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure (a la persona), así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la **alimentación**, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios*”. Así pues, se muestra que la buena alimentación forma parte de la tenencia de una vida digna.

Por otro lado, a nivel de España, se tendrá en cuenta el Real Decreto 1513/2006, que desarrolla la Ley Orgánica de Educación (LOE); y a nivel de la comunidad autónoma de Castilla y León, en el Decreto 40/2007 que incluye el **currículo** que se debe impartir en los centros de Educación Primaria. Así, uno de los objetivos de la Educación Primaria que se recoge es “*valorar la higiene y la **salud**, conocer y respetar el cuerpo humano y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social*”.

A su vez, la *Educación para la salud y la buena alimentación* aparece mencionada explícitamente en las áreas de Conocimiento del Medio, de Educación Física y como valor que se debe trabajar de manera transversal.

2. MARCO CONCEPTUAL

2.1. Situación de los hábitos de alimentación en la edad escolar

Conceptos previos: alimentación y nutrición

“Se llama **alimentación** al acto de **proporcionar al cuerpo alimentos e ingerirlos**. Es un proceso consciente y voluntario, y por lo tanto está en nuestras manos modificarlo. La calidad de la alimentación depende principalmente de factores económicos y culturales” (UNED, 2012).

El Programa de Educación en la Alimentación y Nutrición (EDALNU) llevado a cabo en los años 60 estableció la siguiente clasificación de los alimentos (Figura 4):

- ~ Grupo de los **hidrocarbonados**. En él están los fanináceos, los tubérculos, cereales, azúcar, miel, etc.

- ~ Grupo de las **grasas**. Incluye aceites, mantequilla, margarinas y grasas en general.
- ~ Grupo de los alimentos **proteicos**. Son las carnes, pescados, legumbres, frutos secos y embutidos.
- ~ Grupo de los **lácteos** y sus derivados. Contiene leche, yogur, queso, cuajada, etc.
- ~ Grupo de las **verduras** y las hortalizas. Incluye lechuga, tomate, pimiento, cebolla, calabacín, zanahorias, etc.
- ~ Grupo de las **frutas**. Incluye la sandía, melón, manzana, kiwi, frutas tropicales, etc.

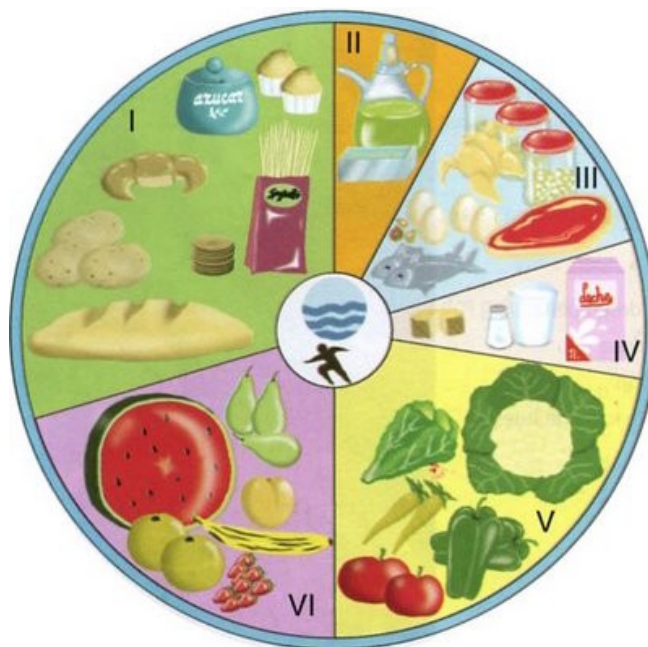


Figura 4: Rueda de los alimentos

Todos los grupos de alimentos deben ser consumidos diariamente para mantener la salud, pero cada uno en una cantidad determinada que depende en gran parte de su naturaleza y de la edad de la persona que come. En general, la ración de alimentos hidratos de carbono, verduras y frutas será generosa, mientras que la ración de lácteos y de alimentos proteicos será más pequeña, y la de alimentos grasos será aun más reducida.



Figura 5: Pirámide de la alimentación saludable (NAOS, 2007).

Las pirámides de alimentación (como la de la Figura 5 que actualmente se expone en muchos centros de salud de España y que fue desarrollada por el programa del Ministerio de Sanidad *Estrategia NAOS* para la buena alimentación y la realización de actividad física) representan de manera gráfica los alimentos que se deben comer en mayor cantidad (que son los que están en la base de la pirámide) y los que se deben comer en menor cantidad (que son los que están en la punta).

Por otro lado, “**nutrición** es el conjunto de procesos involuntarios mediante los cuales el organismo, una vez ingeridos los alimentos, absorbe y transforma sus nutrientes en sustancias químicas más sencillas que se utilizan para proporcionar materiales necesarios en la formación de las estructuras corporales, regular el metabolismo y aportar la energía necesaria para el perfecto funcionamiento del organismo” (García Fuentes, 1994).

Un **nutriente** es “toda sustancia contenida en los alimentos que no puede ser creada en el organismo y cuyo fin es aportar energía, aminoácidos o elementos reguladores del metabolismo “ (NAOS, 2007).

Alimentación en la edad escolar

La alimentación de los niños en edad escolar se caracteriza por requerir:

- ~ una gran cantidad de energía para que el niño lleve a cabo todas las actividades físicas propias de su edad, y
- ~ una gran cantidad de proteínas para la formación del cuerpo que está en crecimiento.

La siguiente tabla muestra los alimentos y cantidades de los mismos que, de manera ideal, deben componer la dieta de los escolares.

Recomendaciones sobre la cantidad adecuada de raciones de alimentos en niños de 6 a 12 años						
Alimentos	Frecuencia	Tamaño de las raciones (g)				
		< 6 años	6-8 años	8-11 años	> 12 años	
Pan	2-3/día	25	25	30	40	
Cereales, pasta	2-3/ día	45 (crudo)	50 (crudo)	50 (crudo)	60 (crudo)	
Patatas	1/día	120	130	135	140	
Frutas	3/ día	75	75	100	100	
Hortaliza fresca	> 1/día	20	20	50	75	
Hortaliza cocinada	> 1/día	150	200	220	250	
Legumbres	3/semana	150	160	180	190	
LÁCTEOS	Leche	3-4/día	125	175	200	220
	Queso		20	20	40	40
	Yogur		125	125	125	125
Carnes	3-4/semana	50	60	80	100	
Pescado	4-5/semana	60	65	80	90	
Huevos	4-5/semana	50	50	100	100	
Precocinados Aperitivos bolsa Bollería industrial Derivados cárnicosl	Ocasional					

Tabla 1: Recomendaciones sobre la cantidad adecuada de alimentos para niños (NAOS, 2007)

A pesar de que los expertos pongan a disposición de la sociedad, padres y educadores, a través de diversos medios, tanta información sobre las dietas de niños más adecuadas, la realidad muestra que la tendencia en los países industrializados es

alimentarse cada vez de peor manera debido a los cambios rápidos que están acaeciendo en la forma de vivir y que han conllevado la aparición de la “comida basura”, la comida precocinada y la falta de tiempo y/o incapacidad de los padres para cocinar cosas sanas.

2.2. Proyectos sobre Educación para la Salud

En los últimos años el interés por mejorar la salud del alumnado ha ido acrecentándose debido a que cada vez tiene peores hábitos de vida y esto hace que aumente la influencia de enfermedades como la obesidad, la diabetes, la bulimia y la anorexia. A continuación se describen y analizan diversas intervenciones educativas llevadas a cabo educar para la salud

Nombre	Cata de cuentos
Tipo de intervención	Proyecto de innovación educativa
Lugar y fecha	I.E.S. de Sahagún, de febrero a mayo del 2008
Edad de los alumnos	1º, 2º de la ESO principalmente, y participación esporádica de 3º de la ESO y 1º y 2º de Bachillerato
Objetivo principal	Recuperar o en muchos casos inaugurar el placer de la lectura emparejándolo con la cocina tanto tradicional como imaginativa, tanto autóctona como la que aparece en los cuentos.
Actividades	<ol style="list-style-type: none">1. Ambientación y decoración del centro educativo con carteles sobre los alimentos2. Análisis de la dieta de cada alumno3. Conferencias y charlas sobre la nutrición y la alimentación4. Celebración de un “Desayuno saludable” en el centro educativo5. Entrega de piezas de fruta gratuitas como almuerzo en el recreo6. Lectura de diversos cuentos para a partir de ellos trabajar la alimentación sana y los hábitos de vida saludables7. Trabajo con la pintura “La lechera” de Vermeer y el cuento popular homónimo8. Trabajo con la asociación “La Cocina Encuentada”, que se dedica a fomentar la buena alimentación a través de cuentacuentos gastronómicos9. Sesiones de cocina con familiares de los alumnos

Tabla 2: Proyecto Cata de cuentos

Nombre	¿Por qué comen lo que comen y no comen lo que deben?
Tipo de intervención	Proyecto de innovación educativa
Lugar y fecha	I.E.S. Domingo Valdivieso de Murcia
Edad de los alumnos	3º de la ESO
Objetivo principal	Tomar conciencia de la importancia de la nutrición en la salud de las personas y detectar los desequilibrios alimentarios de la dieta personal.
Actividades	<ol style="list-style-type: none"> 1. Clasificaciones de los alimentos 2. Interpretación de datos en ejercicios de dietas 3. Investigación de los alimentos y funcionalidad de los distintos nutrientes 4. Detección de ideas previas sobre hábitos alimentarios 5. Recogida de datos sobre la dieta semanal 6. Celebración de un “Desayuno Saludable y Solidario” 7. Diferencias entre sedentarismo y estilo de vida activo 8. Encuesta final evaluadora del proyecto

Tabla 3: Proyecto ¿Por qué comen lo que comen y no comen lo que deben?

Nombre	Salud Joven
Tipo de actividad	Consulta médica en un instituto de educación primaria
Lugar y fecha	Se hace en un instituto cada semana.
Edad de los alumnos	ESO y Bachillerato
Objetivo principal	Atender a la salud psíquica y social de los jóvenes
Actividad	Consulta médica personal en el instituto previa solicitud de la misma por parte del afectado

Tabla 4: Proyecto Salud Joven

Las intervenciones educativas que enseñan buenos hábitos de vida y en particular buenos hábitos de alimentación se han hecho más y más necesarias a medida que la sociedad occidental del siglo XX ha ido imponiendo estilos de vida que no son para nada saludables.

Ejemplo de esto son los “cuerpos perfectos” que se ven en los medios de comunicación, los cuales corresponden a personajes famosos que la mayoría de las veces están malnutridos y llegan a tener desajustes hormonales para poder tener ese físico. Los pobres jóvenes que ven esto y que quieren imitar a sus ídolos tienen serios problemas psicológicos y de insatisfacción personal al no alcanzar su físico deseado. Por ello es necesario hacerles entender que lo importante es estar sano, y para ello no influyen factores como la altura o el acné.

Las intervenciones educativas que promueven estilos de vida saludables nacen de la preocupación de alguna persona que ha observado el mal estado de los jóvenes. Por ejemplo, el proyecto llamado “Cata de cuentos” surgió debido al mal rato que pasaba su creadora cuando veía a los niños cada día tomar “aperitivos de bolsa” para el recreo y muy pocas veces fruta u otras cosas sanas.

Además, suelen ser complementarias al contenido del currículo y, como se muestra en los cuadros anteriores, se hacen en forma de jornadas, charlas, cuentos, etc. Están siempre fuera de la rutina escolar, pero quizás llegue el día en el que serán tan usuales como las jornadas del Día de la Paz o más.

2.3. Importancia de la lengua inglesa en la Educación Primaria

Actualmente, la mayoría de las personas saben, ya sea de manera explícita o implícita, que el dominio de la lengua inglesa es vital para el desarrollo integral de la persona. De hecho, una de las competencias básicas que el **Real Decreto** 1513/2006, de 7 de diciembre, y el Decreto 40/2007 de Castilla y León por los que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, apuntan que la **competencia comunicativa básica en una lengua extranjera** es un objetivo de esta etapa de la educación (concretamente forma parte de la competencia lingüística).

En la mayoría de los centros de Educación Primaria españoles se oferta cursar tan solo una lengua extranjera; suele ser el inglés, pero en algunos es el francés. Incluso, muchos centros son **bilingües** (comparten su currículo español con el currículo británico, se usan metodologías de ambos países y las clases se imparten en inglés y en la/s

lengua/s materna/s) o son secciones bilingües (traducen parte de su currículo al inglés y lo imparten en inglés). Además, próximamente aparecerá el “**Plan plurilingua**”, y los centros que se adscriban al mismo, impartirán clases en al menos tres lenguas distintas en determinadas áreas no lingüísticas.

¿Por qué esta primacía del inglés como lengua extranjera y no de otros idiomas? Las siguientes razones justifican esta elección de los centros.

En la práctica, el inglés se usa como idioma de **comunicación internacional** entre personas de países de la unión europea y países del mundo de occidente en general. De hecho, si se realiza una reunión de trabajo de una gran empresa, las personas se comunicarán en inglés; si un estudiante cursa un año de su carrera en un país extranjero, muy probablemente, asistirá a clases en inglés aunque la lengua oficial del país sea otra como alemán, francés o italiano; cuando se realizan conferencias de importancia internacional o cursos internacionales de verano para universitarios, todo se hace en inglés; además, el mundo de las disciplinas científicas más tecnológicas normalmente exige que su investigación se lleve a cabo en inglés y que sus artículos estén también en esta lengua. Esto hace que la comunicación sea rápida y efectiva, si bien no tanto como cuando se comunican dos personas con la misma lengua materna.

Situaciones comunicativas más comunes en las que un español usa el inglés
<ul style="list-style-type: none">- reuniones de trabajo en grandes empresas- viajes al extranjero, de placer o de trabajo- explicaciones de las visitas guiadas en el extranjero- turistas extranjeros que compran en España- estudios en el extranjero- instalación de programas informáticos- páginas web no traducidas al español- películas no subtituladas- libros con autores cuya lengua materna es el inglés, que aun no han sido traducidos y solo se venden en su lengua original

Tabla 5: Situaciones más comunes en las que un español usa el inglés

Por otro lado, las **tecnologías de la información** han cambiado el mundo a una velocidad que nunca antes se podría haber imaginado. Gracias a ellas ahora podemos comunicarnos con casi cualquier parte del globo terrestre con los medios tecnológicos

por muy alejada de la civilización que esté. Al igual que el castellano “tardó” en llegar a las comunidades más inaccesibles por su orografía de la península, pero luego llegó y actualmente todos los españoles conocen el castellano, hoy en día la comunicación con todos los habitantes del mundo es un hecho, y para ello necesitamos expresarnos en la misma lengua. Debido a la situación dominante de los países de habla inglesa, el idioma establecido para tal propósito es el inglés.

Además, el inglés ha posibilitado la **promoción del diálogo intercultural**, la comunicación para conocer las diversas culturas, poder tomar lo mejor de cada una de ellas y poder mejorar el mundo en general. ¿Quién duda de la importancia de tener una “lengua internacional”? Es obvio que es necesaria y que actualmente, esta es el inglés.

2.4. Literatura inglesa para trabajar contenidos diversos en Educación Primaria

Se denomina *literatura inglesa* a aquella producida en Reino Unido. Dentro de la literatura inglesa ha habido varios autores que han brillado internacionalmente; entre ellos están William Shakespeare, Charles Dickens, Jane Austen y tantos otros.

Carmen Bravo-Villasante sostiene en su obra *Antología de la literatura infantil universal*, que la literatura inglesa dirigida a niños es una gran parte de la literatura inglesa general.

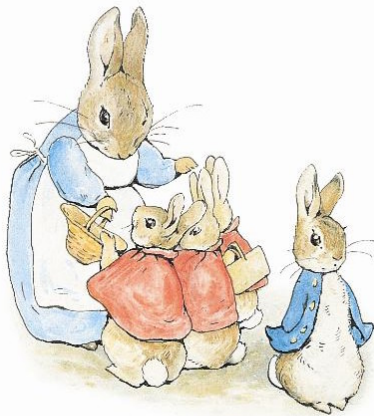
A continuación se expone una selección de obras de la *literatura infantil inglesa*, escritas específicamente para niños o que pueden adaptarse a su gusto y que pueden usarse como material didáctico.

Obras y personajes de la literatura inglesa con los que el maestro puede trabajar los contenidos de la Educación Primaria

Las siguientes tablas muestran algunos libros y personajes de la literatura inglesa que pueden servir al docente para trabajar, en lengua inglesa, valores, buenos hábitos de vida, contenidos de historia, de música, etc. Hay que tener en cuenta que si el nivel de inglés de los alumnos lo permite, los textos se podrán usar en su lengua original, pero de todas formas, en la mayoría de los casos, el texto de la obra se tendrá que adaptar. Otra posible opción para hacer comprensible el input de estos cuentos, es acompañar el relato oral con gestos, imágenes y otros recursos. Además, se pueden hacer representaciones teatrales o visionados de películas de las obras.

Tabla 6: Obras y personajes de la literatura inglesa que se pueden usar con niños

Título Cuentos de Canterbury	Autor Geoffrey Chaucer	Fecha s.XIV
Ventajas Esta obra podría servir para trabajar la vida en la época medieval.	Inconvenientes El lenguaje y el contenido son difíciles, por lo que sería necesario adaptar la obra a los niños.	
Título Robinson Crusoe	Autor Daniel Defoe	Fecha 1719
Ventajas Es una obra de aventuras que despertará el interés del alumnado.	Inconvenientes El lenguaje es difícil, por lo que sería necesario adaptar la obra a la competencia del alumnado.	
Título Un cuento de Navidad	Autor Charles Dickens	Fecha 1843
Ventajas Enseña valores morales necesarios para la vida actual.	Inconvenientes El contenido y la lengua deben adaptarse al nivel de los niños.	
Título Las aventuras de Alicia	Autor Lewis Carroll	Fecha 1865
Ventajas Con este libro se desarrolla la imaginación.	Inconvenientes Como sucede con otros libros anteriores, habría que adaptar el nivel del inglés.	
Título La isla del tesoro	Autor Robert Louis Stevenson	Fecha 1883
Ventajas Es una obra de aventuras que despertará el interés del alumnado.	Inconvenientes El lenguaje es difícil, por lo que sería necesario adaptar la obra	
Nombre Sherlock Holmes	Creador Arthur Conan Doyle	Fecha 1887
Ventajas La novela detectivesca atrae a los niños. Existen novelas muy cortas de Sherlock Holmes que se pueden usar tal cual.	Inconvenientes El contenido muchas veces no es apto para los alumnos de Educación Primaria.	

Título El cuento de Perico el conejo travieso		Autor Beatrix Potter	Fecha 1902
Ventajas El contenido del cuento entusiasma a los niños del primer y segundo ciclo de Educación Primaria. El cuento original está lleno de ilustraciones que facilitan la comprensión y que son del gusto de los niños (Figura 6).		Inconvenientes El contenido no es del interés de los alumnos del tercer ciclo de Educación Primaria. Puede interpretarse que es un cuento muy sexista.	
			
<p>Figura 6: Dibujo realizado por Beatrix Potter que muestra al conejo Perico con su madre y sus tres hermanas</p>			
Nombre Peter Pan		Creador James Matthew Barrie	Fecha 1904
Ventajas Los niños tienen ya conocimientos previos de este personaje gracias a Disney, por lo que existe una actitud muy receptiva hacia él.		Inconvenientes La obra de teatro original en la que aparece Peter Pan tiene un lenguaje complicado, y debido a ello, habrá que adaptarlo al nivel de los niños.	
Título Las brujas		Autor Roald Dahl	Fecha 1983
Ventajas Con este libro se desarrolla la imaginación. Los niños se pueden identificar con el simpático protagonista, pues este es un niño corriente.		Inconvenientes Como sucede con otros libros anteriores, habría que adaptar el nivel del inglés.	

El docente que quiera trabajar estas obras u otras en sus clases tendrá que pensar en las necesidades e intereses de su alumnado. También será muy importante el conocimiento previo del libro, pues si el niño ha tenido buenas experiencias previas con la historia, tendrá más disposición a trabajar algo sobre el mismo. Es el caso del personaje Peter Pan, con el que todos los niños están familiarizados. Sin embargo, también es bueno introducir personajes que no hayan tenido tanto éxito en nuestro país, como por ejemplo el conejo Perico, con el fin de que se conozca más.

También sería posible usar las obras inglesas en su versión en castellano cuando la competencia en inglés sea muy baja. Se podría trabajar contenidos como por ejemplo la literatura inglesa o valores.

PARTE IV: INTERVENCIÓN EDUCATIVA

1. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA

A continuación se expone diseño de una unidad didáctica llamada “Nos gusta comer bien” que favorece la buena alimentación a través de historias en inglés principalmente.

Nombre de la unidad didáctica	Nos gusta comer bien	
Nivel	1 ^{er} ciclo de E.P	
Área	Inglés y/o Conocimiento del Medio si es un centro bilingüe o con sección bilingüe	
Objetivos	generales	– sensibilizar sobre los buenos hábitos alimenticios
	específicos	– crear actitudes favorables hacia los alimentos sanos – descubrir el gusto por la cocina – conocer parte de la literatura inglesa – aumentar la competencia comunicativa en lengua inglesa
Contenidos	- alimentos - estructuras lingüísticas y no lingüísticas de comunicación - obras y personajes de la literatura inglesa	
Temporalización	tres sesiones de 50 minutos	
Evaluación	evaluación continua por observación en cada sesión y actividad final de evaluación	
Distribución del aula	Los niños trabajarán en grupo, en grupos pequeños y de manera individual.	
Materiales	Juego Memoty, platos, cuchillos sin punta y tenedores de plástico lavables, cámara de fotos y marionetas.	

Tabla 7: Unidad didáctica “Nos gusta comer bien”

Tablas de las sesiones

Tabla 8: Sesión 1

Actividad	Temporalización	Descripción
Saludos	3 minutos	El docente saluda a los alumnos y les pregunta cómo se encuentran.
Food memory	10 minutos	Se juega al juego al famoso juego de memoria “Memory”. En este caso una de las cartas componentes de la pareja llevará una imagen relacionada con la alimentación y la otra una descripción escrita de la imagen.
Cuento: “Peter Pan and the Lost Strawberries”	15 minutos	El docente cuenta una historia en la que los personajes llevan a cabo hábitos de vida saludables.
The Lost Meal	22 minutos	Cada alumno dibuja en un folio en blanco la comida que les gustaría tomar ese día en casa. El docente recoge todos esos dibujos. Entonces se repasan las estructuras lingüísticas necesarias para describir esos dibujos. El docente hace que la macota-marioneta que tiene la clase descoloque los dibujos y dice a los alumnos que ahora cada uno debe encontrar el suyo. El docente entrega otra vez un dibujo a cada alumno, teniendo en cuenta que no puede ser el propio, y cada alumno describirá el dibujo que le ha tocado sin mostrarlo a los demás para que su dueño “lo encuentre”.
Materiales	Juego Memory y marioneta.	

Tabla 9: Sesión 2

Actividad	Temporalización	Descripción
Compramos en la frutería	25	Se organiza una excursión a una frutería cercana al colegio y allí se compran los ingredientes necesarios para hacer una macedonia (se pactará previamente una cita con el vendedor).
Fruit Salad (Macedonia)	25 minutos	Se realiza explica mediante la pizarra digital la receta de la macedonia y después los niños hacen una y la comen. La macedonia se realizará en un plato y los niños deberán disponer de manera bonita los trozos de fruta y el docente hará una foto de su obra de arte que después se expondrá en el aula.
Materiales	Platos, cuchillos sin punta y tenedores de plástico lavables, pizarra digital y cámara de fotos.	

Tabla 10: Sesión 3

Actividad	Temporalización	Descripción
Saludos	5 minutos	El docente saluda a los alumnos y les pregunta cómo se encuentran.
Recordatorio del último día	5 minutos	El docente pregunta a los niños sobre las actividades que hicieron en la última sesión.
Cuento: Alice	25 minutos	El docente representa una obra de teatro de marionetas cuya protagonista es Alicia la de El País de las Maravillas. En ella, Alicia invita a los alumnos a merendar y les pregunta que es lo que les apetece. Esta actividad sirve de evaluación final

		porque si los alumnos quieren tomar alimentos sanos, estarán sensibilizados sobre la buena alimentación.
I like healthy food	10 minutos	Se trabajará con la canción “I like healthy food” los aspectos de la alimentación trabajados anteriormente.
Materiales	Marionetas y pizarra digital.	

Tabla 11: **Actividades de ampliación**

Actividad de ampliación	Descripción
Software didáctico	El alumnado puede usar algunos de los programas didácticos que se encuentran disponibles en internet de forma gratuita como Citysalud o Nourishinteractive.

Desarrollo de las competencias básicas de la Educación Primaria

Las competencias básicas del alumnado de Educación Primaria que se trabajan con esta temática son: la competencia en comunicación lingüística, pues durante las sesiones se usará la lengua inglesa; la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico y natural, pues el alumnado trabajará en el entorno físico y adquirirá hábitos saludables; la competencia digital y tratamiento de la información, pues se trabajará con las TIC; la competencia social y ciudadana, pues el alumnado comprenderá mejor como funciona su entorno cercano (frutería); la competencia cultural y artística, pues se desarrolla la creatividad; competencia para aprender a aprender y a pensar, pues se da la máxima autonomía posible para que desarrollen autonomía personal.

Conocimientos previos necesarios

Es necesario que el alumnado tenga una **capacidad mínima de comunicación en inglés**. La habrán adquirido mediante las clases escolares de inglés. También es necesario que reconozcan y hayan **tenido contacto previo con los alimentos** que se usarán para la unidad didáctica.

Atención a la diversidad

“Los problemas de convivencia y de fracaso escolar en España se deben en gran medida a la falta de respuesta escolar adecuada para determinados alumnos. La atención a la diversidad debe ser mucho más ambiciosa” (Planas Domingo, 2011).

Cuando esta unidad didáctica se lleve a la práctica, el docente deberá tener en cuenta las **características específicas** de cada uno de los alumnos en la medida de lo posible, pues los recursos de los centros educativos no suelen ser muy numerosos. Así, las actividades pueden cambiarse por otras más acordes a las necesidades de un alumno determinado, siempre que tengan el mismo objetivo, y se establezcan relaciones de ayuda entre pares con distintas capacidades para que llegaran a conseguir los objetivos mediante el trabajo en parejas o en grupo.

Metodología y consideraciones didácticas

Los siguientes globos explican las consideraciones metodológicas y didácticas que se han tenido en cuenta a la hora de elaborar la unidad didáctica.

Aprendizaje por imitación

Los cuentos usados para estas actividades muestran personajes que siguen hábitos de vida saludables.

Debido al aprendizaje vicario o por imitación, los niños adquieren estos hábitos inconscientemente.

Multiculturalidad

Para que los alumnos se concienten de la existencia de otras culturas distintas a la dominante en su lugar de residencia, se usarán frutas originarias de otros países y se conversará sobre su origen.

Personajes de la literatura inglesa

Se ha decidido que esta intervención sobre los hábitos de vida saludables se lleve a cabo en lengua inglesa principalmente por el lugar que esta ha llegado a ocupar en los centros educativos españoles. Así pues, es coherente que los niños también conozcan la cultura del país modelo de la lengua que aprenden, y por ello, los protagonistas de las historias usadas en las actividades pertenecen a la literatura inglesa infantil.

Fomentar la creatividad

La educación actual debe tener la capacidad de no cortar la creatividad de los alumnos, pues esta característica les servirá para su vida futura. Por ello, en la unidad didáctica, cuando los niños deben hacer su macedonia en el plato disponiendo la fruta de manera artística, el docente no deberá darles ningún modelo de como pueden hacerlo, pues si lo hiciera, la mayoría de los niños lo imitarían.

El cuento como recurso didáctico

Los cuentos se suelen usar como herramienta didáctica porque los niños aman las buenas historias. Estas deben ser interesantes y atrayentes para ellos; no todas las historias son válidas. Además tienen la ventaja de permitir la reproducción de diálogos.

La canción como recurso didáctico

La canción se ha usado como recurso didáctico desde hace mucho tiempo. Hace algunos años era normal aprenderse las tablas de multiplicar mediante una canción, y actualmente se usa en las clases de lengua extranjera principalmente para fijar estructuras gramaticales. Su ritmo pegadizo es óptimo para la adquisición de conocimientos.

El teatro como recurso didáctico

El teatro permite la recreación de historias y ayuda a la comprensión de las mismas. También implica emocionalmente a los espectadores y permite la recreación de diálogos de manera sencilla y amena mediante el uso de las marionetas.

Recursos para hacer comprensible el contenido de las historias en inglés

Mientras que se cuentan las historias que forman parte de esta unidad didáctica, el docente usará los siguientes recursos para hacer que la comprensión oral de los niños tenga éxito:

- Método TPR (Total Physical Response): Este método consiste básicamente en realizar físicamente las acciones que se verbalizan. Así, si se dice: “La niña bebe té”, los oyentes deben hacer como que beben té.
- Realia: Usar Realia se refiere a usar objetos reales o muy parecidos a los reales para hacer comprensible un término en lengua extranjera. Por ejemplo, si se quiere que los niños comprendan que significa “strawberry”, se les enseña una fresa.
- Se contará el cuento repitiendo las frases las veces que sea necesario.
- Se narrará la historia más bien despacio.
- Se tendrá muy en cuenta el lenguaje no corporal de los niños

Tecnologías de la Información

Las tecnologías de la información o TIC son un recurso que los niños de hoy en día deben llegar a dominar y con lo que deben aprender a convivir, pues forman parte de la vida diaria. En la unidad didáctica se usan pantallas digitales para proyectar textos e imágenes de ayuda.

Inteligencias múltiples

En 1983 Howard Gardner publica su libro *Inteligencias múltiples*. En él desarrolla su teoría sobre la existencia de varias inteligencias: lingüística, lógica-matemática, espacial, musical, corporal-cinestésica, intrapersonal, interpersonal y naturalista; y se desecha la idea de una única inteligencia que solo se puede medir con el coeficiente intelectual. Para hacer las actividades de esta unidad didáctica se usan varias de estas inteligencias: la musical cuando se trabaja la canción, la lingüística cuando se escucha el cuento, etc.

2. ANÁLISIS

La unidad didáctica desarrollada anteriormente ayudará a los alumnos a encaminarse en la **vida sana**; si los objetivos planteados se cumplen, y el entorno de los alumnos es favorable a los buenos hábitos de vida, **los conocimientos interiorizados quedarán para siempre**. A su vez, sería óptimo continuar esta intervención educativa con otras que sean similares en los ciclos superiores o incluso, cabría la posibilidad de hacer la actividad de la macedonia (Sesión 2) una vez al año, en forma de **“Jornada de la alimentación”**. Para ello todos los docentes deberían organizarse y disponer los materiales en un aula grande o en el gimnasio.

Por otro lado, los niños aprenden en un **ambiente relajado** y están a gusto con lo que están llevando a cabo. Todas las actividades son significativas para ellos y se divierten, lo que hace que la adquisición de conocimientos sea óptima.

Además, se ofrece la oportunidad de llevar a cabo la intervención educativa en el área de inglés, Conocimiento del Medio, o como un proyecto transversal.

A su vez, el docente tendrá que saber bien si algún alumno es intolerante a algún alimento. Para ello se pasará un documento a las familias para que se rellene con la información necesaria.

PARTE V: CONSIDERACIONES

FINALES

Tras la tarea de recopilación de datos teóricos y de la realización de la intervención de educativa que se ha hecho en este TFG, se puede concluir los siguientes puntos:

1. La edad que corresponde a la **Educación Primaria es óptima para enseñar actitudes** que duren para toda la vida, pues la capacidad de plasticidad de los niños es mucho más grande que posteriormente. Si se enseñan hábitos de alimentación buenos en este periodo, se gasta mucho menos tiempo y esfuerzo que si se hace en el periodo de Educación Secundaria cuando los jóvenes ya tienen una personalidad más fuerte y definida (como hacen los proyectos de Educación para la Salud expuestos en la parte de los antecedentes).

2. La unidad didáctica tiene un **carácter prospectivo**: Si las intervenciones educativas sobre Educación para la Salud tuvieran buenos resultados, y los niños interiorizasen bien como cuidarse, se **evitarían muchos problemas futuros**. Muchas enfermedades están relacionadas con los malos hábitos de vida y esto supone además un gran gasto monetario para la sociedad. Sin embargo, el gasto en Educación para la Salud en los centros educativos o con campañas publicitarias en los medios es mucho menor que el gasto clínico.

3. Hay que tener en cuenta que el trabajo realizado en los centros para concienciar sobre los buenos hábitos de vida debe continuarse en los **hogares** de los niños y en la **sociedad**. De nada sirve que el niño tome una fruta como almuerzo en la escuela, si luego llega a casa y cena comida frita cada día. Debe haber una **coherencia entre lo que se enseña en la escuela y el mundo exterior** a la misma. Hay algunos programas estatales que se dedican a promover un estado de vida sano (como el Programa Perseo, 2008) y cada vez más en la televisión se ven programas cuyos personajes comen sano. Por ejemplo, el protagonista de la serie infantil islandesa *Lazytown* come “sport-chuches”, que son piezas de fruta.

Parece que los medios se van concienciando sobre la importancia de la vida sana, pero ¿y las familias? ¿Quién tiene ganas de estar cocinando después de haber trabajado todo el día? En las familias corrientes, la alimentación pasa a un segundo

plano: freir congelados, calentar alimentos precocinados en el microondas, hacer de vez en cuando una ensalada, dar salsas a los niños para enmascarar el sabor real de los alimentos, comer postres lácteos de todos los tipos, etc. es más sencillo que comer como se ha venido haciendo hasta hace algunos años, cuando las madres de las familias trabajaban como amas de casa y se preocupaban de verdad por cocinar bien. Los españoles, además, tenemos la suerte de seguir la dieta mediterránea, considerada una de las más sanas del mundo, y se debe aprovechar esta ventaja.

Contra todo esto, una estrategia eficaz sería enseñar una nueva cocina a las familias y que ellos a su vez se la transmitan a sus hijos; una forma de cocinar que una la rapidez, lo práctico, la diversión y la salud, pues es la que se adapta al mundo actual. Esto se puede hacer mediante talleres impartidos por expertos en los colegios fuera del horario lectivo.

4. La unidad didáctica expuesta hace que el alumnado de **primer ciclo de E.P.** aprenda cosas muy **concretas** (por ejemplo, comer fruta) sin darse cuenta, es decir, se ve influenciado a hacer algo porque ha aprendido, principalmente, gracias a los modelos de las historias. Los niños de primer ciclo no están preparados para recibir conocimientos abstractos, pues por naturaleza, aprenden mediante cosas cercanas y reales, y para ello usan los sentidos. A medida que los niños vayan pasando de curso, se podrán crear intervenciones educativas sobre los buenos hábitos de alimentación que expliquen en profundidad el proceso de alimentación y nutrición, y algunos de los procesos metabólicos que se llevan a cabo en el organismo, lo cual llamará la atención de los alumnos y hará que tengan interés.

5. La unidad didáctica se lleva a cabo en **lengua inglesa** para que los niños mejoren su competencia en la misma, pues es necesario poder comunicarse en inglés para la vida del siglo XXI. Sin embargo, cabe la posibilidad de que los niños que no tengan mucho dominio de la lengua extranjera no entiendan bien el mensaje. Por ello es muy importante usar de manera eficaz los recursos que ayudan a hacer comprensible el habla en inglés. Al final, gracias a pequeños usos del inglés que se vayan haciendo casi cada día, los niños llegarán a tener un dominio de esta lengua cuando sean más mayores.

6. Es imprescindible que esta intervención educativa se lleve a la **práctica** para poder llegar a ver su verdadero alcance, posibilidades y limitaciones. Será entonces cuando se vea todo su potencial, se pueda mejorar y adaptar al alumnado que la reciba.

7. En cuanto a las **perspectivas de investigación y ampliación**, estas son múltiples. Siempre cabe la posibilidad de hacer intervenciones educativas similares para otros cursos o de crear un “Plan de buena alimentación”, que incluya actividades reguladas y con eficacia comprobada. Además se puede investigar como adaptar un estilo de vida saludable al modo de vivir actual, el cual hace que las personas elijan el sedentarismo frente a la actividad y la comida rápida e insana frente a la comida rápida y sana, pues esta es más escasa y menos conocida.

BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS

- Agencia española de Seguridad Alimentaria y Nutrición. (2005) *Estrategia NAOS*
Recuperado el 19. 04. 2012 en <http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/csymb/>
- Bravo Villasante, C. (1988). *Antología de la literatura infantil universal*. Valladolid: Miñón.
- Cañeras Cabrera, M.A. (2006). Impacto de las TIC en la educación: un acercamiento desde el punto de vista de las funciones de la educación. *Quaderns digitals: Revista de Nuevas Tecnologías y Sociedad*, 43. Recuperado el 01.06.2012 en <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2037601>
- Carrasco Rodriguez, M.M. (2005). *Orígenes y desarrollo de la literatura infantil y juvenil inglesa*. Universidad Complutense de Madrid, España.
- Comité de Definición de Titulaciones de Educación (2010). *Memoria del Plan de Estudios del Título de Grado Maestro –o Maestra- en Educación Primaria por la Universidad de Valladolid*. Universidad de Valladolid, España
- Decreto 40/2007. (3 de mayo de 2007). Boletín Oficial de Castilla y León.
- ECCA. (2001). *Alimentación y cocina saludables*. Canarias: ECCA.
- Ernesto López Méndez, M. C. C. (2008). *Educación para la salud*. Madrid: Pirámide.
- Gárate Larrea, M. (1994). *La comprensión de cuentos en los niños*. Madrid: Siglo XXI.
- García Fuentes, M., Lozano de la Torre, M.J. y Álvarez Granada J.L (1994).
Importancia de la nutrición en las enfermedades crónicas. *Anales Españoles de Pediatría Ponencia*, 75, 18-23.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.

- Ifor Evans. (1985). *Breve historia de la literatura inglesa*. Barcelona: Ariel.
- Nowak, H. (2010). *Literature in Britain and Ireland: A History*. Tübingen: UTB.
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Recuperado el 20.04.2012 en <http://www.un.org/es/>
- Planas Domingo, J.A. (2011). Propuestas Psicopedagógicas para las Familias. *Manual de Orientación y Tutoría*.
- Ramos Chamorro, L. (2007). *Hábitos, comportamientos y actitudes de los adolescentes inmigrantes sobre nutrición. Recomendaciones educativas*.
Universidad de Granada, España.
- Real Decreto 15.13. (7 de diciembre de 2006). Boletín Oficial del Estado.
- UNED. (2012). *Guía de Alimentación y Salud*. Recuperado el 21.04.2012 en <http://www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/>

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.