



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE EDUCACIÓN PARVULARIA**

**MODALIDAD SEMIPRESENCIAL**

Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Educación Parvularia.

---

TEMA: “LA ALIMENTACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO EDUCATIVO MONSEÑOR “LORENZO VOLTOLINI- URUGUAY” DE LA PARROQUIA IGNACIO FLORES, CANTÓN LATACUNGA, PROVINCIA DE COTOPAXI”.

---

AUTORA: Montaguano Guamangate Dorys Enriqueta

TUTOR: Dr. Mg. Washington Wilfrido Montaña Correa

Ambato – Ecuador

2011

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O  
TITULACIÓN

**CERTIFICA:**

Yo, Dr. Mg. Washington Wilfrido Montaña Correa CC 0300669397 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA ALIMENTACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO EDUCATIVO MONSEÑOR” LORENZO VOLTOLINI - URUGUAY” DE LA PARROQUIA IGNACIO FLORES, CANTÓN LATACUNGA, PROVINCIA DE COTOPAXI”. desarrollado por la egresada Dorys Enriqueta Montaguano Guamangate, considerando que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora por el H. Consejo Directivo.

Dr. Mg. Washington Wilfrido Montaña Correa

TUTOR

## AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente trabajo es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, investigación científica, revisión documental y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios vertidos en este informe, son de exclusividad responsabilidad de su autor.

Montaguano Guamangate Dorys Enriqueta

CI: 0502752421

AUTORA

## CESION DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patronales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “LA ALIMENTACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO EDUCATIVO MONSEÑOR “LORENZO VOLTOLINI - URUGUAY” DE PARROQUIA IGNACIO FLORES, CANTÓN LATACUNGA, PROVINCIA DE COTOPAXI” autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

Montaguano Guamangate Dorys Enriqueta

C.C: 0502752421

AUTORA

AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y  
DE LA EDUCACIÓN

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema “LA ALIMENTACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO EDUCATIVO MONSEÑOR “LORENZO VOLTOLINI – URUGUAY” DE LA PARROQUIA IGNACIO FLORES, CANTÓN LATACUNGA, PROVINCIA DE COTOPAXI” presentada por la Srta., Dorys Enriqueta Montaguano Guamangate, egresada de la Carrera de Parvularia promoción: Septiembre 2010 – Febrero 2011 una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios. Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN

Ing. Mg. Diego Fernando Melo Fiallos

Dr. Mg. Bolívar Guillermo Castro Jácome

MIEMBRO

MIEMBRO

## DEDICATORIA

A Dios por bendecirme con la posibilidad de caminar a su lado durante toda mi vida.

A mi familia quienes comprendieron mis deseos de superación y colaboraron decididamente en los momentos difíciles e importantes para la culminación de mis estudios profesionales; ayuda que irá encaminada al servicio de la niñez y sociedad de nuestra querida tierra.

A todas las personas que nunca dudaron que lograría este triunfo y que me impulsaron a perseverar hasta alcanzar tan caro anhelo.

Mil gracias

Dorys Enriqueta

## AGRADECIMIENTO

A la Universidad Técnica de Ambato en la persona de su señor Rector, Ingeniero Luis Amoroso.

Al señor Decano de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación Doctor José Romero.

A los señores profesores que supieron inculcar sus sabios conocimientos durante la formación universitaria.

Al señor Dr. Washington Montaña Correa tutor de la tesis quien con abnegación entrega y profesionalismo supo guiar mi estudio para alcanzar este noble ideal de ser maestra.

Dorys

## INDICE GENERAL DE CONTENIDOS

CONTENIDO	PAGINAS
A.PAGINAS PRELIMINARES	
PÁGINA TITULO PORTADA	
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN.....	ii
AUTORIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	iii
CESION DE DERECHOS DE AUTOR.....	iv
AL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN .....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO .....	vii
INDICE GENERAL DE CONTENIDOS .....	viii
INDICE DE ILUSTRACIONES.....	xii
INDICE DE TABLAS .....	xiii
INDICE DE GRÁFICOS.....	xiv
RESUMEN EJECUTIVO.....	xv
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPITULO I.....	3
EL PROBLEMA .....	3
1.1 TEMA.....	3

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.2.1 CONTEXTUALIZACIÓN.....	3
1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO.....	5
1.2.3 PROGNOSIS.....	7
1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	7
1.2.5 DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE INVESTIGACIÓN.....	8
1.3. JUSTIFICACIÓN.....	9
1.4 OBJETIVOS.....	10
1.4.1 OBJETIVO GENERAL.....	10
1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
CAPITULO II.....	11
MARCO TEÓRICO.....	11
2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS.....	11
2.2 FUNDAMENTACIÓN.....	11
2.2.1. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.....	11
2.2.2. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICAS.....	12
2.2.3. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA.....	12
2.2.4. FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	12
2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES.....	15
CONSTELACIÓN DE IDEAS.....	16
2.3.1 LA ALIMENTACIÓN.....	18
2.3.2 EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE.....	27
2.4 HIPÓTESIS.....	44
2.5 SENALAMIENTO DE VARIABLES.....	45

CAPITULO III .....	46
METODOLOGÍA .....	46
3.1 ENFOQUE.....	46
3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN .....	46
3.3 NIVEL O TIPO DE ESTUDIO.....	46
3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA .....	47
3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	48
3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	50
3.7 PLAN DE PROCESAMIENTO .....	50
CAPITULO IV .....	51
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS .....	51
4.1 ENCUESTA APLICADA A DOCENTES .....	51
4.2 ENTREVISTA APLICADA A ESTUDIANTES.....	61
4.3 VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS .....	71
CAPITULO V.....	74
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	74
5.1 CONCLUSIONES.....	74
5.2 RECOMENDACIONES.....	74
PROPUESTA .....	75
6.1 TITULO.....	75
6.2 OBJETIVO GENERAL.....	75
6.2.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	75
6.3 JUSTIFICACION .....	75
6.5 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA.....	76

6.6 MODELO OPERATIVO .....	85
6.7 EVALUACIÓN.....	86

## INDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 .....	5
Ilustración 2 Categorías Fundamentales .....	15
Ilustración 3 Pirámide alimenticia.....	20
Ilustración 4 V. Independiente .....	48
Ilustración 5 V. Dependiente .....	49

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	51
Tabla 2.....	52
Tabla 3.....	53
Tabla 4.....	54
Tabla 5.....	55
Tabla 6.....	56
Tabla 7.....	57
Tabla 8.....	58
Tabla 9.....	59
Tabla 10.....	60
Tabla 11.....	61
Tabla 12.....	62
Tabla 13.....	63
Tabla 14.....	64
Tabla 15.....	65
Tabla 16.....	66
Tabla 17.....	67
Tabla 18.....	68
Tabla 19.....	69
Tabla 20.....	70

## INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 .....	51
Gráfico 2 .....	52
Gráfico 3 .....	53
Gráfico 4 .....	54
Gráfico 5 .....	55
Gráfico 6 .....	56
Gráfico 7 .....	57
Gráfico 8 .....	58
Gráfico 9 .....	59
Gráfico 10 .....	60
Gráfico 11 .....	61
Gráfico 12 .....	62
Gráfico 13 .....	63
Gráfico 14 .....	64
Gráfico 15 .....	65
Gráfico 16 .....	66
Gráfico 17 .....	67
Gráfico 18 .....	68
Gráfico 19 .....	69
Gráfico 20 .....	70

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO  
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA DE: EDUCACIÓN PARVULARIA  
RESUMEN EJECUTIVO

**TEMA:** “La alimentación y su incidencia en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje de los niños y niñas del Primer Año de Educación Básica del Centro Educativo Monseñor “Lorenzo Voltolini- Uruguay” de la Parroquia Ignacio Flores, Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi”.

Autora: Montaguano Guamangate Dorys Enriqueta.

Tutor: Dr. Mg. Washington Wilfrido Montaña Correa.

El presente trabajo de investigación es producto de la necesidad de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes mediante la alimentación adecuada para lo cual se aplicó instrumentos que recogen información relevante para la comprobación de la hipótesis y el establecimiento de conclusiones y recomendaciones que llevan a proponer soluciones al problema detectado, la misma que permite a las autoridades, docentes y estudiantes reflexionen en el por qué de esta investigación y la factibilidad de la propuesta, es te trabajo se considera significativo al evaluar la alimentación de los estudiantes con la finalidad, de mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje es prioritario la “Aplicación de un taller acerca de alimentación adecuada de los niños/as para mejorar el Proceso de Enseñanza Aprendizaje” la misma que aplicada proporcionará orientación para mejorar la alimentación que actualmente tiene los estudiantes y de esta manera mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes, a demás los docentes encargados de la enseñanza podrán tener en el aula niños/as con interés por aprender es importante además que todos quienes conforman el Centro Educativo estén conscientes de que la alimentación incide en el proceso de enseñanza aprendizaje la teoría planteada contienen información actualizada que guía eficazmente el desarrollo de la temática propuesta y puede servir de fuente de consulta a quien se interese en el tema.

**Descriptores:** La alimentación y Proceso de enseñanza aprendizaje.

**Palabras claves:** Alimentación, proceso, enseñanza, aprendizaje, aplicación, propuesta, evaluar, actividades, taller, orientación, Centro Educativo, conclusiones, recomendaciones.

## INTRODUCCIÓN

El tema a desarrollarse en el presente trabajo de investigación abarca las dos variables que son la variable independiente la alimentación y la variable dependiente Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

El proyecto de Investigación está estructurado de seis capítulos, los mismos que se detallan a continuación:

EL CAPITULO I: El Problema.-Contiene el Planteamiento del Problema, la Contextualización, el Árbol de Problemas, Análisis Crítico, la Prognosis, la Formulación del Problema, las interrogantes de la Investigación, las Delimitaciones, la Justificación y los Objetivos General y Específicos.

EL CAPITULO II: El Marco Teórico.- comprende los Antecedentes de la Investigación, las Fundamentaciones, la Red de Inclusiones, , las Categorías de la Variable Independiente y de la Dependiente, La Formulación de la Hipótesis y el señalamiento de Variables.

EL CAPITULO III: La Metodología.- abarca el Enfoque, la Modalidad de la Investigación, el Nivel o tipo de estudio, la Población y Muestra, la Operacionalización de las dos variables independiente y dependiente, las Técnicas e Instrumentos de investigación, el Plan de Recolección de la Información, la Validez y Confiabilidad, el Plan de Procesamiento de la Información y el Análisis e interpretación de resultados.

CAPITULO IV: Se refiere al Análisis e Interpretación de Resultados de la investigación, el resultado de cada una de las preguntas planteadas en la encuesta,

organizadas en gráficos y cuadros, según el caso, el análisis estadístico facilita la verificación de la hipótesis y la conclusión de resultados.

EL CAPITULO V: Se determina las Conclusiones y Recomendaciones sobre la base del análisis de los resultados de las encuestas y en general de la comprobación de la hipótesis.

EL CAPITULO VI: Consta de la Propuesta, la misma que permite proponer la “Aplicación de un taller acerca de alimentación adecuada de los niños/as para mejorar el Proceso de Enseñanza Aprendizaje” motivo de nuestra investigación.

Se concluye con la bibliografía y los anexos.

## CAPITULO I

### EL PROBLEMA

#### 1.1 TEMA

“La alimentación y su incidencia en el proceso de Enseñanza Aprendizaje de los niños y niñas del primer año de Educación Básica del Centro Educativo Monseñor “Lorenzo Voltolini - Uruguay de la Parroquia Ignacio Flores, Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi”

#### 1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

##### 1.2.1 CONTEXTUALIZACION

La Escuela República Oriental de Uruguay (Hispana) fue creada en el año 1945 y la Escuela Monseñor Lorenzo Voltolini (Bilingüe) fue creada el 20 de octubre de 1995, por estar en la misma comunidad a pocos metros de distancia en el año 2005.

Bajo un convenio se comienza a trabajar de manera unificada las dos escuelas Hispana y Bilingüe, en la actualidad lleva el nombre de Centro Educativo Monseñor Lorenzo Voltolini- Uruguay y se encuentra ubicada en el Cantón Latacunga, Parroquia Ignacio Flores, Comunidad Palopo kilometro 9 vía Loco. Su altitud oscila entre 3 100 y 3 800 m sobre el nivel del mar.

Actualmente cuenta con 7 docentes, 3 con nombramiento y 4 a contrato; es un Centro Educativo Pluridocente, es de tipo Intercultural Bilingüe, de clase común se encuentra dentro de una Parroquia Urbana del Cantón Latacunga pero por las características de la zona es rural porque no dispone de servicios básicos.

El Centro Educativo atiende desde el primero al décimo año de educación básica; su área de influencia está circunscrita a cuatro comunidades: Toavilli, Unabana, Putzalagua y Palopo. Tiene una infraestructura buena acorde a la exigencia del modelo educativo constructivista; con suficientes áreas recreativas, hay apoyo del desayuno escolar, carece de baños higiénicos.

La comunidad de Palopo donde se asienta el Centro Educativo Monseñor Lorenzo Voltolini- Uruguay, cuenta con un 99% de población indígena campesina dedicada básicamente a las tareas agrícolas, (el mono cultivo de papas, cebada y habas) y pecuarias (producción lechera a baja escala y crianza de pequeños animales) las comunidades se encuentran ubicadas entre el nivel bajo y muy bajo que se considera preocupante.

## 1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO

### ÁRBOL DE PROBLEMAS

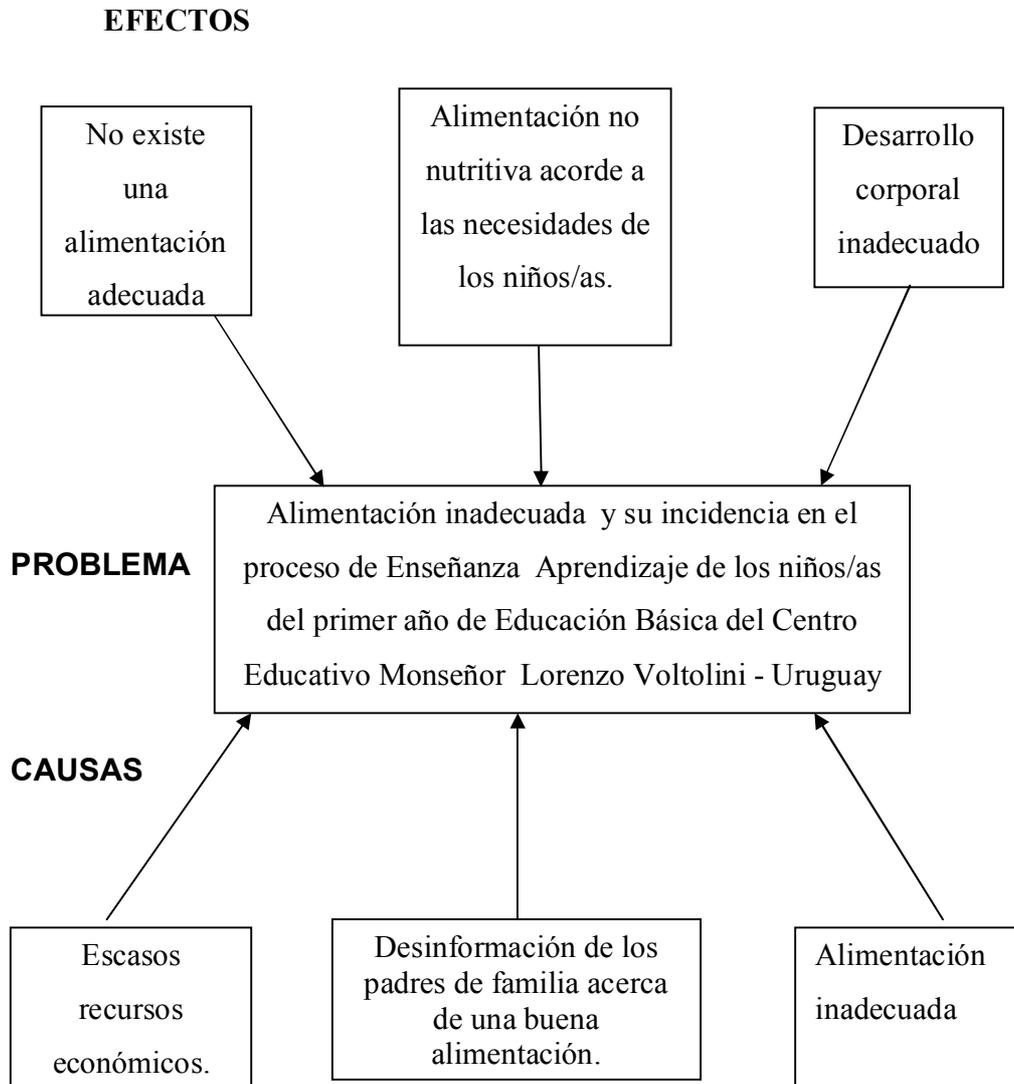


Ilustración 1  
Elaborado por: Dorys Montaguano

La alimentación inadecuada que tiene la gente del campo influye en la nutrición de los niños y niñas, ya que se lo hace a destiempo, no hay una correcta dieta alimentaria, ni selección de alimentos, como tampoco las normas de aseo que se imponen para alcanzar niveles nutritivos aceptables. Entonces se hace necesario socializar la importancia de la alimentación para el desarrollo corporal de los niños y niñas y mejorar su nivel intelectual para que atiendan y participen en clases.

Los escasos recursos económicos en los hogares que se logran generar por los eventuales trabajos, no permiten que los padres puedan comprar o adquirir los alimentos indispensables para que los niños tengan una adecuada alimentación. A esto se suma la falta de información que los padres deben tener acerca de una correcta alimentación y que las consecuencias de esta ignorancia, recaen en el deficiente crecimiento y desarrollo de la masa muscular, además que inciden directamente en la salud, educación y desarrollo psicológico; factor que tiene mayor incidencia en los niños y niñas de edad preescolar, los que deben tener una dieta acorde al favorecimiento de su etapa de crecimiento.

A la larga, los problemas de alimentación provocan en los niños problemas en su capacidad mental, hay un lento proceso de asimilación de conocimientos, cálculo mental, ubicación espacial y otras que se vivencia en el proceso de enseñanza aprendizaje, siendo muy notorio el desinterés por el aprendizaje, la falta de actividad motora y desinterés por ser parte de un grupo social que generan problemas al desarrollar ciertas habilidades mentales básicas y de relación social.

Estos son algunos lineamientos que permiten investigar y analizar la problemática detectada, cuya finalidad es la contribución a encontrar alternativas que mitiguen estos inconvenientes en la escuela, dándoles la posibilidad de tener un ambiente agradable y didácticamente aceptable.

### 1.2.3 PROGNOSIS

Si se continúa con este problema de la alimentación inadecuada de los niños/as se verán afectados en el proceso de enseñanza de aprendizaje, salud, crecimiento, no podrán desarrollar sus habilidades y capacidades, ya que los niños que no son bien alimentados tienen un rendimiento escolar menor, en el aprendizaje.

Si solucionamos este problema a tiempo los estudiantes tendrá un buen desarrollo cognitivo en sus capacidades y habilidades le permitirá un mejor desenvolvimiento académico y una pertinencia social que le ayudará en su vida social, le sirve de gran ayuda para el desarrollo integral del niño.

### 1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿De qué manera incide la alimentación en el proceso de Enseñanza Aprendizaje de los niños y niñas del primer año de Educación Básica del Centro Educativo Monseñor “Lorenzo Voltolini – Uruguay” de la Parroquia Ignacio Flores, Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi?

### 1.2.5. INTERROGANTES.

- ❖ ¿Cuáles son las causas que provocan la alimentación inadecuada?
- ❖ ¿Cómo incide la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas?
- ❖ ¿Cómo orientar el proceso de enseñanza –aprendizaje en la educación para mejorar la alimentación?
- ❖ ¿El dar un taller acerca de la alimentación nutritiva mejorara el proceso de enseñanza aprendizaje?

- ❖ ¿Considera la alimentación contribuye al proceso de enseñanza aprendizaje de los niños/as?
- ❖ ¿Los malos hábitos alimentarios en los niños/as obstruyen el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ ¿Considera que la ausencia de nutrientes en la alimentación diaria de los niños/as detienen el proceso de enseñanza aprendizaje.

#### 1.2.5 DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE INVESTIGACIÓN

Delimitación Espacial: La presente investigación se llevó a cabo en el Centro Educativo Mons. Lorenzo Voltolini-Uruguay, con los estudiantes del Primer Año de Educación Básica.

Delimitación Temporal: Se realizó en el año lectivo 2010-2011

Campo: Educativo

Área: Nutrición

Problema: Alimentación inadecuada y su incidencia en el proceso de Enseñanza Aprendizaje de los niños y niñas del primer año de Educación Básica del Centro Educativo Monseñor Lorenzo Voltolini - Uruguay de la Parroquia Ignacio Flores, Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi.

Las categorías Conceptuales a investigarse son: La alimentación y Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

### 1.3. JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tiene el propósito de determinar la incidencia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas, considerado que esta investigación es novedosa e importante porque permitirá mejorar la calidad alimenticia de los niños/as, y esto a la vez ayudará en el proceso de enseñanza aprendizaje, porque se satisface una necesidad imperiosa y vital.

Este proyecto tiene un gran impacto social en el medio que se va a poner en práctica ya que nos ayudara a concientizar a los niños/as, padres de familia acerca de una alimentación adecuada, que ayude a desarrollar sus capacidades y habilidades.

La investigación es factible realizar por contar con el apoyo de las autoridades, docentes, niños y padres de familia, y que no existirá dificultad alguna en la recopilación de información de datos y sistematización de la misma, la que es necesario erradicar la mala alimentación.

Los principales beneficiarios directos en esta investigación, serán los niños/as, del primer año de educación básica por que podrán tener una mejor alimentación nutritiva. No olvidemos que existe un vínculo entre educación y alimentación, especialmente la educación como indicador del desarrollo humano. La alimentación y la educación hacen que los niños mejoren su capacidad para aprender.

Este problema requiere pronta atención para ayudar a los niños/as en el proceso de enseñanza aprendizaje y en su rendimiento, estabilidad escolar; caso contrario tendremos una generación sin condiciones físicas ni mentales para participar en el cambio y la transformación de la educación que posibiliten mejorar su nivel de vida.

## 1.4 OBJETIVOS

### 1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la incidencia de la alimentación correcta tendiente a mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas del Centro Educativo Monseñor Lorenzo Voltolini – Uruguay.

### 1.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ❖ Diagnosticar el tipo alimentación diaria que consumen los niños y niñas en su hogar.
- ❖ Identificar la importancia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ Organizar talleres de capacitación que permitan mejorar la alimentación de los niños/as.

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

Se ha investigado que en la Universidad Técnica de Ambato, en la Facultad de Ciencias Humanas y de Educación si existen investigaciones similares que han sido realizados por distintas personas, lo que me servirá como ejemplo para el desarrollo del trabajo de investigación, desde luego no se ha tomado como base para el marco teórico y solamente servirá como ejemplo.

Esta investigación está inmersa en el campo salud y el área nutrición, además cuenta con la colaboración directa y decidida de las autoridades y docentes de la institución.

Así como también existe información científica suficiente en las bibliotecas de la ciudad y en el internet, todo esto me conlleva a que el proyecto va ser factible realizarlo. Por lo tanto lo antes expuesto sirve como base para nuestra investigación y de igual forma podemos contribuir para mejorar esta tipo de propuesta.

#### 2.2 FUNDAMENTACIÓN

##### 2.2.1. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

El presente trabajo de investigación se fundamento en el paradigma constructivista, ya que el niño va construyendo su propio conocimiento, a través de

sus propias experiencias, porque la investigación se proyecta a realizar un análisis crítico y a organizar una propuesta de solución.

#### 2.2.2. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICAS

En la investigación se sostiene que conocer es transformar, ciencia es un conjunto de conocimientos sistematizados, siempre y cuando este conocimiento sirva para transformar positivamente a la sociedad. El conocimiento que se requiere proporcionar a los estudiantes se va enfocar en la innovación y capacidad, respecto a la práctica de la enseñanza.

#### 2.2.3. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA

Considerando que en la actualidad la sociedad ecuatoriana sufre el deterioro de los valores, la educación en su filosofía debe fomentar y cultivar los mismos: la solidaridad, respeto, justicia, libertad, amor, honestidad, disciplina, responsabilidad, puntualidad, gratitud, compañerismo, etc. que se conviertan en formas de conducta; permitiendo al ser humano “ser” el ente de cambio y transformación social. Frondizi, Risieri (1992)

#### 2.2.4. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

En la Constitución de la República del Ecuador Capítulo segundo Derechos del buen vivir, Sección primera agua y alimentación en el artículo 13 dice:

Art. 13 las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a los alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con diversas entidades y tradiciones culturales.

El estado Ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

### Capítulo tercero

Art.281.- La soberanía alimentaria constituye un objetivo estratégico y una obligación del estado para garantizar que las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades alcancen la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiados de forma permanente.

Para ello, será responsabilidad del estado:

1.- Impulsar la producción, transformación agroalimenticia y pesquera de las pequeñas unidades de producción, comunitarias y de la economía social y solidaria.

2.- Adoptar políticas fiscales, tributarias y arancelarias que protegen el sector agroalimenticia y pesquera nacional, para evitar la dependencia importación de alimentos.

3.- Generar sistemas justos y solidarios de distribución y comercialización de alimentos. Impedir prácticas monopólicas y cualquier tipo de especulación con productos alimenticios.

4.- Adquirir alimentos y materias primas para programas sociales y alimenticios, prioritariamente de redes asociativas de pequeños productores y productoras.

En el código de la niñez y de la adolescencia del título V en el artículo 126 se refiere al ámbito y relación de las normas de otros cuerpos legales el presenta código regula el derecho de alimentos de los niño, niñas, adolescentes y los adultos que se señalan en el artículo 128. En lo que respecta a las demás personas que gozan de este derecho, de aplicar las disposiciones sobre alimentos del Código Civil.

Art. 127.- Naturaleza y caracteres.- Este derecho nace como efecto de la relación aparento – filial, mira el orden público y es intransferible, intrasmisible, irrenunciable, imprescriptible y no admite compensación. En la parte anterior no se aplica pensiones de alimentos que han sido fijada y de encuentran adeudados.

Art. 29.- Obligados a la prestación de alimentos.- Están obligados a prestar alimentos para cubrir las necesidades de las personas mencionadas en el articulo anterior en su orden.

Art. 40.- Obligaciones de los pagadores.- Si el obligado el pago de la prestación de alimentos goza de remuneración u honorarios periódicos como empleado, obrero, jubilado, retirado o cualquier otra causa, la resolución que fije la pensión de alimentos se notificara al pagador quien remitirá al respectivo del juzgado la pensión decretada.

Art. 147.- Extinción del derecho.- El derecho para reclamar y percibir alimentos de extingue por cualquier causa.

- 1.- Por la muerte de titular del derecho;
- 2.- Por la muerte de todos los obligados al pago:
- 3.- Por haber cumplido 18 o 21 años de edad el titular del derecho, según lo dispuesto en los numerales 1 y 2 del artículo 128 con la salvedad expuesta en el numeral 3 del artículo.
- 4.- Por haber desaparecido las condiciones físicas y mentales que justificaban los alimentos a favor del adulto.

## 2.3 CATEGORIAS FUNDAMENTALES

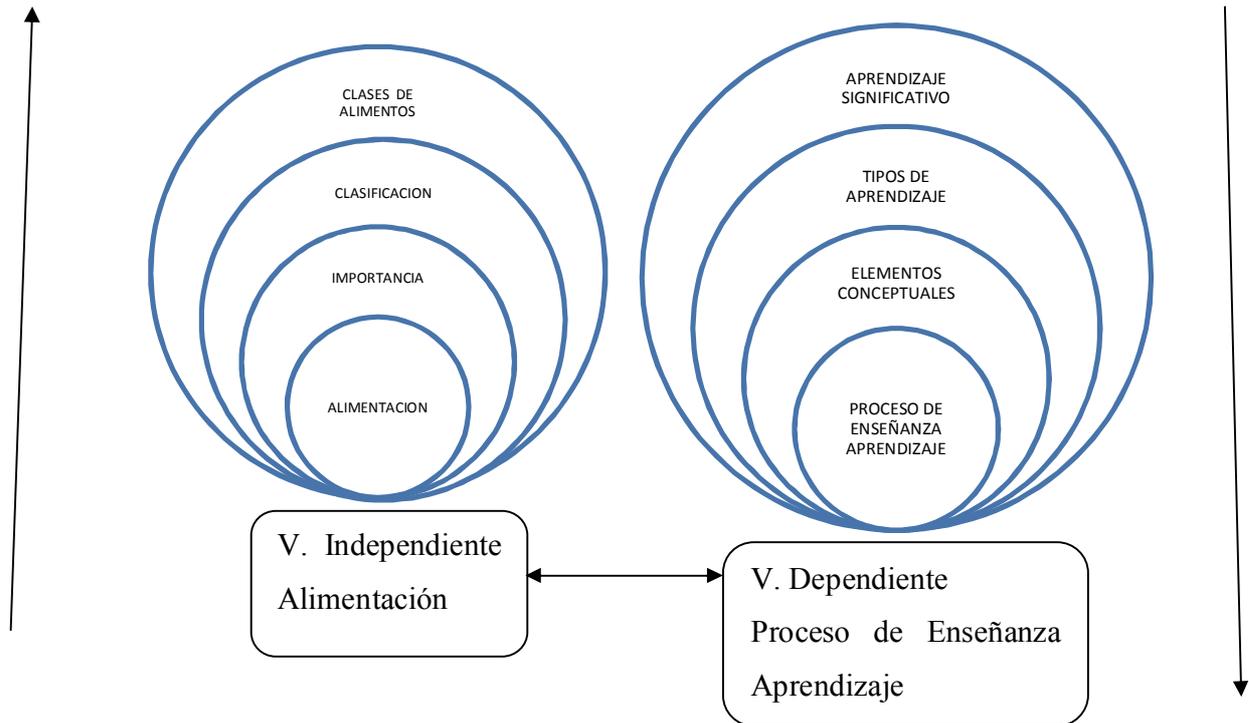
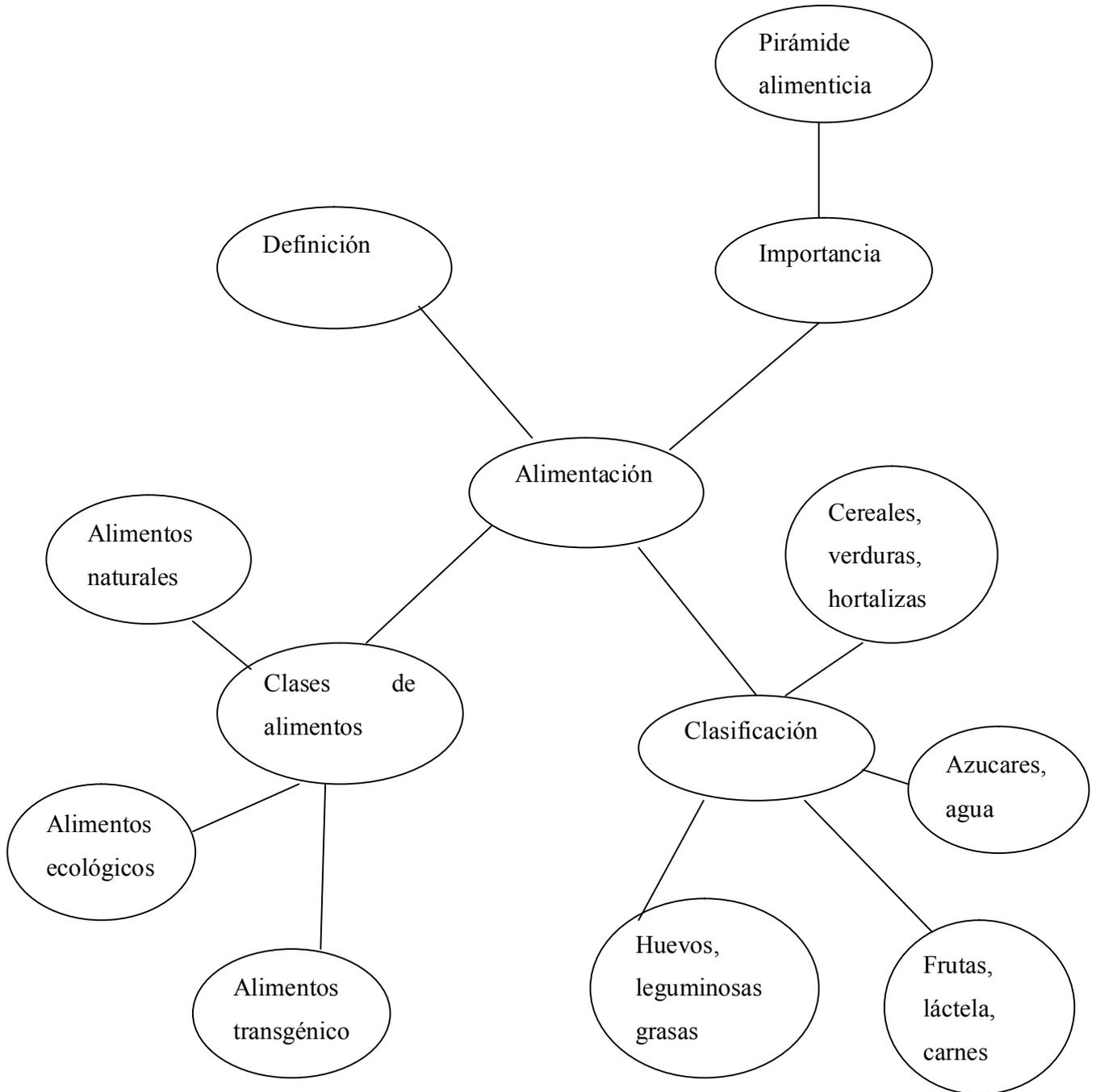
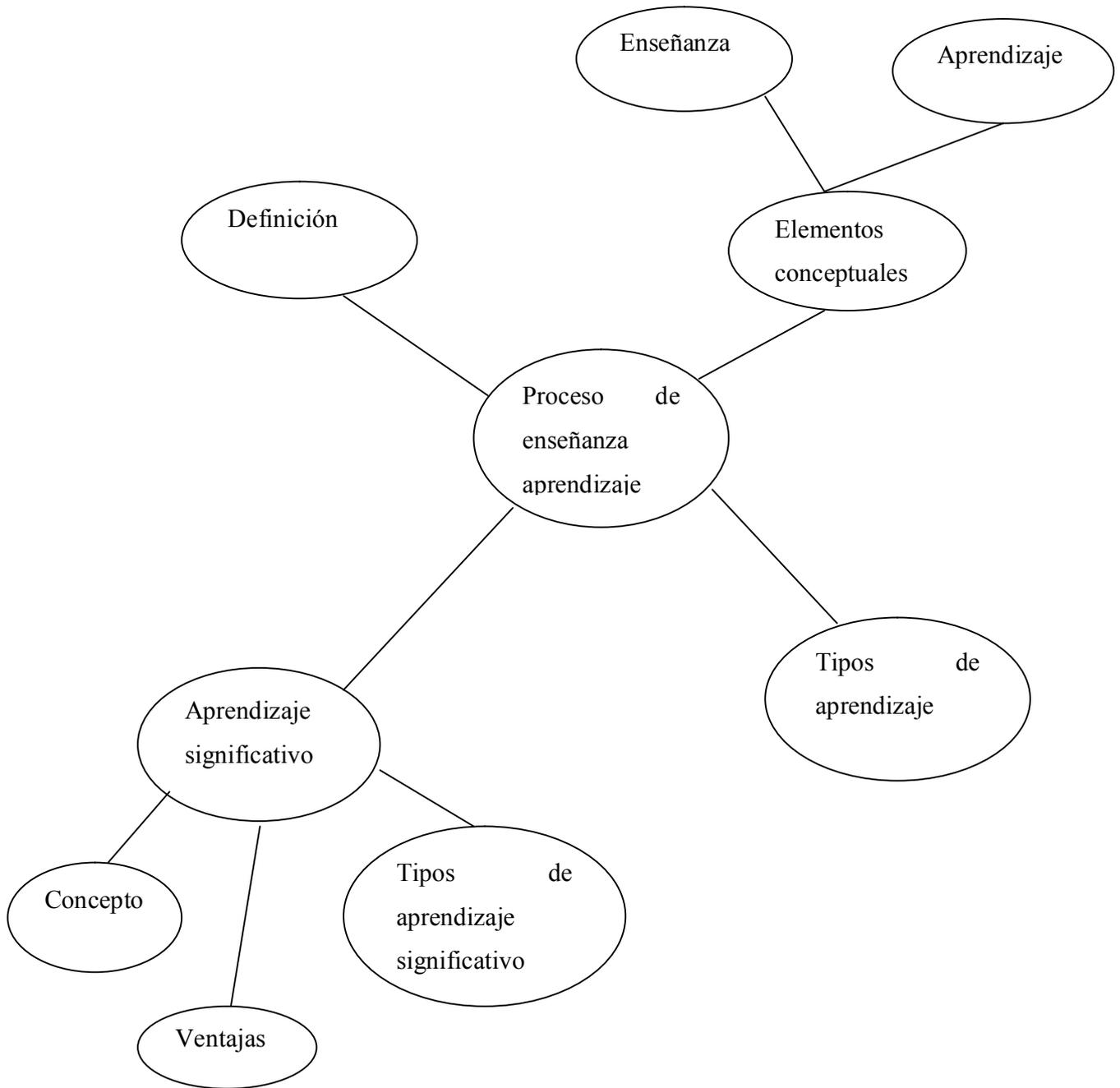


Ilustración 2 Categorías Fundamentales

Elaborado por: Dorys Montaguano

CONSTELACIÓN DE IDEAS





### 2.3.1 LA ALIMENTACIÓN

#### Definición

“Es el proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir.”

“La alimentación es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Abarca la selección de alimentos, su cocinado y su ingestión. Depende de las necesidades individuales, disponibilidad de alimentos, cultura, religión, situación socioeconómica, aspectos psicológicos, publicidad, moda”

La alimentación, tiene que ser una de las principales preocupaciones del ser humano, de la alimentación, dependerá en gran medida, que el ser humano lleve una vida saludable.

“La alimentación debe ser, por sobre todas las cosas, balanceada. No hay que ingerir un solo grupo de comidas, ni tampoco, exagerar en la ingesta de un tipo de alimento. Por lo mismo se dijo, que hay que mantener siempre, una alimentación balanceada. El hombre no vive para comer, sino que come, para vivir”.

Los hábitos dentro de la alimentación, deben ser generados desde que la persona es muy pequeña. En los niños hay que trabajar la alimentación. Ya que cuando se es adulto, es muy difícil lograr un cambio en las costumbres de alimentación, que tenga aquella persona. Con el tema de los niños, es más que nada, ya que cuando se es pequeño, se van creando las células adiposas. Con son las que van a ir acumulando grasa durante nuestro trayecto por la vida. Y entre más grandes sean cuando uno es pequeño, más probabilidad de ser obeso, tendrá uno de ser cuando adulto. Por lo mismo, dentro de la alimentación de un niño, se debe

incorporar todo tipo de alimento, a excepción de las grasas y los azúcares.  
<http://es.wikipedia.org/wiki/Alimentaci%C3%B3n>

## IMPORTANCIA

La alimentación adecuada es aquella que cumple con las necesidades específicas del comensal de acuerdo a su edad, promueve en el niño y en el adolescente el crecimiento y desarrollo adecuados, y en los adultos y ancianos permite conservar o alcanzar el peso esperado para la talla y previene el desarrollo de enfermedades que se presentan por deficiencia o por exceso de nutrientes. La alimentación correcta permite a las personas gozar de un pleno bienestar biológico, psicológico y social.

La alimentación es base, para poder llegar de la mejor forma, cuando uno sea un adulto mayor. Comúnmente, aquellas personas que no cuidaron su alimentación al momento de ser jóvenes, llegan muy mal a su vejez. Con varios problemas en el organismo y un sobrepeso, que dificulta, su ya complejo vivir.

## LA PIRÁMIDE ALIMENTICIA

La pirámide alimentaria es una guía de lo que debe consumir diariamente para obtener los nutrientes que el cuerpo necesita. Para su interpretación se entiende que los alimentos dispuestos en la cima o vértice superior son los que deben consumirse en menor cantidad y los que están cerca de la base son los que se deben comer con mayor frecuencia y en cantidades mayores, incluyendo las calorías que aportan.

La pirámide estaba estructurada horizontalmente según la clasificación de los alimentos en los siguientes grupos:

- ❖ Cereales y derivados (en la base de la pirámide).
- ❖ Verduras y hortalizas.
- ❖ Frutas frescas.
- ❖ Leche y sus derivados.
- ❖ Carnes, pescados, huevos y legumbres secas.
- ❖ Azúcares y grasas (en la cúspide de la pirámide).

Debemos comer más los alimentos de la parte inferior de la pirámide, porque es más sana y nutritiva, dejando para raras excepciones las grasas, aceites y los dulces. <http://www.sanopordentro.com/piramide-alimenticia.html>

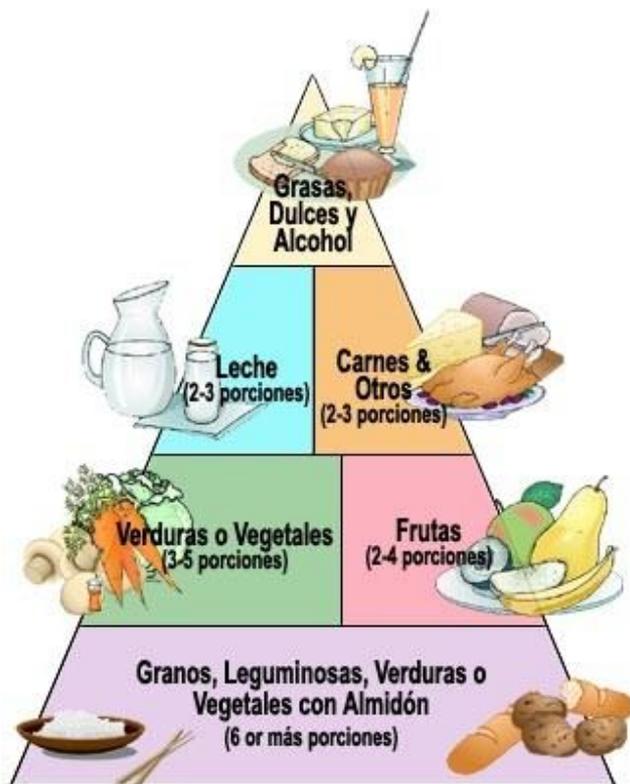


Ilustración 3 Pirámide alimenticia

## ¿QUÉ SON ALIMENTOS?

Los alimentos aportan sustancias que denominamos nutrientes, que necesitamos para el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades.

“Los alimentos son definidos como productos o sustancias de origen animal o vegetal, que se ingieren habitualmente por vía oral, contiene nutrientes, que sirve para formar tejidos, suministrar energía y mantener la vida.”CUADRADO flor y otros Ecuador (2008).

## CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Cereales, tubérculos, plátanos y derivados.
2. Verduras y Hortalizas.
3. Frutas.
4. Lácteos, leche y derivados.
5. Carnes, aves, pescado y mariscos.
6. Huevos.
7. Leguminosas.
8. Grasas y aceites.
9. Azúcares.
10. Agua.

1. Cereales, legumbres y patatas (hidratos de carbono).

Los cereales son frutos maduros y desecados y sus derivados contienen cantidades elevadas de almidón y proteínas. Son aconsejables excepto en el caso de obesidad. Los cereales integrales contienen además celulosa que facilita el tránsito intestinal y vitamina B1.

Las legumbres son nutritivamente parecidas a los cereales pero contienen más hierro y proteínas. La cantidad de nutrientes de las patatas es inferior.

## 2. frutas y verduras.

Son alimentos de gran riqueza en vitaminas y minerales. Las frutas contienen gran cantidad de vitaminas y muchas de ellas aportan pectina, otra fibra vegetal útil para el organismo. Debe tomarse fruta una o dos veces al día, además son ricas en antioxidante como las vitaminas A y C.

Las verduras son ricas en vitaminas, hierro y minerales y fibra insoluble, tanto si se toman hervidas como fritas, de este grupo se recomienda incluir por lo menos dos raciones en cada una de las comidas, los vegetales de color verde intenso y amarillo al igual que las frutas, contienen Betacarotenos que son sustancias precursoras de vitamina A y que al ser ingeridos, en el organismo se transforman en vitamina A.

## 3. Lácteos, leche y derivados.

La leche de vaca es uno de los alimentos más completos ya que en su composición entran prácticamente todos los nutrientes.

Además son fuentes de minerales como el calcio, fósforo, magnesio indispensable para que huesos crezcan fuertes y los dientes se mantengan sanos y firmes; también es una fuente de vitamina A.

## 4. Carne, pescado y huevos (proteínas).

Todos estos alimentos son ricos en proteínas. Los distintos tipos de carne y pescado tienen un valor nutritivo parecido. Así un huevo contiene 6 gramos de proteínas que es el contenido proteico de 30 gramos de carne. En la dieta mediterránea se consume más el pescado que la carne.

## 5. Aceites, margarinas, manteca y alimentos embutidos derivados del cerdo.

Los alimentos de este grupo están constituidos mayoritariamente por grasas, llevan mucha energía y son indicados para las personas que realizan trabajos físicamente duros. Tomarlos en exceso puede ser peligroso para el cuerpo.

Los frutos secos como las avellanas, las almendras, las nueces, etc. Tienen un alto contenido en aceites, es decir, en lípidos, y a la vez de proteínas.

## 6. Agua

El agua es la única bebida necesaria para el organismo. Sin el agua no podemos vivir; sin alimentos podemos vivir unos días, pero sin agua, no. Tres cuartas partes de nuestro cuerpo es agua. Es necesario beber por tanto litro y medio cada día; el resto nos llega a través de los alimentos.

El agua realiza estas funciones:

- ❖ Ayuda a realizar la digestión, circulación, absorción de los alimentos, metabolismo, excreción del sudor, la orina.
- ❖ Regula la temperatura de nuestro cuerpo.
- ❖ Sirve para filtrar la sangre en los riñones (A través del sudor, respiración y heces se pierde al día dos litros diarios.).
- ❖ Las personas adultas pueden beber vino, con moderación, durante las comidas. Las bebidas estimulantes como el café, el té, la cola contienen xantinas que pueden producir insomnios y alteraciones en el crecimiento y en la utilización nutritiva de algunos nutrientes ( proteínas, calcio).
- ❖ Las bebidas refrescantes tomadas en grandes cantidades pueden ser perjudiciales debido a que contienen mucho azúcar o edulcorantes.

<http://olmo.pntic.mec.es/~rjid0000/clasificacion.htm>

## **B. Las Vitaminas**

Son sustancias presentes en los alimentos absolutamente necesarias, en cantidades mínimas, para el correcto funcionamiento del organismo. La carencia de alguna de ellas puede ocasionar graves trastornos e incluso la muerte.

Las vitaminas se pueden destruir por las siguientes causas:

- ❖ Hervir excesivamente los alimentos. Se pierde por el calor y por su contacto intenso con el oxígeno o pasando al agua en su calidad de hidrosoluble.
- ❖ Por ciertos factores atmosféricos: luz, humedad, aire.
- ❖ La acción de algunos microorganismos.

### C. Los minerales

Las sales minerales son muy importantes ya que el 4% de los tejidos humanos es material mineral, pueden ser:

- ❖ Macro elementos o mayoritarios (calcio, sodio, magnesio, fósforo).
- ❖ Oligoelementos porque están en pequeñas cantidades (yodo, hierro, zinc, selenio).
- ❖ Las sales minerales son importantes por:
- ❖ Regula muchos procesos químicos.
- ❖ Participan en la construcción de tejidos (azufre, magnesio)
- ❖ Equilibra el volumen de agua y sangre (sodio, potasio)
- ❖ Regulan el tono muscular.
- ❖ Participa en la elaboración de síntesis de hormonas (zinc en la insulina y el yodo en la tiroides)

### Alimentos que contienen sales y minerales

- ❖ El fósforo se encuentra en la leche, pescado, queso, marisco, frutos secos y cereales integrales.
- ❖ El sodio en la sal de mesa, conservas, anchoas enlatadas.
- ❖ El magnesio en los cereales integrales, legumbres, frutos secos, verduras, higos secos.
- ❖ El yodo se encuentra en la sal yodada, las algas, el pescado y el marisco.

- ❖ El hierro en la yema del huevo, carne, sardinas, verduras, legumbres.
- ❖ El potasio en la fruta fresca, las patatas, cítricos.
- ❖ El calcio en la leche, lácteos, sardinas y verduras.

Los alimentos según las necesidades

- ❖ Alimentos para crecer: carne, pescado, legumbres y huevos (proteínas)
- ❖ Alimentos ricos en vitaminas: frutas y verduras.
- ❖ Alimentos con energía: pasta, pan, arroz y dulces.
- ❖ Alimentos para fortalecer huesos y músculos: la leche y derivados.

## CLASES DE ALIMENTOS

### A. Alimentos naturales

Los alimentos naturales son todos aquellos que han pasado por un proceso de crecimiento y desarrollo natural. Han sido cultivados y criados en un entorno idóneo y han recibido los cuidados necesarios para evitar enfermedades, plagas u otras adversidades aunque eso conlleve utilizar algunos pesticidas o sustancias químicas. Actualmente existen una gran variedad de procesos para cultivar todo tipo de vegetales, frutas y criar una gran variedad de animales.

### B. Alimentos ecológicos

Es fácil confundir el concepto ecológico (biológico u orgánico) con el concepto de natural aunque pueden diferenciarse claramente por el hecho que a diferencia de los alimentos naturales, los alimentos ecológicos se desarrollan promoviendo una mejora de la salud del sistema agrario, teniendo en cuenta la posible diversidad de especies, los ciclos biológicos y las características del suelo.

Esto requiere la utilización de fertilizantes y pesticidas naturales en vez de sintéticos y evitar todo tipo de alteración genética o química como pasa en los alimentos transgénicos, de la misma forma que los métodos de cultivo que se utilizan deben ser agronómicos, biológicos o mecánicos por tal de respetar la calidad, procedencia y entorno de dichos alimentos. Es por esto que se considera que los alimentos biológicos contribuyen en un sistema de producción que respeta tanto la salud de los consumidores, de los productos, como el entorno en los que estos se desarrollan, disminuyendo la contaminación de los suelos, de las aguas y aumentando la sostenibilidad del sistema agroalimentario.

A diferencia de los productos convencionales o de los productos transgénicos, el envasado y etiquetado de los alimentos ecológicos indican la procedencia y el tipo de cultivo a lo que han estado sometidos estos productos.

### C. Alimentos transgénicos

Un alimento transgénico es el resultado de un proceso de ingeniería genética en el cual un organismo es modificado a través de la incorporación de genes de distintas especies con el fin de engendrar y desarrollar nuevas características en el organismo para que este sea más resistente a los herbicidas, a las plagas y a las adversidades del clima y del entorno.

El avance científico que representa la transgénesis de algunos alimentos es muy grande ya que cambia por completo los procesos y hábitos agrícolas así como en otras especialidades como la medicina, obteniendo como resultado especies que contienen genes de otras especies distintas o incluso de otros animales y vegetales en una franja de tiempo mucha más reducida que la que se necesita en un proceso natural. Este reciente proceso de la industria genética implica la utilización de genes clínicamente manipulados para mutar los alimentos haciendo en contra de los procesos naturales. Los resultados de las pruebas llevadas a cabo y las hipótesis que plantea

dicho experimento pone en duda la confianza de gran parte de la población ya que se desconoce los efectos que pueden tener en la población, el consumo de alimentos transgénicos a los cuales se les han manipulado los genes y alterado el organismo, de la misma forma que se desconoce hasta que punto un alimento transgénico puede afectar al medio ambiente.<http://www.slideshare.net/aruiaruiz/los-tipos-de-alimentos-2530528>

## IMPORTANCIA DEL DESAYUNO

“El desayuno es la primera comida del día, muy importante para los niños ya que aporta con la energía y nutrientes necesarios para que el niño desarrolle sus actividades escolares. El desayuno contribuye a un mejor rendimiento intelectual y físico, estimulando sus capacidades intelectuales relacionadas con los procesos de aprendizaje. Cuando los niños no desayunan puede haber una disminución de las capacidades cognitivas, de aprendizaje y desarrollan hábitos alimentarios incorrectos que puedan durar toda la vida y favorecer la malnutrición por déficit (desnutrición); o por exceso (sobrepeso y obesidad). Esto debido a que al omitir el desayuno ingieren bocadillos continuamente y generalmente sus meriendas son excesivas”. CUADRADO flor y otros, Quito –Ecuador (2008).

### 2.3.2 EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE

“Enseñanza y aprendizaje forma parte de un único proceso que tiene como fin la formación del estudiante. En esta sección se describe dicho proceso apoyándonos en la referencia encontrada en el capítulo HERNANDES (1989)”.

Esto implica que hay un sujeto que conoce (el que puede enseñar), y otro que desconoce (el que puede aprender). El que puede enseñar, quiere enseñar y sabe

enseñar (el profesor); el que puede aprender quiere y sabe aprender (el estudiante). A existir pues una disposición por parte del estudiante y profesor.

“El proceso enseñanza aprendizaje constituye un verdadero par dialéctico en el cual el primer componente debe organizarse y desarrollarse de manera tal que facilite la apropiación del conocimiento de la realidad objetiva que, en su interacción con un sustrato material neuronal, asentado en el subsistema nervioso central del individuo, permitirá que en el menor tiempo y con el mayor grado de eficiencia y eficacia posibles, el establecimiento de los engramas sensoriales, aspectos intelectivos y motores necesarios para que el reflejo se materialice y concrete.”

El proceso de enseñanza produce un conjunto de transformaciones sistemáticas en los individuos, una serie de cambios graduales cuyas etapas se suceden en orden ascendente. Es, por tanto, un proceso progresivo, dinámico y transformador.

Como consecuencia del proceso de enseñanza, ocurren cambios sucesivos e ininterrumpidos en la actividad cognoscitiva del individuo. Con la ayuda del maestro o profesor, que dirige su actividad conductora u orientadora hacia el dominio de los conocimientos, así como a la formación de habilidades y hábitos acordes con su concepción científica del mundo, el estudiante adquiere una visión sobre la realidad material y social; ello implica necesariamente una transformación escalonada de la personalidad del individuo.

“Todo proceso de enseñanza científica es un motor impulsor del desarrollo que, consecuentemente, y en un mecanismo de retroalimentación positiva, favorecerá su propio progreso en el futuro, en el instante en que las exigencias aparecidas se encuentren en la llamada "zona de desarrollo próximo" del individuo al que se enseña. Este proceso de enseñanza científica deviene en una poderosa fuerza de

desarrollo, que promueve la apropiación del conocimiento necesario para asegurar la transformación continua y sostenible del entorno del individuo en aras de su propio beneficio como ente biológico y de la colectividad de la cual es un componente inseparable”.

La enseñanza se ha de considerar estrecha e inseparablemente vinculada a la educación y, por lo tanto, a la formación de una concepción determinada del mundo y también de la vida.

No debe olvidarse que los contenidos de la propia enseñanza determinan, en gran medida, su efecto educativo; que la enseñanza está de manera necesaria, sujeta a los cambios condicionados por el desarrollo histórico-social, a las necesidades materiales y espirituales de las colectividades; que su objetivo supremo ha de ser siempre tratar de alcanzar el dominio de todos los conocimientos acumulados por la experiencia cultural.

El proceso enseñanza aprendizaje como proceso consiente, organizado y dialéctico de apropiación de los contenidos y las formas de conocer, hacer, vivir y ser, en el cual se producen cambios que le permiten adaptarse a la realidad, transformarla y crecer como personalidad.

## ELEMENTOS CONCEPTUALES BÁSICOS DEL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Se estudia la unidad didáctica del proceso enseñanza aprendizaje, donde la primera, con todos sus componentes, debe considerarse como un sistema estrechamente vinculado con la actividad práctica del hombre, que en última instancia, condiciona sus posibilidades de conocer, comprender y transformar la realidad objetiva. Se exponen algunos elementos conceptuales básicos relacionados

con el aprendizaje, un proceso de naturaleza compleja, cuya esencia es la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades o capacidades. Se tratan las concepciones neurofisiológicas relacionadas con el aprendizaje, con un desarrollado espectacular en los últimos años, y en las que se establece que el comportamiento del cerebro del individuo está indisolublemente ligado a su estilo de aprendizaje y que, según la forma del funcionamiento o estado fisiológico del cerebro y del subsistema nervioso central en general, así serán las características, particularidades.

#### A. LA ENSEÑANZA

“El propósito esencial de la enseñanza es la transmisión de información mediante la comunicación directa o soportada en medios auxiliares, que presentan un mayor o menor grado de complejidad y costo. Como resultado de su acción, debe quedar una huella en el individuo, un reflejo de la realidad objetiva, del mundo circundante que, en forma de conocimiento, habilidades y capacidades, le permitan enfrentarse a situaciones nuevas con una actitud creadora, adaptativa y de apropiación”.

El proceso de enseñanza produce un conjunto de transformaciones sistemáticas en los individuos, una serie de cambios graduales cuyas etapas se suceden en orden ascendente. Es, por tanto, un proceso progresivo, dinámico y transformador.

En la enseñanza se sintetizan conocimientos. Se va desde el no saber hasta el saber; desde el saber imperfecto, inacabado e insuficiente hasta el saber perfeccionado, suficiente y que, sin llegar a ser del todo perfecto, se acerca a la realidad.

La enseñanza se propone reunir los hechos, clasificarlos, compararlos y descubrir sus regularidades, sus necesarias interdependencias, tanto las de carácter general como las internas.

La enseñanza se ha de considerar estrecha e inseparablemente vinculada a la educación y, por lo tanto, a la formación de una concepción determinada del mundo y también de la vida.

No debe olvidarse que los contenidos de la propia enseñanza determinan, en gran medida, su efecto educativo; que la enseñanza está de manera necesaria, sujeta a los cambios condicionados por el desarrollo histórico-social, a las necesidades materiales y espirituales de las colectividades; que su objetivo supremo ha de ser siempre tratar de alcanzar el dominio de todos los conocimientos acumulados por la experiencia cultural.

“La enseñanza existe para el aprendizaje; sin ella, este no se alcanza en la medida y cualidad requeridas; mediante ella, el aprendizaje estimula. Así, estos dos aspectos, integrantes de un mismo proceso, de enseñanza-aprendizaje, conservan, cada uno por separado sus particularidades y peculiaridades, al tiempo que conforman una unidad entre la función orientadora del maestro o profesor y la actividad del educando”.

“La enseñanza es siempre un complejo proceso dialéctico y su evolución está condicionada por las contradicciones internas, que constituyen y devienen en indetenibles fuerzas motrices de su propio desarrollo, regido por leyes objetivas y las condiciones fundamentales que hacen posible su concreción.”

“El proceso de enseñanza, con todos sus componentes asociados, debe considerarse como un sistema estrechamente vinculado con la actividad práctica del

hombre, que en definitiva, condiciona sus posibilidades de conocer, comprender y transformar la realidad que lo circunda. Dicho proceso se perfecciona constantemente como una consecuencia obligada del quehacer cognoscitivo del hombre, con respecto al cual debe organizarse y dirigirse. En esencia, tal quehacer consiste en la actividad dirigida al proceso de obtención de los conocimientos y a su aplicación creadora en la práctica social.”

“La enseñanza tiene un punto de partida y una premisa pedagógica general en sus objetivos. Ellos determinan los contenidos, los métodos y las formas organizativas de su desarrollo, en correspondencia con las transformaciones planificadas que se desean generar en el individuo que recibe la enseñanza. Tales objetivos sirven, además, para orientar el trabajo, tanto de los maestros como de los educandos en el proceso de enseñanza, y constituyen, al mismo tiempo, un indicador de primera clase para evaluar la eficacia de la enseñanza.”

No es sólo el comportamiento y el aprendizaje una mera consecuencia de los estímulos ambientales incidentes sino también el fruto de su reflejo por una estructura material y neuronal que resulta preparada o pre acondicionado por factores como el estado emocional y los intereses o motivaciones particulares. Se insiste, una vez más, que el aprendizaje emerge o resulta una consecuencia de la interacción, en un tiempo y en un espacio concretos, de todos los factores que muy bien pudiéramos considerar causales o determinantes, de manera dialéctica y necesaria.

### C.- EL APRENDIZAJE

El aprendizaje es un cambio en la conducta relativamente permanente, que ocurre como resultado de la experiencia.

Por lo tanto, podemos considerar el aprendizaje como el producto de una interacción social y desde este punto de vista es un proceso social.

“El sujeto aprende de los otros y con los otros; en esta interacción construye nuevos conocimientos y aprendizajes. El aprendizaje es un proceso que lleva a cabo el sujeto que aprende cuando interactúa con el objeto y lo relaciona con sus experiencias previas, aprovechando su capacidad de conocer para reestructurar sus esquemas mentales, enriqueciéndolos con la incorporación de un nuevo material que pasa a formar parte del sujeto que conoce”.

El objeto es aprendido de modo diferente por cada sujeto, porque las experiencias y las capacidades de cada individuo presentan características únicas.

El aprendizaje no se agota en el proceso mental, pues abarca también la adquisición de destrezas, hábitos y habilidades, así como actitudes y valoraciones que acompañan el proceso y que ocurren en los tres ámbitos: el personal, el educativo formal y el social. El personal abarca el lenguaje, la reflexión y el pensamiento, que hacen del individuo un ser distinto a los demás.

El aprendizaje educativo formal se relaciona con los contenidos programáticos de los planes de estudio; y el aprendizaje social al conjunto de normas, reglas, valores y formas de relación entre los individuos de un grupo.

El aprendizaje en estos tres ámbitos sólo puede separarse para fines de estudio, pues se mezclan continuamente en la vida cotidiana.

“El aprendizaje que puede enriquecer a la persona es el que establece una relación entre el nuevo material susceptible de ser aprendido y los conocimientos previos del sujeto. Cuando se cumple esta condición, el sujeto le encuentra sentido a

lo que estudia, lo entiende y puede lograr entonces un aprendizaje significativo. Debe tener, por parte del objeto, una organización lógica que lo haga comprensible y, por parte del sujeto, elementos y antecedentes que le permitan aprenderlo. Además, el sujeto debe saber aplicar lo aprendido cuando las circunstancias así lo exijan, es decir, el aprendizaje debe ser funcional.”

El aprendizaje que educa exige actividad del sujeto, él es quien debe realizar el proceso de relacionar con sus experiencias previas el objeto, el nuevo material, para incorporarlo a sus estructuras mentales, a sus hábitos, habilidades, actitudes y valores, y debe tener razones para hacerlo (motivación).

El aprendizaje, por su esencia y naturaleza, no puede reducirse y, mucho menos, explicarse sobre la base de los planteamientos de las llamadas corrientes conductistas o asociacionistas y cognitivas. No puede concebirse como un proceso de simple asociación mecánica entre los estímulos aplicados y las respuestas provocadas por estos, determinadas tan solo por las condiciones externas imperantes, donde se ignoran todas aquellas intervenciones, realmente mediadoras y moduladoras, de las numerosas variables inherentes a la estructura interna, principalmente del subsistema nervioso central del sujeto cognoscente, que aprende. No es simplemente la conexión entre el estímulo y la respuesta, la respuesta condicionada, el hábito es, además de esto, lo que resulta de la interacción del individuo que se apropia del conocimiento de determinado aspecto de la realidad objetiva, con su entorno físico, químico, biológico y, de manera particularmente importante con su realidad social.

Cuando lo que es necesario aprender se relaciona con los intereses y las necesidades del sujeto, éste va a establecer las relaciones entre sus experiencias previas y el objeto, y el proceso de aprendizaje se completará adecuadamente.

[http://www.ecured.cu/index.php/Metodolog\\_aprendizaje#\\_Aprendizaje](http://www.ecured.cu/index.php/Metodolog_aprendizaje#_Aprendizaje).

#### D. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Independientemente del método particular que utilice el o la docente, el desarrollo de una clase o lección, como cualquier trabajo intelectual tiene tres momentos de realización: principio, desarrollo y fin. Por tanto, sin tomar en cuenta las acciones previas o preparatorias, que corresponden al docente casi exclusivamente, la estructura de una clase, tomada en un sentido general, comprende actividades:

- ❖ Iniciales o introductoras
- ❖ De elaboración (análisis, inducción, ejercitación)
- ❖ de conclusión (síntesis, generalización, aplicación, proyección).

La inducción y el análisis, la deducción y el análisis deben aplicarse en íntima relación entre sí. Solo así se logrará el objetivo científico educativo de la clase. El conocimiento está construido esencialmente sobre la base del análisis y la síntesis. Sin conclusiones generalizadoras no se consiguen resultados, no se logra un conocimiento sistemático y con mayor razón no se puede orientar la reflexión de los estudiantes hacia la profundización de los conocimientos y su aplicación en la práctica.

#### E. PROCESO DE APRENDIZAJE

- ❖ Control ejecutivo: Aprendizajes anteriores, realimentación, estudio de necesidades.
- ❖ Los estímulos afectan a los receptores entrando en el Sistema nervioso a través del Registro sensorial. A partir de ahí se produce:
- ❖ Primera codificación: Codificación simple es una mera Representación.

- ❖ Segunda codificación. Conceptualización al entrar en memoria a corto plazo, almacenamiento en la memoria a largo plazo.
- ❖ Recuperación: por parte de la Memoria a corto plazo
- ❖ Conductas: Paso al Generador de respuestas.

## F. ETAPAS DEL PROCESO

- ❖ Motivación: Expectativa establecida previamente al aprendizaje.
- ❖ Atención o percepción selectiva: Selección de los estímulos recibidos.
- ❖ Repaso: Permanencia por más tiempo en la Memoria a corto plazo. Sirve para relacionar una información con la precedente y posterior.
- ❖ Codificación: Paso a la Memoria a largo plazo.
- ❖ Relacionar la nueva información con cuerpos informativos más amplios.
- ❖ Transformar la información en imágenes.
- ❖ Transformar las imágenes en conceptos.
- ❖ Búsqueda y recuperación. El material almacenado se hace accesible volviendo a la Memoria a corto plazo.
- ❖ Transferencia del aprendizaje a nuevas situaciones.
- ❖ Generación de respuestas. Los contenidos se transforman en actuaciones del que aprende.
- ❖ Retroalimentación: El que aprende recibe información sobre su actuación. Si es positiva, sirve de refuerzo.

## TIPOS DE APRENDIZAJE

La siguiente es una lista de los tipos de aprendizaje más comunes citados por la literatura de pedagogía:

A. Aprendizaje memorístico.-El sujeto se esfuerza mucho por aprender las cosas de memoria muchas veces sin comprender lo que aprende.

- ❖ Los hechos o datos se memorizan sin comprenderlos
- ❖ Se memorizan de forma repetitiva
- ❖ Si no se lleva a la práctica lo que se ha memorizado se olvida
- ❖ A mayor volumen de datos más difícil es la memorización de éstos
- ❖ El que los datos estén ordenados según algún criterio, ejemplo por bloques, se facilita la memorización

B. Aprendizaje significativo (conceptos).-Es el aprendizaje en el cual el sujeto relaciona sus conocimientos previos con los nuevos dotándolos así de coherencia respecto a sus estructuras cognitivas.

- ❖ Se aprenden conceptos. Existe una comprensión de lo que se aprende
- ❖ Como existe una comprensión de lo aprendido, es difícil que se olvide
- ❖ Los contenidos de cualquier materia deben poseer una organización conceptual interna, que mantengan coherencia todos los elementos entre sí
- ❖ La organización conceptual debe estar en un vocabulario que los alumnos lo entiendan
- ❖ El profesor debe conocer las ideas previas que los alumnos tienen sobre el tema a tratar.

C. Aprendizaje por recepción.-Es un aprendizaje por instrucción expositiva que comunica el contenido que va a ser aprendido en su forma final.

- ❖ Se debe dar una instrucción que active en los alumnos los conocimientos previos necesarios, es decir, hacer un puente cognitivo entre los conocimientos previos y los nuevos

- ❖ Se debe hacer una presentación de los contenidos de manera estructurada y con una organización explícita que capte el interés de los alumnos.

D. Aprendizaje por descubrimiento.-El sujeto no recibe los contenidos de forma pasiva; descubre los conceptos y sus relaciones y los reordena para adaptarlos a su esquema cognitivo.

- ❖ El alumno construye sus conocimientos de una forma autónoma, sin la ayuda permanente del profesor
- ❖ Se exige mayor participación del alumno, ya que ellos son los que buscan
- ❖ Requiere un método de búsqueda activa por parte del alumno
- ❖ El profesor da las ideas principales, los objetivos, las metas
- ❖ El profesor es un mediador y guía y serán los alumnos quienes recorran el camino y alcancen los objetivos propuestos
- ❖ Es un aprendizaje útil, ya que cuando se lleva a cabo de modo eficaz, asegura un conocimiento significativo y fomenta hábitos de investigación y rigor en los alumnos
- ❖ Desventaja: emplea mucho tiempo, es por eso que no es un aprendizaje muy frecuente.

E. Aprendizaje por modelado de procedimientos.-Consiste en conocer las formas de actuar, de usar esos conocimientos y de usar esas formas para conocer más.

- ❖ La idea es poner en práctica lo aprendido. Por ejemplo, no basta con saberse las fórmulas matemáticas si no se saben aplicar.
- ❖ Este aprendizaje quiere decir: “Primero lo haré yo (profesor), después lo haremos juntos, después lo harás tú solo”
- ❖ Se requiere que el profesor de claras instrucciones y los beneficios de este aprendizaje.

- ❖ Los alumnos deben poner atención a todas las instrucciones dadas por el profesor.
- ❖ El riesgo que se corre con este tipo de aprendizaje es que el alumno aprenda de memoria o por imitación.

F. Aprendizaje repetitivo.-Se produce cuando el alumno memoriza contenidos sin comprenderlos o relacionarlos con sus conocimientos previos, no encuentra significado a los contenidos. Desde la perspectiva de la ciencia definida como proceso de hacer y deshacer hipótesis, axiomas, imágenes, leyes y paradigmas existen dos tipos de aprendizaje:

G. Aprendizaje de mantenimiento.-Descrito por Thomas Kuhn cuyo objeto es la adquisición de criterios, métodos y reglas fijas para hacer frente a situaciones conocidas y recurrentes.

H. Aprendizaje innovador.-Es aquel que puede soportar cambios, renovación, reestructuración y reformulación de problemas. Propone nuevos cambios.  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Tipos\\_de\\_aprendizaje](http://es.wikipedia.org/wiki/Tipos_de_aprendizaje)

## APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

### CONCEPTO

“El aprendizaje significativo es el resultado de la interacción de los conocimientos previos y los conocimientos nuevos y de su adaptación al contexto, y que además va a ser funcional en determinado momento de la vida del individuo.”  
“Según SÁNCHEZ Marisol del Artículo El aprendizaje Significativo. Psicopedagogía. (2003).

“El aprendizaje significativo es un proceso a través del cual una nueva información se relaciona con un aspecto relevante de la estructura del conocimiento del individuo. Este aprendizaje ocurre cuando la nueva información enlaza con las ideas pertinentes de afianzamiento que ya existen en la estructura cognoscitiva del que aprende.”Según Ausubel (1970).

Para que de un aprendizaje significativo los estudiantes deben estar motivados, para que ellos tengan una actitud positiva para aprender de una mejor manera, teniendo en cuenta las experiencias de los niños.

“El aprendizaje significativo es el que ocurre cuando, al llega a nuestra mente un nuevo conocimiento lo hacemos nuestro, es decir, modifica nuestra conducta”. (Esperanza Aldrete)

“El aprendizaje significativo es el proceso por el cual un individuo elabora e internaliza conocimientos (haciendo referencia no solo a conocimientos, sino también a habilidades, destrezas, etc.) en base a experiencias anteriores relacionadas con sus propios intereses y necesidades.”

“El aprendizaje significativo es de tal manera que la persona vaya adquiriendo conocimiento propio de su vida cotidiana, esto favorece en su conducta social.” (yayo23sep)

“El aprendizaje significativo es aquel que proviene del interés del individuo, no todo lo que aprende es significativo, se dice así cuando lo que aprende le sirve y utiliza porque es valorado para el cómo primordial y útil (alnelly) Lo que se ha aprendido tiene sentido y razón de ser, se caracteriza por haber surgido de una interrelación con lo que le rodea al individuo”. (Rockdrigo)

Siempre se debe tomar en cuenta las necesidades y experiencias de los niños para que desarrollen sus capacidades y habilidades y tener un mejor aprendizaje, que les sirva en la vida cotidiana,

“El aprendizaje significativo es aquel proceso mediante el cual, el individuo realiza una meta cognición: 'aprende a aprender', a partir de sus conocimientos previos y de los adquiridos recientemente logra una integración y aprende mejor”. (Liset Santoyo)

Este tipo de “aprendizaje es aquel que va por el fortalecimiento de todas aquellas actitudes biopsicosocioafectivas de los seres humanos a través de la aplicación de estrategias basadas en la apreciación de la realidad por medio de las experiencias propias y lógicas y los canales sensoriales.” (RODRÍGUEZ José)

“Es el resultado de la interacción entre los conocimientos previos de un sujeto y los saberes por adquirir, siempre y cuando haya: necesidad, interés, ganas, disposición... por parte del sujeto cognoscente. De no existir una correspondencia entre el nuevo conocimiento y las bases con las que cuenta el individuo, no se puede hablar de un aprendizaje significativo.” (César Cisneros C. TENSJBM)

“Es aquel aprendizaje que por lo que significa y por la forma en que se recibe adquiere un sentido especial, trascendental y de valor para una persona”. (MORA Giovanni)

Lo que los autores mencionan tienen relación porque el aprendizaje significativo es adquirir conocimientos que ayuden a los estudiantes aprender cosas nuevas desde la realidad en la viven para que se puedan desarrollarse en la sociedad.

#### A. Requisitos para lograr el Aprendizaje Significativo

- ❖ Significatividad lógica del material: el material que presenta el maestro al estudiante debe estar organizado, para que se dé una construcción de conocimientos.
- ❖ Significatividad psicológica del material: que el alumno conecte el nuevo conocimiento con los previos y que los comprenda. También debe poseer una memoria de largo plazo, porque de lo contrario se le olvidará todo en poco tiempo.
- ❖ Actitud favorable del alumno: ya que el aprendizaje no puede darse si el alumno no quiere. Este es un componente de disposiciones emocionales y actitudinales, en donde el maestro sólo puede influir a través de la motivación.

#### B. Algunas características del aprendizaje significativo según Ausubel:

- ❖ “La información nueva se relaciona con la ya existente en la estructura cognitiva de forma sustantiva, no arbitraria, ni al pie de la letra”.
- ❖ El alumno debe tener una actitud y disposición favorable para extraer el significado del aprendizaje.

#### C. Ventajas del Aprendizaje Significativo.

- ❖ Produce una retención más duradera de la información.
- ❖ Facilita el adquirir nuevos conocimientos relacionados con los anteriormente adquiridos de forma significativa, ya que al estar claros en la estructura cognitiva se facilita la retención del nuevo contenido.
- ❖ La nueva información al ser relacionada con la anterior, es guardada en la memoria a largo plazo.

- ❖ Es activo, pues depende de la asimilación de las actividades de aprendizaje por parte del alumno.
- ❖ Es personal, ya que la significación de aprendizaje depende los recursos cognitivos del estudiante.

#### D. Tipos de Aprendizaje Significativo:

- ❖ Aprendizaje de representaciones: es cuando el niño adquiere el vocabulario. Primero aprende palabras que representan objetos reales que tienen significado para él. Sin embargo no los identifica como categorías.
- ❖ Aprendizaje de conceptos: el niño, a partir de experiencias concretas, comprende que la palabra "mamá" puede usarse también por otras personas refiriéndose a sus madres. También se presenta cuando los niños en edad preescolar se someten a contextos de aprendizaje por recepción o por descubrimiento y comprenden conceptos abstractos como "gobierno", "país", "mamífero"
- ❖ Aprendizaje de proposiciones: cuando conoce el significado de los conceptos, puede formar frases que contengan dos o más conceptos en donde afirme o niegue algo. Así, un concepto nuevo es asimilado al integrarlo en su estructura cognitiva con los conocimientos previos. Esta asimilación se da en los siguientes pasos:
- ❖ Por diferenciación progresiva: cuando el concepto nuevo se subordina a conceptos más inclusores que el alumno ya conocía.
- ❖ Por reconciliación integradora: cuando el concepto nuevo es de mayor grado de inclusión que los conceptos que el alumno ya conocía.
- ❖ Por combinación: cuando el concepto nuevo tiene la misma jerarquía que los conocidos.

Ausubel concibe los conocimientos previos del alumno en términos de esquemas de conocimiento, los cuales consisten en la representación que posee una persona en un momento determinado de su historia sobre una parcela de la realidad. Estos esquemas incluyen varios tipos de conocimiento sobre la realidad, como son: los hechos, sucesos, experiencias, anécdotas personales, actitudes, normas.

E. Aplicaciones pedagógicas.

El maestro debe conocer los conocimientos previos del alumno, es decir, se debe asegurar que el contenido a presentar pueda relacionarse con las ideas previas, ya que al conocer lo que sabe el alumno ayuda a la hora de planear.

- ❖ Organizar los materiales en el aula de manera lógica y jerárquica, teniendo en cuenta que no sólo importa el contenido sino la forma en que se presenta a los alumnos.
- ❖ Considerar la motivación como un factor fundamental para que el alumno se interese por aprender, ya que el hecho de que el alumno se sienta contento en su clase, con una actitud favorable y una buena relación con el maestro, hará que se motive para aprender.

El maestro debe tener utilizar ejemplos, por medio de dibujos, diagramas o fotografías, para enseñar los conceptos.

<http://www.monografias.com/trabajos10/dapa/dapa.shtml>

## 2.4 HIPÓTESIS

Es la alimentación nutritiva en los niños y niñas del primer año de Educación Básica la que mejora el proceso de enseñanza aprendizaje?

## 2.5 SENALAMIENTO DE VARIABLES.

Variable Independiente

La alimentación de los niños y niñas. (Causa

Variable Dependiente

Proceso de enseñanza aprendizaje. (Efecto)

## CAPITULO III

### METODOLOGÍA

#### 3.1 ENFOQUE

La investigación está en el enfoque cualitativo, porque se pretende reflejar la situación actual del problema, requiere información interna, sus objetivos plantean acciones inmediatas, puesto que plantea interrogantes, la población es pequeña, requiere de un trabajo de campo con todos los participantes sus resultados no son generalizados.

#### 3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación por los objetivos es aplicada porque utilizamos el conocimiento científico que ya existe para solucionar un problema.

Por el lugar es de campo porque se va a tener relación directa con el objeto de investigación, es decir en el lugar que se producen los acontecimientos.

Por la naturaleza es de toma de decisiones porque comparamos el conocimiento con el problema y tenemos alternativas de solución.

#### 3.3 NIVEL O TIPO DE ESTUDIO

Esta investigación inicia en el nivel exploratorio y llegara hasta el nivel descriptivo. En el nivel exploratorio permite la observación y lo encontramos en el

análisis crítico, es diagnóstica, sencilla en el nivel descriptivo vamos a sujetarnos en normas, exige un nivel científico suficiente y permite describir el problema que se está planteando y dar soluciones.

### 3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

El universo de estudio de la presente investigación serán los estudiantes del primer año de educación básica del Centro Educativo Mons. Lorenzo Voltolini-Uruguay en el año lectivo 2010- 2011.

Como la población a estudiarse está compuesta de 75 estudiantes y, 7 docentes, se trabajará con todos los involucrados; por lo cual no es necesario sacar ninguna muestra.

### 3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

#### V. INDEPENDIENTE: LA ALIMENTACION DE LOS NIÑOS Y NIÑAS

CONCEPTO	CATEGORIA	INDICADORES	ITEMS
<p>LA ALIMENTACIÓN.</p> <p>Es el proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes clases de alimentos con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir.</p>	Proceso	<p>Secuencia</p> <p>Seguimiento</p> <p>Raciones</p> <p>Carnes</p>	<p>¿Selecciona los alimentos que debes consumir diariamente?</p> <p>¿Conoce las raciones de alimentos que deben consumir los niños/as?</p>
	Clases de alimentos.	<p>Hortalizas</p> <p>Cereales</p> <p>Frutas</p>	<p>¿Comes verduras y hortalizas en tu casa?</p> <p>¿Comes frutas en tu lunch diario?</p>
	Nutrientes	<p>Carbohidratos</p> <p>Almidones</p> <p>Grasas</p>	<p>¿Conoce las cantidades de carbohidratos que deben consumir los niños/as?</p>

Ilustración 4 V. Independiente

Elaborado por: Dorys Montaguano

V. DEPENDIENTE: PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE

CONCEPTO	CATEGORIA	INDICADORES	ITMS
Es el proceso mediante el cual se comunican o transmiten conocimientos especiales o generales sobre una materia tiene por objeto la formación integral de la persona , mientras que la enseñanza se limita a transmitir, por medios diversos, determinados conocimientos	Tipos de aprendizaje	Memorístico  Recepción	¿Acostumbras a memorizar las cosas para aprender algo?  ¿Es necesario activar los conocimientos previos para realizar los nuevos?
	Tipos de aprendizaje significativo	Aprendizaje de representaciones  Aprendizaje de conceptos	¿Conoces los significados de los objetos?  ¿Comprendes los conceptos de las palabras?

Ilustración 5 V. Dependiente

Elaborado por: Dorys Montaguano

### 3.6 PLAN DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Los datos o información se recolectaron a través de la técnica de la encuesta, validez y confiabilidad de los instrumentos, su validez, será por la aplicación de las técnicas de recolección de datos o encuestas y entrevistas.

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
1.- ¿para qué?	Para alcanzar los objetivos de la misma investigación
2.-¿Dé qué personas objetos?	Estudiantes del primer año de Educación Básica del Centro Educativo Mons. Lorenzo Voltolini- Uruguay.
3.- ¿Sobre qué aspectos?	La alimentación y Proceso de Enseñanza Aprendizaje
4.- ¿Quién?	Investigadora
5.- ¿Cuándo?	Durante el año 2010- 2011
6.- ¿Dónde?	En el Centro Educativo Mons. Lorenzo Voltolini- Uruguay.
7.- ¿Cuántas veces?	Una sola vez
8.- ¿Qué técnica de recolección?	Encuesta
9.- ¿Con qué?	Cuestionario
10.- ¿En qué situación?	En las aulas de clase del Centro Educativo Mons. Lorenzo Voltolini- Uruguay.

### 3.7 PLAN DE PROCESAMIENTO

- ❖ Plan para el procesamiento de la información
- ❖ Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de la información recogida, contradictoria, incompleta, no pertinente, etc.
- ❖ Repetición de recolección en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.
- ❖ Tabulación de la información recogida.
- ❖ Análisis e interpretación de resultados.

## CAPITULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

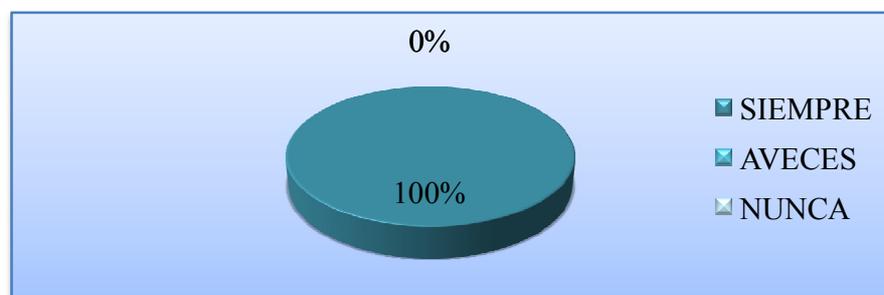
#### 4.1 ENCUESTA APLICADA A DOCENTES

1.- Tiene relación la alimentación con el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 1

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100%
AVECES	0	-
NUNCA	0	-
TOTAL	5	100%

Gráfico 1



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

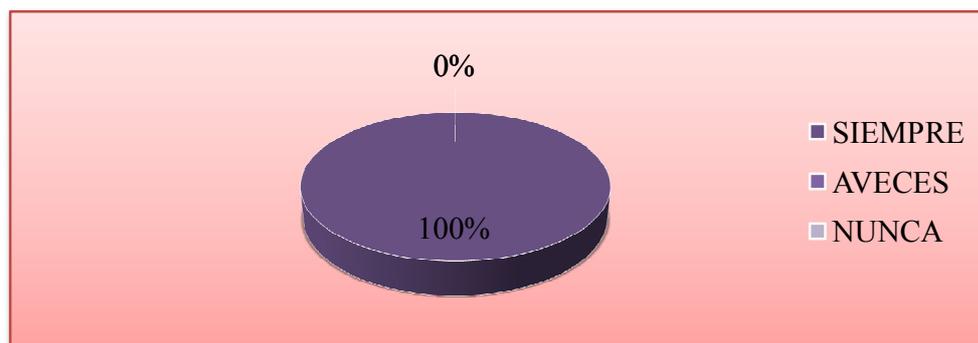
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**-Según el resultado de este ítems el 100% de los encuestados responden que siempre tiene relación la alimentación con el proceso de enseñanza aprendizaje. Ya que la alimentación contribuye a un mejor rendimiento estimulando sus capacidades intelectuales relacionadas con los procesos de aprendizaje.

2.- Los niños bien alimentados producen un mejor Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 2

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100%
AVECES	0	
NUNCA	0	
TOTAL	5	100%

Gráfico 2



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano.

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** Según el resultado de este ítems el 100% de los encuestados dicen que los niños/as bien alimentados producen un mejor proceso de enseñanza aprendizaje.

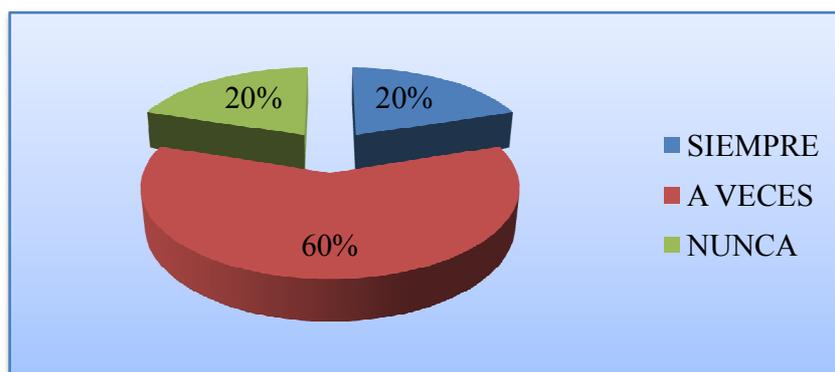
Considerando que la alimentación es importante para los niños/as escolares ya que le ayuda a que los niños/as posee un mejor interés por aprender.

3.- La alimentación de sus estudiantes en una apreciación generales buena:

Tabla 3

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	20%
A VECES	3	60%
NUNCA	1	20%
TOTAL	5	100%

Gráfico 3



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.**-Según los resultados de los datos obtenidos los 1 docente que corresponde al 20% manifiestan que la alimentación de los estudiantes es buena, 3 docentes que corresponde al 60% menciona que a veces, y un docente que corresponde al 20% dice que nunca.

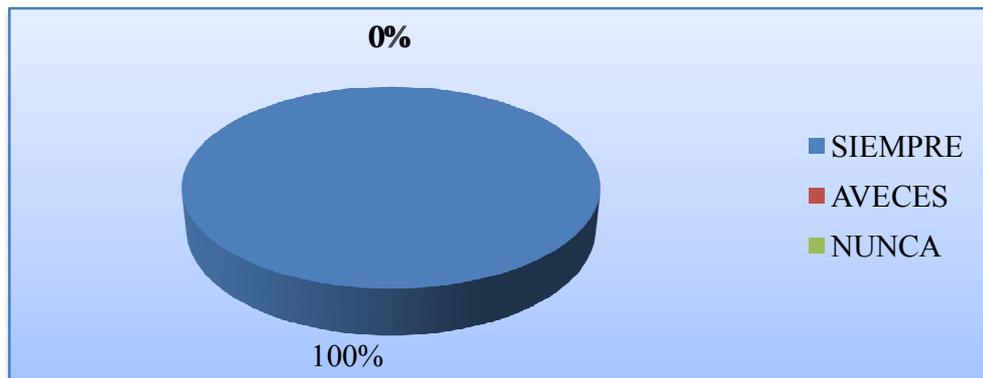
Por lo que en los hogares los padres de familia no se preocupan de la alimentación adecuada de sus hijos, es por ello que la mayoría de niños/as tiene problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

4.- Existe dificultades en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje de sus estudiantes causada por la alimentación inadecuada.

Tabla 4

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100%
AVECES	0	
NUNCA	0	
TOTAL	5	100%

Gráfico 4



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Según el resultado de esta pregunta el 100% señala que siempre existen dificultades en el proceso de enseñanza aprendizaje causado por la alimentación inadecuada.

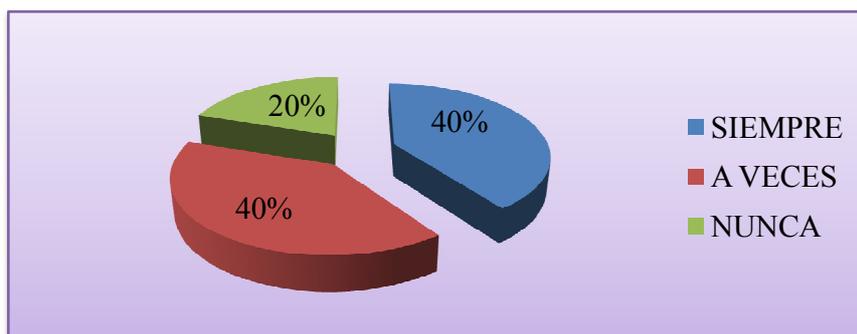
Lo que provoca que los niños/as estén decaídos y no pongan interés en el aprendizaje y tengan dificultades.

5.- El aprendizaje de sus estudiantes en una apreciación general es buena:

Tabla 5

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	2	40%
A VECES	2	40%
NUNCA	1	20%
TOTAL	5	100%

Gráfico 5



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Según el resultado de esta pregunta tres docentes que corresponde al 40% dicen que el aprendizaje de los niños/as en una apreciación general es buena, 2 docentes que corresponde al 40% mencionan que a veces y 1 docente que corresponde al 20% manifiesta que nunca.

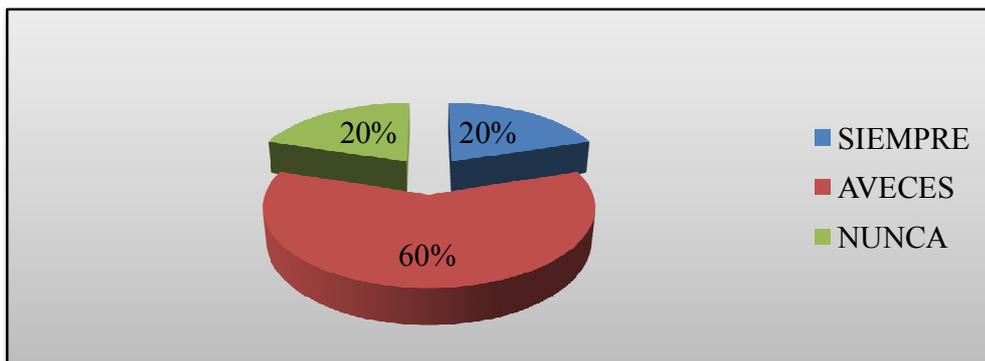
Si sumamos las dos alternativas a veces y nunca nos damos cuenta que la alimentación de los niños/as no es buena y esto incide en el proceso de enseñanza aprendizaje y su rendimiento.

6.- Ha realizada charlas con los padres de familia sobre la alimentación de sus hijos/as que ayude en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 6

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	1	20%
AVECES	3	60%
NUNCA	1	20%
TOTAL	5	100%

Gráfico 6



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** Según el resultado de esta pregunta un docente que representa el 20% dicen que siempre realizan charlas con los padres de familia sobre la alimentación de sus hijo/as que ayuden en el proceso de enseñanza aprendizaje, el 60% manifiestan que a veces y el 20% indican que nunca.

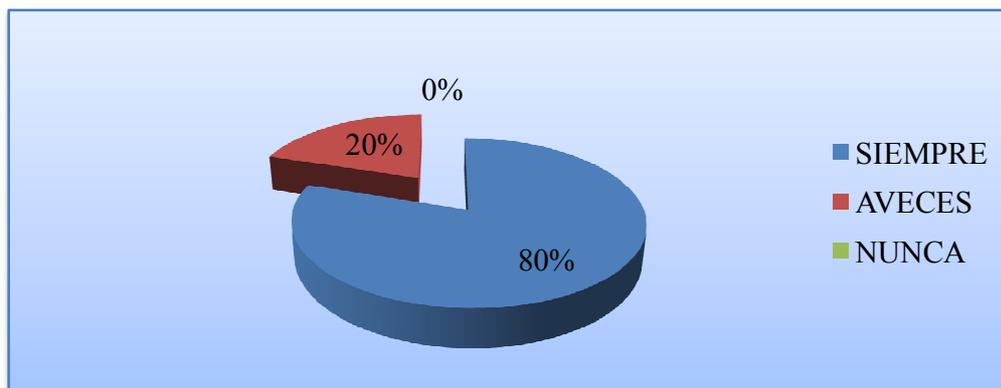
Si sumamos las dos alternativas a veces y nunca indica que el 80% de docentes no realizan charlas con los padres de familia, esto hace que los padres de familia tengan desconocimiento acerca da la alimentación adecuada de sus hijos y esto afecte en el proceso de enseñanza aprendizaje.

7.- Los niños/as que tienen una alimentación inadecuada tienen problemas en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 7

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80%
AVECES	1	20%
NUNCA	0	
TOTAL	5	100%

Gráfico 7



Fuente: Encuesta a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Referente a la pregunta 7 el 80% dicen que siempre tienen problemas en proceso de enseñanza aprendizaje los niños/as que tienen una alimentación inadecuada, el 20% manifiestan que a veces.

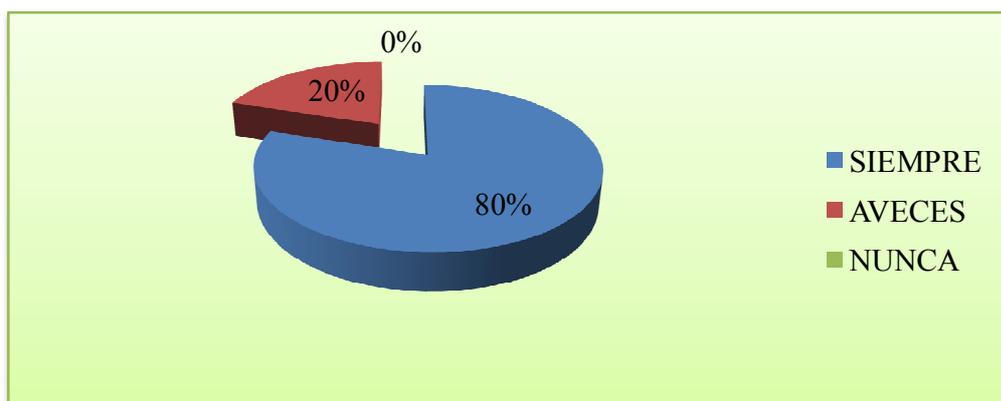
Lo que ocasiona que no pongan interés por atender y causa problemas en su rendimiento y en el desarrollo de destrezas.

8.- Ha incentivado a consumir alimentos nutritivos a sus estudiantes que facilite el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 8

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80%
AVECES	1	20%
NUNCA	0	
TOTAL	5	100%

Gráfico 8



Fuente: Encuesta a docentes

Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**-Según el resultado de esta pregunta cuatro docentes que representa al 80% dice que siempre incentivan a consumir alimentos nutritivos a sus estudiantes el 20% manifiestan que a veces.

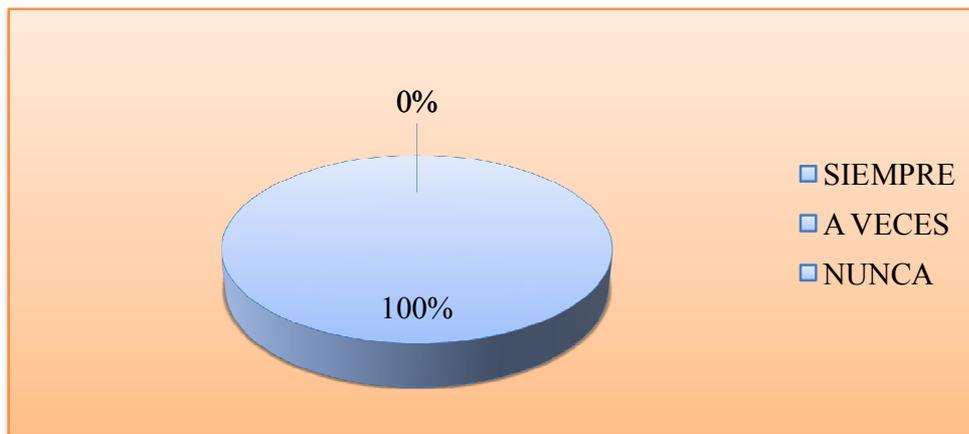
Lo que se puede dar cuenta que los maestros en esta escuela se preocupan por el aprendizaje de los estudiantes y de esta manera facilite en proceso de enseñanza aprendizaje.

9.-Los alimentos que deben consumir los niños/as son: cereales, verduras y frutas.

Tabla 9

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	5	100%
A VECES	0	0%
NUNCA	0	0%
TOTAL	5	100%

Gráfico 9



Fuente: Encuesta a docentes.  
Elaborado por Dorys Montaguano

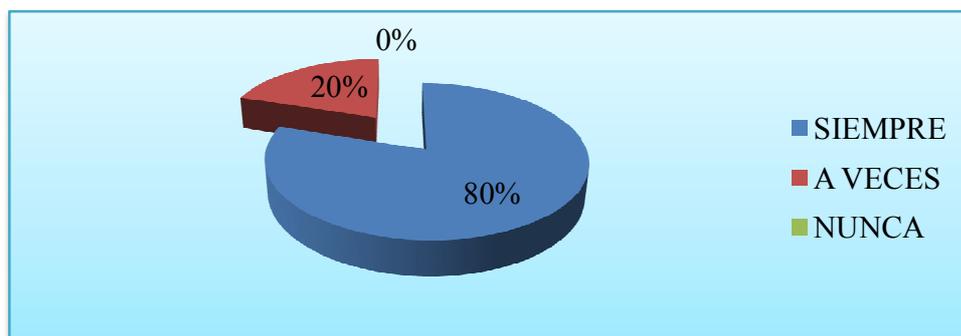
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Según el resultado de esta pregunta 5 docentes que corresponde al 100% señalan que siempre los niños/as deben consumir cereales, verduras y frutas. Por lo que estos alimentos son ricos en vitaminas y nutrientes lo que hace que los niños/as tengan buenos hábitos alimenticios.

10.- El dar un taller acerca de la alimentación nutritiva de los estudiantes mejorara el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 10

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	4	80%
A VECES	1	20%
NUNCA	0	0%
TOTAL	5	100%

Gráfico 10



Fuente: Encuesta a docentes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** De lo establecido anteriormente, cuatro docentes que representa el 80% señalan que el dar un taller de alimentación mejorará mucho el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños/as, el 20% manifiesta que mejorará poco. Lo que se puede dar cuenta que una alimentación adecuada ayuda en el PEA de los estudiantes en la concentración y tienen ánimo de realizar las cosas dentro del aula.

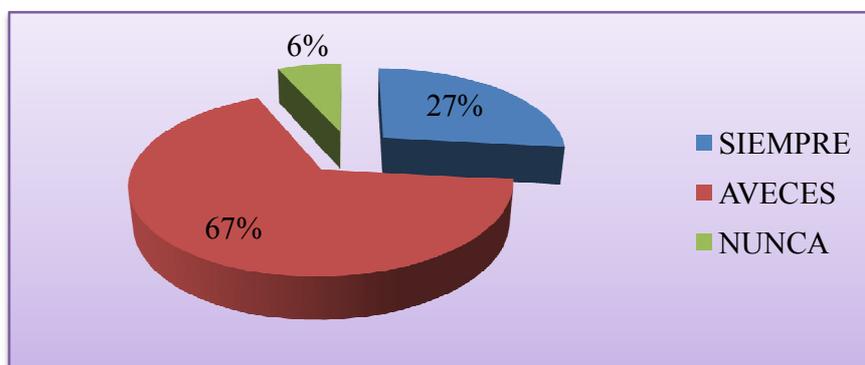
## 4.2 ENTREVISTA APLICADA A ESTUDIANTES

1.- Tú alimentación es buena:

Tabla 11

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	8	27%
AVECES	20	67%
NUNCA	2	6%
TOTAL	30	100%

Gráfico 11



Fuente: Entrevista a estudiantes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

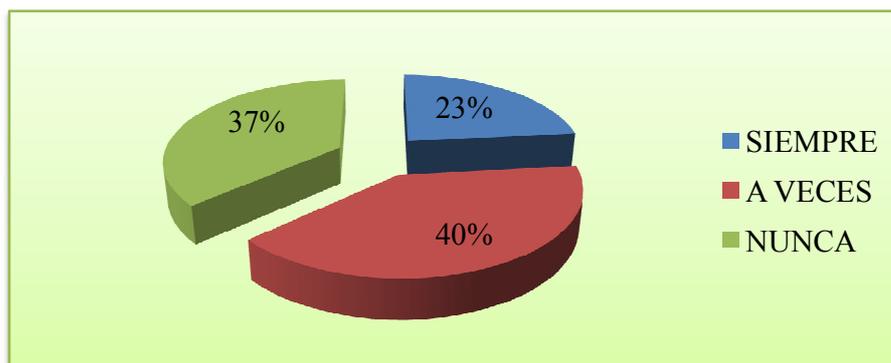
**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-**Según los resultados se esta pregunta ochos niños que representa el 27% señalan que siempre su alimentación es buena, veinte niños que representa el 67% mencionan que a veces y dos niños que representa el 6% indican que nunca. La mayoría de los niños/as concluyen que no tienen una alimentación buena la misma que afecta en el desarrollo de sus habilidades y en proceso de enseñanza aprendizaje.

2.- Comes frutas en tu lunch diario.

Tabla 12

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	7	23%
A VECES	12	40%
NUNCA	11	37%
TOTAL	30	100%

Gráfico 12



Fuente: Entrevista a docentes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** Según los resultados de esta pregunta 7 niños/as que representa el 23% manifiestan que comen frutas en su lunch diario, 12 niños/as que representa al 40% indican que a veces, 11 niños/as que representa el 37% señalan que nunca.

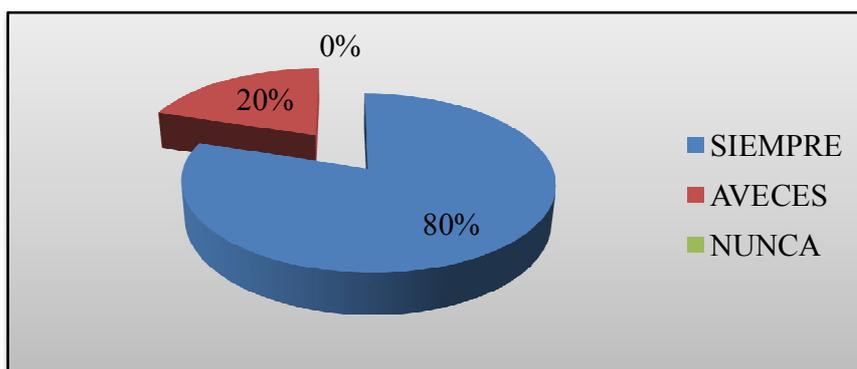
Lo que se puede dar cuenta que la mayoría de los niños/as no comen frutas en su lunch diario.

3.- Tiene relación tu alimentación con el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 13

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	24	80%
AVECES	6	20%
NUNCA	0	0%
TOTAL	30	100%

Gráfico 13



Fuente: Entrevista a estudiantes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.**-Según los resultados de esta pregunta 24 niños/as que representa el 80% dicen que siempre tiene relación la alimentación con el proceso de enseñanza aprendizaje, 6 niños/as que representa el 20% manifiesta que a veces.

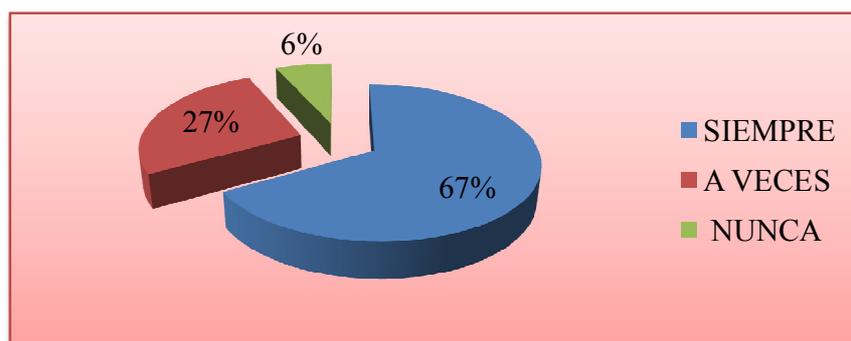
Esto indica los niños/as deben estar bien alimentados para que pueden tener un mejor aprendizaje.

4.- Acostumbras a memorizar a la cosas para aprender algo.

Tabla 14

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	20	67%
A VECES	8	27%
NUNCA	2	6%
TOTAL	30	100%

Gráfico 14



Fuente: Entrevista a docentes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

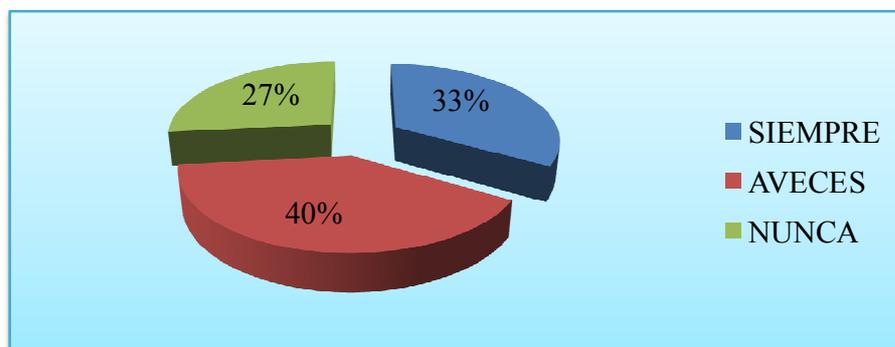
**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** Según los resultados de esta pregunta 20 niños/as que representa el 67% dicen que siempre memorizar ala cosas para aprender algo, 8 niños/as que representa el 27% manifiesta que a veces y 6 niños/as que corresponde al 6% dicen que a veces. Por lo tanto los niños/as necesitan memorizar los aprendizajes para aprender lo que dificulta el aprendizaje.

5.- Tus maestros te incentivan a comer alimentos nutritivos que ayuden en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 15

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	10	33%
AVECES	12	40%
NUNCA	8	27%
TOTAL	30	100%

Gráfico 15



Fuente: Entrevista a estudiantes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

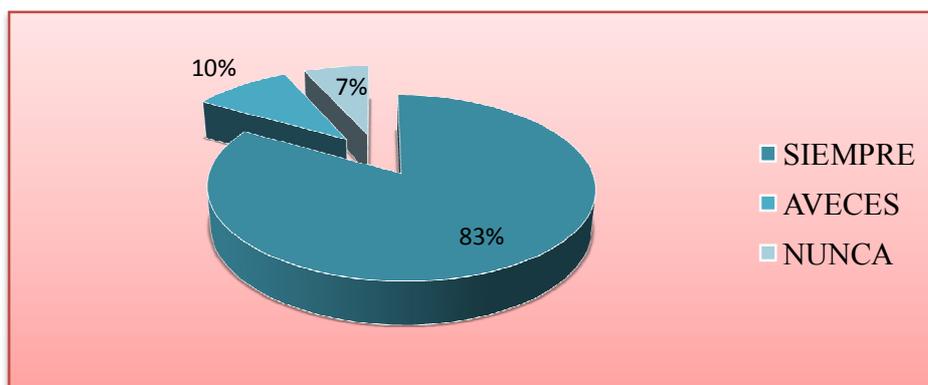
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**-De lo manifestado anteriormente 10 niños/as que representa el 33% manifiestan que siempre los maestros incentivan a comer alimentos nutritivos; 12 niños/as que representa el 40% indican que a veces les; 8 niños/as que representa el 27% señalan que nunca les incentivan a comer alimentos nutritivos. Los estudiantes manifiestan que al comer alimentos nutritivos les ayuda en su desarrollo integral y puedan desarrollar sus habilidades cognitivas de mejor manera.

6.- Si tienes una alimentación inadecuada tendrás problemas en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 16

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	25	83%
AVECES	3	10%
NUNCA	2	7%
TOTAL	30	100%

Gráfico 16



Fuente: Entrevista a estudiantes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** Según el resultado de esta pregunta 25 niños/as que representa el 83% indica que siempre tienen problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje por una alimentación inadecuada, 3 niños/as que representa el 10% señala que a veces, 2 niños/as que representa el 7% manifiesta que nunca.

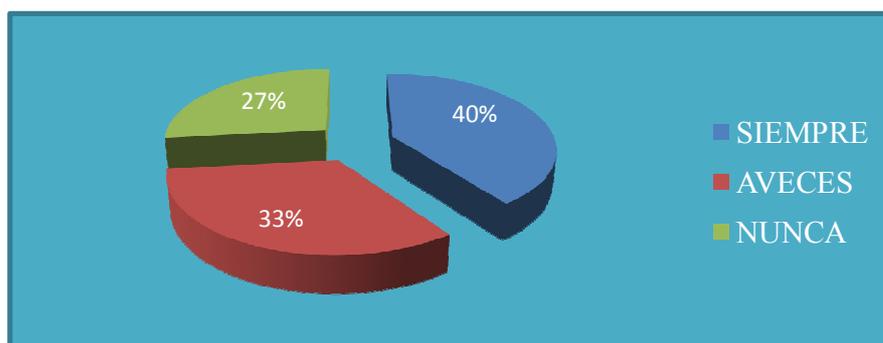
Lo que se puede dar cuenta que la alimentación inadecuada de los niño/as ocasiona el desinterés por aprender y esto también afecta en el desarrollo intelectual.

7.- Comes verduras y hortalizas en tu casa.

Tabla 17

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	12	40%
A VECES	10	33%
NUNCA	8	27%
TOTAL	30	100%

Gráfico 17



Fuente: Entrevista a estudiantes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

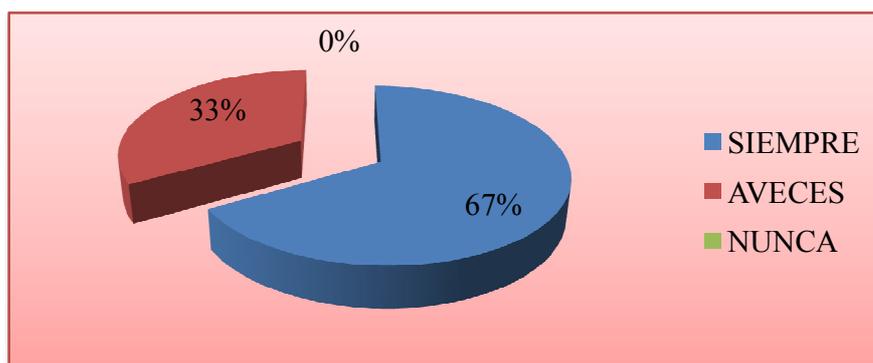
**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Según el resultado de este ítems 12 niños/as que representa el 40% dicen que siempre comen verduras y hortalizas en su casa, 10 niños/as que representa el 33% manifiestan que a veces, 8 niños/as que representa el 27% indican que nunca. Si sumamos las dos alternativas a veces y nunca indica que el 60% de los estudiantes no consumen verduras y hortalizas en su casa lo que quiere decir que no consumen vitaminas, hierro y minerales en sus alimentos diarios.

8.- Desayunas antes de venir a clases.

Tabla 18

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	20	67%
AVECES	10	33%
NUNCA	0	0%
TOTAL	30	100%

Gráfico 18



Fuente: Entrevista a estudiantes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIO.-** Según el resultado de esta pregunta 20 niños/as que representa el 67% dice que siempre desayunan antes de venir a clases, 10 niños/as que representa el 33% indica que a veces desayunan antes de asistir a clases.

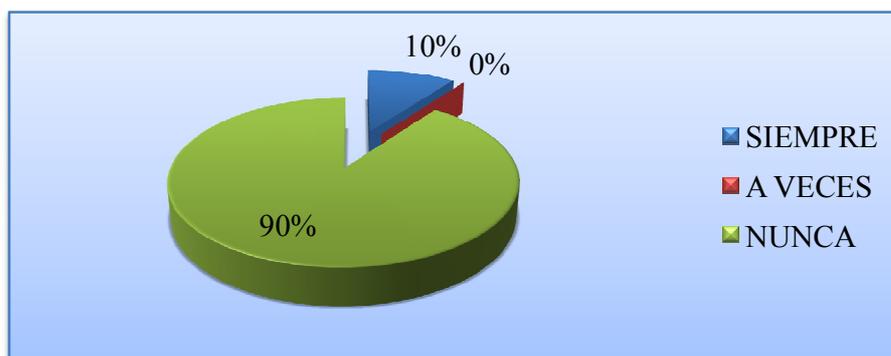
Considerando que el desayuno es la primera comida muy importante para los niños/as escolares ya que aportan con la energía y nutrientes necesarios para que los niños/as desarrollen sus actividades escolares y no tengan problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje.

9.- Al consumir alimentos chatarras tendrás un buen Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 19

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	3	10%
A VECES	0	
NUNCA	27	90%
TOTAL	30	100%

Gráfico 19



Fuente: Entrevista a estudiantes.  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACION.-** De lo manifestado anteriormente 3 niños/as que representa el 10% manifiestan que siempre tendrán un buen Proceso de Enseñanza Aprendizaje al consumir alimentos chatarras; 27 niños/as que representa el 90% indican que nunca tendrán un buen PEA.

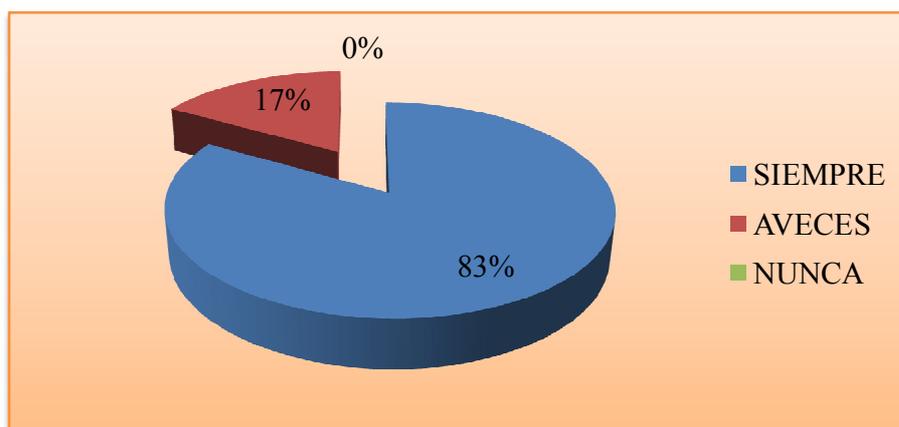
La mayoría de niños/as concluye que alimentarse con comida chatarra no tendrá un buen proceso de enseñanza aprendizaje, debido a que estos alimentos no les proporcionan los nutrientes necesarios para adquirir las habilidades necesarias y tener un mejor aprendizaje.

10.- Si estás bien alimentado te ayuda a un mejor Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Tabla 20

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SIEMPRE	25	83%
AVECES	5	17%
NUNCA	0	0%
TOTAL	30	100%

Gráfico 20



Fuente entrevista a estudiantes  
Elaborado por: Dorys Montaguano

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.-** Según el resultado de esta pregunta 25 niños/as el 83% indica que siempre ayuda el estar bien alimentado en el proceso de enseñanza aprendizaje, 5 niños/as que representa el 17% dice que a veces.

Lo que se puede dar cuenta que si depende de una alimentación adecuada para que los niños/as tenga desarrollo intelectual, cognitivo e integral.

### 4.3 VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS

#### MODELO LÓGICO

H1: Es la alimentación nutritiva en los niños y niñas del primer año de Educación Básica la que no mejora el proceso de enseñanza aprendizaje?

H0. Es la alimentación nutritiva en los niños y niñas del primer año de Educación Básica la que si mejora el proceso de enseñanza aprendizaje?

#### MODELO ESTADISTICO

$$X^2 = \sum \left[ \frac{(O-E)^2}{E} \right]$$

#### NIVEL DE SIGNIFICACIÓN

$\alpha = 0.05$  95% de confianza

$$gl = (2-1)(2-1)$$

$$gl = 1$$

$$gl = 3.841$$

Zona de aceptación y rechazo

Se acepta H0 si:  $X^2 \geq 3.841$

DOCENTES

PREGUNTAS	CRITERIOS A FAVOR	CRITERIOS EN CONTRA
1	5	0
2	5	0
3	1	4
4	5	0
5	2	3
6	1	4
7	4	1
8	4	1
9	5	0
10	4	1
TOTAL	36	14

ESTUDIANTES

PREGUNTAS	CRITERIOS A FAVOR	CRITERIOS EN CONTRA
1	8	22
2	7	23
3	24	6
4	20	10
5	10	20
6	25	5
7	12	18
8	20	10
9	3	27
10	25	5
TOTAL	154	146

FRECUENCIA OBSERVADA

	CRITERIOS A FAVOR	CRITERIOS EN CONTRA	TOTAL
ESTUDIANTES	154	146	300
DOCENTES	36	14	50
TOTAL	190	160	350

FRECUENCIA ESPERADA

	CRITERIOS A FAVOR	CRITERIOS EN CONTRA	TOTAL
ESTUDIANTES	162,85	137,14	299,99
DOCENTES	27,14	22,85	49,99
TOTAL	189,99	159,99	349,98

O	E	O-E	(O-E) <sup>2</sup>	(O-E) <sup>2</sup> /E
154	162,85	-8,85	78,3235	0,4809
36	27,14	8,86	78,4996	2,8923
146	137,14	8,86	78,4996	0,5724
14	22,85	8,85	78,3235	3,4276
			$\chi^2$	7,3732

DECISIÓN FINAL

En efecto  $\chi^2_c$  es  $3.84 \leq \chi^2 < 7.37$  de acuerdo con lo establecido se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, es decir la alimentación mejora el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas del primer año de educación básica del Centro Educativo Monseñor Lorenzo Voltolini de la Parroquia Ignacio Flores, Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi.

## CAPITULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 CONCLUSIONES

- ❖ Los docentes consideran que la alimentación tiene mucho que ver en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.
- ❖ La alimentación es importante para que los niños/as desarrollen sus actividades escolares y no tengan problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ Los niños/as que tiene una alimentación inadecuada tienen problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ Los padres de familia no tienen conocimientos suficientes de la importancia de la alimentación de sus hijos.
- ❖ Uno de los problemas que afecta en el proceso de enseñanza aprendizaje es la alimentación inadecuada de los estudiantes.

#### 5.2 RECOMENDACIONES

- ❖ Ejecutar talleres con los padres de familia para interactuar experiencias sobre la alimentación adecuada de los estudiantes.
- ❖ Pedir al sub centro de salud de la localidad que realicen charlas acerca de la alimentación de los niños/as en edad escolar.
- ❖ Los niños/as deben tener una alimentación adecuada para que ayude en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- ❖ Poner énfasis en la importancia de la alimentación.
- ❖ Pedir a los padres de familia que den de desayunar a los niños/as para que se vayan a la escuela con ánimos de aprender.

## CAPITULO VI

### PROPUESTA

#### 6.1 TITULO

“Aplicación de un taller acerca de alimentación adecuada de los niños y niñas para mejorar el Proceso de Enseñanza Aprendizaje”

#### 6.2 OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un taller que promueva una alimentación nutritiva de los niños y niñas y fortalezca el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

##### 6.2.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ❖ Difundir los conocimientos básicos sobre la correcta alimentación, mediante el taller a los padres de familia y comunidad para mejorar la alimentación de los niños/as en sus propios hogares.
- ❖ Incorporar prácticas y hábitos alimenticios locales y tradicionales que responda a las características de una adecuada alimentación.
- ❖ Participar en la alimentación diaria de los niños/as con productos del lugar.

#### 6.3 JUSTIFICACION

El Centro Educativo al estar empeñado en mejorar la calidad de su oferta educativa hacia la sociedad de Palopo considera que la capacitación de los padres

de familia para compartir los aprendizajes y participar activamente en la construcción de la calidad institucional debe dotar a los padres de familia y docentes de este conocimiento a través de talleres los mismos que permitirán operativizar la práctica didáctica con los mejores resultados de estos talleres.

#### 6.4 FUNDAMENTACIÓN

Ontológicamente.- El deseo de la propuesta es mejorar al estudiante como persona a fin de que sea un elemento positivo dentro de la realidad, un buen ciudadano con aspiraciones y proyecciones para que la institución moldee un futuro promisorio.

Institucional.- La institución requiere el contingente de docentes, padres de familia y estudiantes que tengan sentido pertinencia que se identifique con el centro educativo por las posibilidades que le da a través de la educación convirtiéndose la institución en una de los factores, que permitirá transformar nuestra comunidad.

Didáctica.- La actuación y el desempeño docente dependen de la práctica didáctica que utiliza en el proceso de enseñanza aprendizaje; la misma que; debe estar acorde al modelo pedagógico de la actualización curricular. El taller propenderá a mejorar la posibilidad didáctica del docente por medio del conocimiento, demostración y de la práctica activa en el aula.

#### 6.5 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

La propuesta se encuentra estructurada para un mejor entendimiento y aplicación de la siguiente manera: objetivos generales como específicos, contenidos, actividades y le evaluación; en los contenidos se analizan algunos aspectos sobre la alimentación y el proceso de enseñanza aprendizaje; consta de un plan operativo para su aplicación.

Para el taller se prevee la utilización de una aula la misma que cuenta con la aprobación de las autoridades institucionales los días lunes y miércoles a partir de las 14h00 utilizaremos un infocus, computadora y dispondremos de las días positivas del plan de capacitación de la facilitadora se procurará que haya un refrigerio en el espacio que recomiende el horario.

Se propondrán actividades concretas que validen el taller como resúmenes, presentaciones, memorias, portafolio y videos.

## DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

TITULO: “Aplicación de un taller acerca de alimentación adecuada de los niños y niñas para mejorar el Proceso de Enseñanza Aprendizaje”

CONTENIDOS	OBJETIVO	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	BENEFICIARIOS	TIEMPO
La alimentación	Conocer la importancia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje.	Proyectar videos Charlas	Televisor DVD CDS	Investigador	Comunidad educativa	3 horas
La pirámide alimenticia.	Conocer las porciones de alimentos que deben consumir los niños y niñas.	Realizar dinámicas relativas al tema.	Cartel ilustrado TV DVD Materiales de escritorio.	Investigador	Comunidad educativa	3 horas
Tipos de alimentos.	Orientar el consumo de alimentos nutritivos de la localidad.	Charlas motivadoras. Proyección de videos.	Videos TV DVD Materiales de escritorio.	Investigador	Comunidad educativa	3 horas
Importancia del desayuno	Concienciar la importancia del desayuno en niños/as escolares.	Videos de TV Charlas grupales.	Materiales de escritorio Televisor, CDS	Investigador	Comunidad educativa	3 horas

## LA ALIMENTACIÓN

Es el proceso mediante el cual los seres vivos consumen diferentes tipos de alimentos con el objetivo de recibir los nutrientes necesarios para sobrevivir.

La alimentación es el conjunto de acciones mediante las cuales se proporcionan alimentos al organismo. Abarca la selección de alimentos, su cocinado y su ingestión. Depende de las necesidades individuales, disponibilidad de alimentos, cultura, religión, situación socioeconómica, aspectos psicológicos, publicidad, moda.

La alimentación, tiene que ser una de las principales preocupaciones del ser humano, de la alimentación, dependerá en gran medida, que el ser humano lleve una vida saludable.

Los hábitos dentro de la alimentación, deben ser generados desde que la persona es muy pequeña. En los niños hay que trabajar la alimentación. Ya que cuando se es adulto, es muy difícil lograr un cambio en las costumbres de alimentación, que tenga aquella persona. Con el tema de los niños, es más que nada, ya que cuando se es pequeño, se van creando las células adiposas. Con son las que van a ir acumulando grasa durante nuestro trayecto por la vida. Y entre más grandes sean cuando uno es pequeño, más probabilidad de ser obeso, tendrá uno de ser cuando adulto. Por lo mismo, dentro de la alimentación de un niño, se debe incorporar todo tipo de alimento, a excepción de las grasas y los azúcares.  
<http://es.wikipedia.org/wiki/Alimentaci%C3%B3n>



## IMPORTANCIA

La alimentación adecuada es aquella que cumple con las necesidades específicas del comensal de acuerdo a su edad, promueve en el niño y en el adolescente el crecimiento y desarrollo adecuados, y en los adultos y ancianos permite conservar o alcanzar el peso esperado para la talla y previene el desarrollo de enfermedades que se presentan por deficiencia o por exceso de nutrientes. La alimentación correcta permite a las personas gozar de un pleno bienestar biológico, psicológico y social.

La alimentación es base, para poder llegar de la mejor forma, cuando uno sea un adulto mayor. Comúnmente, aquellas personas que no cuidaron su alimentación al momento de ser jóvenes, llegan muy mal a su vejez. Con varios problemas en el organismo y un sobrepeso, que dificulta, su ya complejo vivir.



## ¿QUÉ SON ALIMENTOS?

Los alimentos aportan sustancias que denominamos nutrientes, que necesitamos para el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades.

“Los alimentos son definidos como productos o sustancias de origen animal o vegetal, que se ingieren habitualmente por vía oral, contiene nutrientes, que sirve para formar tejidos, suministrar energía y mantener la vida.”CUADRADO flor y otros Ecuador (2008).



## LA PIRÁMIDE ALIMENTICIA

Es una guía para la alimentación de un día, recomienda una variedad de alimentos para obtener todo lo que el cuerpo necesita.

La pirámide se lee de abajo hacia arriba, siendo de mayor importancia el grupo de cereales (6 a 11 raciones diarias), seguido de las frutas y verduras (3 a 5 raciones), carne y productos de origen animal (2 a 3 porciones), y finalmente grasas y azúcares que deben usarse con moderación. El número de raciones dependerá de los requerimientos y actividad física de cada persona.

¿Cómo se usa?

- ❖ Hay que elegir todos los días alimentos de cada uno de los grupos.
- ❖ Los grupos que forman la pirámide son:
- ❖ Grupo 1: granos, leguminosas, verduras o vegetales con almidón
- ❖ Grupo 2: frutas
- ❖ Grupo 3: verduras
- ❖ Grupo 4: lácteos
- ❖ Grupo 5: carnes
- ❖ Grupo 6: dulces, grasas y aceites

Debemos comer más los alimentos de la parte inferior de la pirámide, porque es más sana y nutritiva, dejando para raras excepciones las grasas, aceites y los dulces.



La base para que un niño crezca sano y fuerte depende del tipo de alimentos y cuánto consuma de ellos. Es muy importante también que no se confunda cantidad con calidad, es decir, que no solo debemos fijarnos en la cantidad de alimento que come el niño sino en que su alimentación sea balanceada e incluya todos los grupos de alimentos, como son la carne, el pollo, el pescado, el pan, los cereales, la leche y en especial las frutas y verduras.

## TIPOS DE ALIMENTOS

De acuerdo con su composición química, podemos establecer esta clasificación de los alimentos:

Inorgánicos: no aportan energía: agua, minerales y oligoelementos.

Orgánicos: principios inmediatos (hidratos de carbono, grasas y proteínas) y vitaminas.



## IMPORTANCIA DEL DESAYUNO

“El desayuno es la primera comida del día, muy importante para los niños ya que aporta con la energía y nutrientes necesarios para que el niño desarrolle sus actividades escolares. El desayuno contribuye a un mejor rendimiento intelectual y físico, estimulando sus capacidades intelectuales relacionadas con los procesos de aprendizaje. Cuando los niños no desayunan puede haber una disminución de las capacidades cognitivas, de aprendizaje y desarrollan hábitos alimentarios incorrectos que puedan durar toda la vida y favorecer la malnutrición por déficit (desnutrición); o por exceso (sobrepeso y obesidad). Esto debido a que al omitir el desayuno ingieren bocadillos continuamente y generalmente sus meriendas son excesivas”. CUADRADO flor y otros, Quito –Ecuador (2008).



## 6.6 MODELO OPERATIVO

FASES	METAS	ACTIVIDADES	RECURSOS	RESPONSABLES	RESULTADOS
Sensibilización	Sensibilizar a los padres de familia acerca de la necesidad de aplicar los contenidos del taller sobre la alimentación adecuada de sus para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje	Proyectar un video  Charlas individuales y grupales	Proyector de datos  Computadora	Investigadora  Director	Padres de familia dispuestos asistir al taller.
Capacitación	Capacitar a los padres de familia sobre la alimentación adecuada de los niños/as para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje.	Video  Entrega y análisis del material de apoyo.  Disertación de los temas del taller	Proyector  Computadora  Documentos de apoyo	Investigadora	Padres de familia y docentes capacitados.
Ejecución	Aplicar los principios básicos de alimentación adecuada para que ayude en el proceso de enseñanza aprendizaje.	Juegos  Técnicas de aplicación  Actividades de evaluación	Actividades lúdicas	Docente	Niños/as con una adecuada alimentación.
Evaluación	Determinar la incidencia de la alimentación en el desarrollo de proceso de enseñanza aprendizaje.	Instrumentos de evaluación.	Hojas polí grafiadas.	Docente	Identificar el nivel de la realidad alimenticia de los estudiantes.

## 6.7 EVALUACIÓN.

La validación del taller se realizara bajo los siguientes parámetros, encuestas a los docentes y entrevistas a los niños/as.

Interpretación de los datos obtenidos y socialización, publicado en el periódico mural o informe.

## BIBLIOGRAFIA

AGUILAR, C (1979) “La asimilación del contenido de la enseñanza”

CUADRADO flor (nutricionista), y otros Quito –Ecuador (2008.)

Ministerio de Salud Pública del Ecuador

Serie Guías Alimentarias Para Los Escolares De La Sierra.

CULTURAL, S.A. “Metodologías del aprendizaje”, Madrid- España.

EDIDAC, EDICIONES CULTURALES Y DIDACTICAS, S.A,”Guía para el Docente”,

(ESPERANZA Aldrete)

Preescolar. Primer Grado, Quito- Ecuador, (1997).

HERNANDEZ (1989)

OCEANO, “Aprender a Aprender”, Barcelona- España.

RODRÍGUEZ José

SANCHEZ, Marisol del Artículo El aprendizaje Significativo. Psicopedagogía. (2003)

Según Ausubel (1970).

POZO, J.I: Teorías cognitivas del aprendizaje. Ediciones Morota (1989)



# ANEXOS

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**SEMINARIO DE GRADUACIÓN**

Encuesta aplicada a docentes

Objetivo: Recopilar información acerca de la calidad alimenticia de los niños/as con el propósito de obtener datos y nos permita verificar si esto incide en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Instrucciones: coloque una x en la respuesta correcta.

**CUESTIONARIO**

1.- Tiene relación la alimentación con el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

2.- Los niños bien alimentados producen un mejor Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

3.- La alimentación de sus estudiantes en una apreciación general es buena.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

4.- Existe dificultades en Proceso de Enseñanza Aprendizaje de sus estudiantes causado por la inadecuada alimentación.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

5.- Los estudiantes memorizan las cosas para aprender algo.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

6.- Ha realizado charlas con los padres de familia sobre la alimentación nutritiva de sus hijos/as que ayude en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

7.- Los niños/as que tienen una alimentación inadecuada tienen problemas en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

8.- Ha incentivado a consumir alimentos nutritivos a sus estudiantes que facilite el proceso de enseñanza aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

9.- Los alimentos que deben consumir los niños/as son: cereales, verduras y frutas etc.

Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( )

10.- El dar un taller acerca de la alimentación nutritiva de los estudiantes mejorará el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) veces ( ) Nunca ( )

Gracias por su colaboración

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**SEMINARIO DE GRADUACIÓN**

Entrevista dirigida a los estudiantes

Objetivo: Recopilar información acerca de la calidad alimenticia de los niños/as con el propósito de obtener datos y nos permita verificar si esto incide en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Instrucciones: Coloque con una x la respuesta correcta.

**CUESTIONARIO**

1.- Tú alimentación es buena.

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

2.-Consumes frutas en tu lunch diario?

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

3.- Tiene relación tú alimentación con el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( ) A veces ( )                      Nunca ( )

4.- Acostumbras a memorizar las cosas para aprender algo.

Siempre ( ) A veces ( )                      Nunca ( )

5.- Tus maestros te incentivan a comer alimentos nutritivos que ayuden en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

6.- Si tienes una alimentación inadecuada tendrás problemas en el Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

7.- Comes verduras y hortalizas en tu casa.

Siempre ( )    A veces ( )    Nunca ( )

8.- Desayunas antes de venir a clases.

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

9.- Al consumir alimentos chatarras tendrás un buen Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( )                      A veces ( )    Nunca ( )

10.- Si estás bien alimentado te ayuda a un mejor Proceso de Enseñanza Aprendizaje.

Siempre ( )                      A veces ( )                      Nunca ( )

Gracias por su colaboración

Latacunga 14 de julio del 2011

Licenciada Elvia Bautista J.

**DIRECTORA DEL CEBIB “MONS. LORENZO VOLTOLINI- URUGUAY”**

Presente:

Por medio de la presente le hago llegar mi respetuoso y cordial saludo, a la vez que expongo lo siguiente.

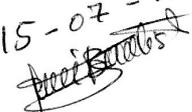
Con el fin de mejorar mi capacidad docente, la misma que me servirá para desenvolverme con solvencia didáctica dentro de las aulas de clase, ingrese a un programa de licenciatura en la UTA y me encuentro finalizando este proceso de formación académica que requiere un proceso de investigación por medio de encuestas, cuya única finalidad es la recolección de datos que permitan realizar un estudio concreto, serio y beneficioso acerca de la realidad pedagógica de nuestro Centro Educativo, en razón de lo cual, solicito muy comedidamente, la autorización para aplicar las encuestas a todos los docentes y a los estudiantes del primer año de educación básica.

Es menester indicar a la señora directora, que los datos que se desprenden del análisis investigativo, considera que son de estricta confidencialidad, por lo que su estudio derivara en aportes significativos a la comunidad educativa.

Por la favorable atención que se sirva dar a la presente, anticipo mi agradecimiento y suscribo.

Atentamente

  
Doris Montaguano

Recibo  
15-07-11  




## CENTRO DE EDUCACIÓN BÁSICA INTERCULTURAL BILINGÜE "MONS LORENZO VOLTOLINI-URUGUAY"

ACUERDO MINISTERIAL  
IGNACIO FLORES – PALOPO

Palopo, 15 de julio del 2011.

Señorita

Dorys Montaguano

Presente.

Por medio de la presente le hago llegar un cordial saludo y a la vez desearle, éxitos en la culminación de su carrera profesional.

Con respecto al oficio recibido por su persona, le autorizo realizar la investigación para el desarrollo de la tesis, y aplicar las encuestas y entrevistas a los docentes y estudiantes del Centro Educativo.



Atentamente;

Lic. Elvia Bautista

**DIRECTORA**



**Directora del CEBIB Mons. Lorenzo Voltolini – Uruguay**



**Parte de la infraestructura del Centro Educativo**



**La maestra con los estudiantes en hora de clases**



**Personal docente con los estudiantes en el programa de finados**