

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Trabajo de Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial

TEMA:

"EL INDIVIDUAL MONTESSORI EN LA RUTINA ALIMENTICIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS"

AUTORA: Cynthia Monserrath Flores Flores

TUTORA: Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg.

Ambato-Ecuador

MARZO – JULIO 2025

APROBACIÓN DE LA TUTORA

Yo, Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg. con número de cédula 1802803617, en calidad de tutora del Trabajo de Titulación sobre el tema: **"EL INDIVIDUAL MONTESSORI EN LA RUTINA ALIMENTICIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS"**, desarrollado por la estudiante: Cynthia Monserrath Flores Flores, previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial, considero que el informe investigativo reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo cual autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente, para su evaluación por parte del Tribunal de Grado, que el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato designe para su correspondiente estudio y calificación.



……..

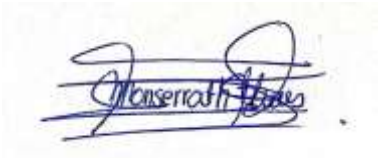
Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg.

C.C 1802803617

TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Flores Flores Cynthia Monserrath, con cédula de ciudadanía N° 1850607662, dejo constancia que el presente informe es el resultado de investigación de la autora, con el tema: **"EL INDIVIDUAL MONTESSORI EN LA RUTINA ALIMENTICIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS",** quien, basada en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, la revisión bibliográfica, he llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas de la investigación. Las ideas, opiniones y comentarios específicos en este informe, son de exclusiva responsabilidad de la autora



……..

Flores Flores Cynthia Monserrath

C.C 1850607662

AUTORA

DERECHOS DE AUTORA

Yo, Flores Flores Cynthia Monserrath en calidad de autora de la tesis realizada sobre **"EL INDIVIDUAL MONTESSORI EN LA RUTINA ALIMENTICIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS",** autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta, con fines estrictamente académicos o de investigación.



……..

Flores Flores Cynthia Monserrath

C.C 1850607662

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La comisión de estudio y calificación del Informe del Trabajo de Titulación, sobre el tema: **"EL INDIVIDUAL MONTESSORI EN LA RUTINA ALIMENTICIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 A 5 AÑOS"**, presentado por la estudiante Flores Flores Cynthia Monserrath, de la carrera de Educación Inicial, 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 el organismo pertinente.

COMISIÓN CALIFICADORA



……

Lcda. María Verónica Rodríguez Cedeño, Mg.

CC. 1706971619

Miembro de la comisión calificadora



……

Lcdo. Jorge Vinicio Yungán Lema, Mg.

C.C 1802736122

Miembro de la comisión calificadora

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de investigación, con todo mi amor y gratitud, a las personas que han sido mi inspiración, mi fuerza y mi apoyo constante durante este proceso.

A Dios, por darme salud y fortaleza necesaria para llegar hasta aquí, incluso en los momentos más difíciles.

A mis padres, Washington y Karina por su amor incondicional, por no dejarme sola, por cada sacrificio silencioso y por enseñarme con su ejemplo el valor del esfuerzo, la honestidad y la responsabilidad. Gracias por haberme dado todo. Por cada noche de desvelo pensando en mi bienestar, por cada palabra de aliento y cada gesto lleno de amor. Son el pilar de mi vida y la razón por la que he aprendido a nunca rendirme. Esta meta también es de ustedes, porque sin su guía, apoyo y fe en mí, no habría sido posible.

A mi hermano Samir, por demostrarme, con su forma de ser que el cariño entre hermanos es un lazo que fortalece el alma. Gracias por tus palabras de ánimo, tu presencia ha sido un alivio en los días difíciles y una alegría en los momentos de triunfo.

A toda mi familia, por creer en mí, por cada palabra de aliento y por estar siempre presentes en los momentos más importantes, su compañía ha sido un refugio y una motivación constante.

Este trabajo no es solo el cierre de una etapa, sino el inicio de un nuevo camino que recorro con la certeza de no haber llegado sola. A todos ustedes, gracias de corazón.

- Cynthia Monserrath Flores Flores

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más profundo agradecimiento a la Universidad Técnica de Ambato, por haberme brindado la oportunidad de formarme profesionalmente en un entorno académico de excelencia, compromiso y valores.

A mi tutora, Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg., por ser mi guía constante, por su paciencia y por compartir conmigo sus conocimientos con dedicación y generosidad. Gracias por su acompañamiento durante este proceso, por sus observaciones precisas y por motivarme a dar siempre lo mejor de mí. Su orientación ha sido clave para la realización de este trabajo.

A los docentes de la carrera, por su vocación y entrega. Cada clase, consejo y experiencia compartida ha dejado una huella en mi formación. Su compromiso con la educación ha sido una inspiración constante.

A las autoridades y personal de la Escuela de Educación Básica "Rinconcito de Ternuras", por abrirme las puertas y permitirme desarrollar mi investigación con respeto, amabilidad y colaboración.

- Cynthia Monserrath Flores Flores

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

APROBACIÓN DE LA TUTORA II

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN III

DERECHOS DE AUTORA IV

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO V

DEDICATORIA VI

AGRADECIMIENTO VII

RESUMEN EJECUTIVO XI

ABSTRACT XII

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO 13

1.1 Antecedentes Investigativos 13

1.2 Objetivos 36

1.2.1. Objetivo General 36

1.2.2. Objetivos Específicos 36

CAPÍTULO II METODOLOGÍA 38

2.1 Materiales 38

2.2 Métodos 39

CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN 42

3.1 Análisis y discusión de los resultados. 42

3.2 Planteamiento de Hipótesis 54

CAPÍTULO IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 58

4.1 Conclusiones 58

4.2 Recomendaciones 59

MATERIALES DE REFERENCIA 60

Referencias Bibliográficas 60

ANEXOS 67

Anexo 1: Red de Inclusión 67
Anexo 2: Constelación de Ideas 68
Anexo 3: Operacionalización de variables 70
Anexo 4: Instrumento ficha de observación con escala valorativa 72
Anexo 5: Carta de compromiso 73
Anexo 6: Consentimiento de padres de familia 74
Anexo 7: Validación de la ficha de observación 74
Anexo 8: Aplicación ficha de observación Pre – Test 74
Anexo 9: Aplicación ficha de observación Pos – Test 74
Anexo 10: Planificaciones 74
Anexo 11: Fotografías 74
Anexo 12: Informe Turnitin 75

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Fiabilidad del instrumento 41
Tabla 2: Ítem 1. Interés al usar el individual Montessori. 42
Tabla 3: Ítem 2. Participa en las actividades con el individual Montessori 43
Tabla 4: Ítem 3. Ubica los utensilios en el individual Montessori. 45
Tabla 5: Item 4. Se lava las manos antes de comer. 46
Tabla 6: Ítem 5. Respeta los horarios establecidos para comer. 47
Tabla 7: Ítem 6. Colabora en la preparación del espacio para comer 48
Tabla 8: Ítem 7. Consume sus alimentos de forma autónoma 49
Tabla 9: Ítem 8. Limpia su espacio al terminar de comer. 51
Tabla 10: Ítem 9. Se lava las manos después de comer. 52
Tabla 11: Ítem 10. Guarda su individual Montessori y utensilios después de comer 53

Tabla 12: Resumen del procesamiento de los casos 55

Tabla 13: Resultados de la Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. 56

Tabla 14: Tabla de comparación de prueba de normalidad Shapiro Wilk y la Prueba de Wilcoxon.....57

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Interés al usar el individual Montessori.....43

Gráfico 2: Participa en las actividades con el individual Montessori 44

Gráfico 3 Ubica los utensilios en el individual Montessori. 45

Gráfico 4: Se lava las manos antes de comer. 46

Gráfico 5: Respeta los horarios establecidos para comer. 47

Gráfico 6: Colabora en la preparación del espacio para comer.....49

Gráfico 7: Consume sus alimentos de forma autónoma 50

Gráfico 8: Limpia su espacio al terminar de comer.....51

Gráfico 9: Se lava las manos después de comer. 52

Gráfico 10: Guarda su individual Montessori y utensilios después de comer.....53

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

TEMA: El individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

AUTORA: Flores Flores Cynthia Monserrath

TUTORA: Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del método individual Montessori en el desarrollo de la autonomía durante la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica "Rinconcito de Ternuras". Se planteó una hipótesis alternativa (H_1) que proponía que la aplicación de esta metodología influiría significativamente en el fortalecimiento de la autonomía. El enfoque metodológico fue de tipo cuantitativo, con diseño preexperimental de un solo grupo con medición pretest y postest. La muestra estuvo conformada por 20 niños y niñas, a quienes se les aplicó una ficha de observación antes y después de implementar una serie de actividades basadas en la utilización del individual Montessori. Esta intervención tuvo como finalidad fomentar el desarrollo de habilidades relacionadas con la autonomía en la alimentación, tales como el uso adecuado de cubiertos, la limpieza posterior al comer, y la autorregulación durante la ingesta.

Para el análisis de los datos, se utilizó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, la cual arrojó un valor de significancia de 0.021, indicando que los datos no seguían una distribución normal. Por ello, se aplicó la rigurosa prueba no paramétrica de Wilcoxon para comparar adecuadamente muestras relacionadas. Esta arrojó un valor de $Z = -4.005$ con un nivel de significancia de 0.001, lo cual permitió rechazar la hipótesis nula y aceptar la alternativa. En conclusión, los resultados demostraron que la aplicación del individual Montessori tuvo un efecto notoriamente positivo y significativo en el desarrollo de la autonomía alimenticia infantil.

Palabras clave: Alimentación, Autonomía, Educación Infantil, Método Montessori, Postest, Pretest, Rutina.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

THEME: El individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

AUTHOR: Flores Flores Cynthia Monserrath

TUTOR: Lcda. Gissela Alexandra Arroba López, Mg.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the influence of the individual Montessori method on the development of autonomy during eating routines in children aged 4 to 5 years at the "Rinconcito de Ternuras" Basic Education School. An alternative hypothesis (H_1) was proposed, suggesting that the application of this methodology would significantly strengthen autonomy. The methodological approach was quantitative, with a pre-experimental design involving a single group with pretest and posttest measurements. The sample consisted of 20 children who were evaluated using an observation sheet before and after implementing a series of activities based on the individual Montessori method. The purpose of the intervention was to promote the development of autonomy-related skills during meals, such as proper use of utensils, cleaning up after eating, and self-regulation during food intake.

For data analysis, the Shapiro-Wilk normality test was used, yielding a significance value of 0.021, indicating that the data did not follow a normal distribution. Therefore, the non-parametric Wilcoxon signed-rank test for related samples was applied. This test produced a Z value of -4.005 with a significance level of 0.001, which led to the rejection of the null hypothesis and acceptance of the alternative. In conclusion, the results showed that the application of the individual Montessori method had a positive and significant effect on the development of children's autonomy in eating routines.

Keywords: Autonomy, Childhood Education, Eating, Montessori Method, Posttest, Pretest, Routine

CAPÍTULO I
MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes Investigativos

Para realizar el trabajo de investigación se indagó y se realizó la búsqueda de información en artículos científicos, repositorios digitales, libros, revistas, etc., en donde se logró obtener información vinculada con "El individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años" con el fin de aportar con información relevante a las variables de estudio.

En el trabajo realizado por **Turushina** (2022)**,** con el tema "La metodología Montessori para desarrollar la autonomía e independencia en niños de 3-5 años en tiempos de pandemia". tuvo como objetivo analizar el impacto del individual Montessori en las rutinas alimenticias de niños pequeños. Utilizando una metodología cualitativa basada en entrevistas y observaciones, se evidenció que el uso de este material promovió la autonomía, el orden y la responsabilidad durante la comida, además de favorecer la autorregulación de los hábitos alimenticios y fomentar prácticas alimenticias organizadas.

Este estudio fue altamente valioso, ya que permitió comprender de qué manera la implementación del individual Montessori incidió en el desarrollo de la autonomía alimenticia en los niños pequeños. Al enfocarse en la práctica en el aula y en la observación directa del comportamiento infantil, ofreció una perspectiva significativa sobre la relevancia de los recursos didácticos en la construcción de hábitos ordenados y responsables, lo que favoreció la autorregulación y el autocuidado durante la primera infancia, particularmente en niños de 4 a 5 años.

Reyes (2022), en su estudio "El método Montessori en el aula de infantil", cuyo objetivo fue describir los beneficios del uso del individual Montessori en la rutina alimenticia. A través de una metodología cualitativa con observación participante, se evidenció que los niños adquirieron hábitos como servirse solos, usar adecuadamente

los cubiertos y mantener limpio su espacio. Se concluyó que este material fomenta la autonomía, el sentido de responsabilidad y la formación de hábitos organizados y saludables en el contexto escolar.

Esta investigación aportó de manera significativa al permitir identificar los beneficios del individual Montessori en el desarrollo de hábitos alimenticios organizados durante la etapa infantil. Al basarse en la observación directa del comportamiento de los niños, proporcionó una visión relevante sobre cómo este recurso promovió la autonomía, la responsabilidad y el orden en el entorno escolar, especialmente durante la hora de la comida, favoreciendo así prácticas saludables en niños de 4 a 5 años.

En el trabajo realizado por **García** (2020), con el tema "La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje", cuyo objetivo fue determinar la influencia de los materiales Montessori, en especial el individual, en la rutina alimenticia. Con una metodología cualitativa de tipo etnográfico, se observó que los niños que utilizaban este recurso mostraban mayor habilidad para servirse y organizar su espacio durante la comida. Se concluyó que el individual Montessori es una herramienta de aprendizaje funcional y un factor clave en la alimentación infantil.

Este artículo resultó valioso porque evidenció cómo el individual Montessori funcionó como una herramienta efectiva dentro de la rutina alimenticia infantil. Al sustentarse en una metodología etnográfica, aportó una comprensión profunda sobre la organización y la autonomía que los niños desarrollaron al utilizar este recurso, fortaleciendo habilidades esenciales como servirse por sí mismos y mantener ordenado su espacio, particularmente en niños de 4 a 5 años.

Por otra parte, para **Matute** (2023), en su investigación "Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de educación básica de la escuela María Montessori", tuvo como objetivo describir cómo el enfoque Montessori influye en la creación de rutinas saludables. Mediante una metodología cualitativa basada en entrevistas a educadoras, se evidenció que el uso del individual fomentaba hábitos como esperar su turno, mantener el orden en la mesa y valorar el momento del almuerzo. Se concluyó que este método favorece un aprendizaje significativo en la rutina alimenticia.

Este estudio fue pertinente porque destacó cómo el enfoque Montessori, mediante el uso del individual, impulsó la creación de rutinas alimenticias saludables. Al recoger las experiencias de las educadoras, ofreció una mirada enriquecedora sobre el valor pedagógico de este recurso para fomentar conductas como la espera, el orden y la valoración del momento del almuerzo, fortaleciendo la autonomía y el aprendizaje significativo en niños de 4 a 5 años.

Por otro lado, otro autor que añade información con su investigación es **Rocha** (2023); con el tema "La autonomía en la alimentación infantil mediante el uso del método Montessori", cuyo objetivo fue evaluar cómo los individuales y otros materiales Montessori influyen en la independencia durante la comida. Se aplicó una metodología cualitativa con observación participante. Los resultados mostraron que los niños eran más organizados, limpios y usaban correctamente los utensilios. Se concluyó que el método fomenta hábitos saludables desde edades tempranas.

Este trabajo fue clave al evidenciar la comprensión del impacto directo del individual Montessori en el desarrollo de la autonomía durante la alimentación. Al sustentarse en la observación participante, aportó evidencia concreta sobre cómo este recurso fomentó el orden, la limpieza y el uso adecuado de utensilios, promoviendo desde edades tempranas hábitos saludables y fortaleciendo la independencia en niños.

Otro estudio realizado por **Uzhca** (2019), con el tema "Elaboración de material didáctico basado en el método Montessori para desarrollar la motricidad fina en niños", analizó el papel del individual Montessori en las rutinas de alimentación. Se aplicó una metodología cualitativa con entrevistas a docentes. Los resultados mostraron que los niños desarrollaban mayor sentido del orden al comer. Se concluyó que el individual promovía la disciplina y la autonomía alimenticia. El estudio aporta evidencia sobre su impacto en contextos ecuatorianos. Refuerza la importancia del material Montessori en el desarrollo de hábitos organizados.

Esta investigación resultó muy valiosa, ya que evidenció cómo el uso del individual Montessori incidió positivamente en el desarrollo de rutinas alimenticias dentro del contexto ecuatoriano. Al centrarse en entrevistas a docentes, aportó una perspectiva

pedagógica sobre la manera en que este recurso promovió el orden, la disciplina y la autonomía durante la alimentación, fortaleciendo hábitos saludables en niños de 3 a 5 años.

Así también **Albán** (2021)**,** con el tema "El método Montessori en el desarrollo integral de los niños/as de 4 a 5 años", analizó cómo los materiales Montessori influyen en la alimentación y el cuidado personal. Se utilizó un enfoque cualitativo con observaciones directas. Los resultados mostraron que los niños mejoraban su participación en la comida y respetaban normas de higiene y orden. Se concluyó que el individual Montessori estructuraba positivamente la rutina alimenticia. El estudio respalda la importancia de este material en la formación de hábitos organizados.

Este estudio fue muy pertinente, ya que reafirmó el impacto del individual Montessori en la estructuración de rutinas alimenticias organizadas. Al basarse en observaciones directas, brindó una visión clara sobre cómo este recurso favoreció la participación activa, el respeto por las normas de higiene y el orden durante la hora de comida, fortaleciendo así el cuidado personal y la autonomía en niños de 4 a 5.

En la ciudad de Ambato **Chicaiza** (2023), con el tema "Las tablas de actividades de María Montessori en los hábitos de higiene y orden de los niños de 3 a 4 años", identificó cómo el individual Montessori favorecía los hábitos de aseo. Se aplicó una metodología cualitativa con entrevistas y registros de campo. Los resultados mostraron una mejora significativa en la organización personal durante la comida. Se concluyó que el método Montessori era efectivo en el entorno escolar. El estudio refuerza el tema al evidenciar los beneficios del individual Montessori en la rutina alimenticia.

Este artículo fue de gran utilidad al respaldar con evidencia local cómo el uso del individual Montessori favoreció la organización personal y los hábitos de aseo durante la alimentación. A través de entrevistas y registros de campo, ofreció una perspectiva concreta sobre la efectividad del método Montessori como estrategia educativa, especialmente en la formación de rutinas alimenticias estructuradas en niños de 3 a 4 años en contextos escolares de Ambato.

Por otro lado, **Alquinga** (2022)**,** se realizó la investigación titulada "Aplicación del método Montessori para el desarrollo de la autonomía en las actividades de cuidado personal en niños con discapacidad intelectual", observó los beneficios del individual Montessori en la organización y autonomía de los niños. Se aplicó una metodología cualitativa con observación directa. Los resultados mostraron que los niños mantenían su espacio limpio y demostraban responsabilidad con los utensilios. Se concluyó que el individual favorecía la autorregulación.

Este trabajo fue esencial para contextualizar cómo el uso del individual Montessori influyó en el desarrollo de la autonomía en niños con discapacidad intelectual. Al centrarse en la observación directa de los niños, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo la organización y el cuidado personal pudieron ser potenciados mediante este método, un aspecto clave para comprender el impacto del individual Montessori en la rutina diaria de niños de 4 a 5 años.

En el trabajo realizado por **Cando** (2021)**,** con el tema "Influencia de la implementación del método Montessori en el desarrollo de la autonomía de los niños en educación básica elemental", analizó cómo el individual Montessori favorecía rutinas organizadas durante la comida. Se utilizó una metodología cualitativa con observación estructurada. Los resultados mostraron que los niños eran más conscientes de sus acciones, mantenían limpio su espacio y participaban activamente en la merienda. Se concluyó que el individual era una herramienta efectiva para desarrollar hábitos alimenticios.

Este artículo resultó valioso porque vinculó el uso del individual Montessori con el desarrollo de la autonomía en las rutinas alimenticias. Al centrarse en la observación estructurada de los niños, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo este recurso pedagógico fomentó la responsabilidad y la participación en actividades como la merienda, un aspecto clave para comprender su impacto en la organización alimenticia en niños de 4 a 5 años.

En el trabajo realizado por **Puebla** (2022)**,** con el tema "La metodología de María Montessori", analizó la influencia del individual Montessori en la formación de hábitos

diarios en niños de 4 años. Se utilizó una metodología cualitativa con registros de observación y entrevistas a maestras. Los resultados mostraron que el individual promovía mayor concentración y participación en las rutinas, especialmente durante la comida. Se concluyó que su uso fortalecía la autonomía y el orden en los niños.

Este artículo apoyó el presente estudio al mostrar cómo el uso del individual Montessori influyó en la formación de hábitos diarios en niños de 4 años. Al centrarse en los registros de observación y las entrevistas a maestras, ofreció una perspectiva importante sobre el impacto de este recurso en la concentración y participación de los niños durante las rutinas, un aspecto clave para fortalecer la autonomía y el orden en las actividades alimenticias, especialmente en niños de 4 a 5 años.

El trabajo de **Ortega** (2020)**,** con el tema "El ambiente preparado y el uso del individual Montessori en la etapa preescolar", observó cómo el uso del individual influía en la organización personal de los niños durante la colación. Se aplicó una metodología cualitativa con registros fotográficos y observaciones. Los resultados mostraron que los niños colocaban objetos en su lugar, respetaban turnos y mantenían limpio su espacio. Se concluyó que el individual contribuía a la estructuración del entorno y al desarrollo de hábitos.

Este estudio fue importante porque resaltó cómo el ambiente Montessori, especialmente el uso del individual, influyó en la organización personal de los niños durante el horario de colación. Al basarse en registros fotográficos y observaciones, proporcionó una perspectiva relevante sobre cómo este recurso ayudó a los niños a mantener el orden y la limpieza en su espacio, un aspecto clave para desarrollar hábitos de autonomía en la rutina alimenticia, especialmente en niños de 4 a 5 años.

En el trabajo realizado por **Castillo** (2021), con el tema "Influencia del material didáctico basado en el método Montessori", analizó cómo el uso del individual Montessori contribuye al desarrollo didáctico. Se utilizó una metodología cualitativa con observación participativa. Los resultados mostraron que los niños que utilizaban el individual respetaban normas, cuidaban su espacio y eran más independientes. Se concluyó que el individual Montessori es clave en la construcción de rutinas

estructuradas. El estudio aporta evidencia internacional sobre su funcionalidad en la organización didáctica.

Esta investigación destacó cómo el uso del individual Montessori contribuyó al desarrollo didáctico y a la organización de rutinas. Al centrarse en la observación participativa, aportó una perspectiva importante sobre cómo este recurso fomentó el respeto por las normas, el cuidado del espacio y la independencia en los niños, un aspecto clave para promover la autonomía en actividades estructuradas, especialmente en niños de 4 a 5 años.

Por otro lado, el trabajo realizado por **Egiavil** (2020)**,** con el tema "Influencia del método Montessori en el desarrollo de la pre-escritura en los niños y niñas", identificó si el uso del individual favorecía habilidades como la preescritura. Se utilizó una metodología mixta, con observación directa y encuestas a docentes. Los hallazgos mostraron que los niños mostraban mayor conciencia sobre la preescritura y colaboraban más en la rutina. Se concluyó que este material facilitaba la formación de hábitos saludables.

Este trabajo resultó pertinente al mostrar que el uso del individual Montessori favoreció el desarrollo de habilidades como la preescritura en los niños. Al centrarse en la observación directa y en las encuestas a docentes, ofreció una perspectiva importante sobre cómo este recurso fomentó la conciencia en los niños y su disposición para colaborar, un aspecto clave para promover hábitos saludables y la organización en actividades preescritoras, especialmente en niños de 4 a 5 años.

En el estudio realizado por el autor **Chalán** (2024)**,** con el tema "Análisis de los posibles cambios en los hábitos de alimentación en niños de edad escolar", investigó cómo las rutinas alimenticias organizadas afectaban el bienestar físico y psicológico de niños de 4 a 5 años. Se utilizó una metodología cualitativa con entrevistas a padres y observación en el aula. Los resultados mostraron que las rutinas estructuradas favorecían mejores hábitos de consumo y salud. Se concluyó que estas rutinas son cruciales para el desarrollo saludable. El estudio respalda la importancia de establecer rutinas alimenticias en la infancia.

El estudio fue de gran ayuda porque relacionó cómo las rutinas alimenticias organizadas influyeron en el bienestar físico y psicológico de los niños de 4 a 5 años. Al centrarse en entrevistas a padres y en la observación en el aula, ofreció una perspectiva importante sobre cómo una rutina estructurada pudo mejorar los hábitos de consumo y la salud general, un aspecto clave para promover el desarrollo saludable en los niños de estas edades.

Mujica (2023), realizó el estudio titulado "Formación de hábitos alimenticios en la primera infancia", analizó cómo las rutinas alimenticias influían en los hábitos alimenticios futuros de niños de 3 a 5 años. Se utilizó una metodología cualitativa con observación participativa y entrevistas a educadores. Los resultados mostraron que los niños con rutinas alimenticias consistentes eran más dispuestos a probar nuevos alimentos y respetar horarios. Se concluyó que las rutinas son fundamentales para la educación nutricional. El estudio destaca la relación entre la estructura y los hábitos alimenticios.

Este artículo respaldó directamente el presente estudio al demostrar cómo las rutinas alimenticias en niños de 3 a 5 años influyeron en sus hábitos alimenticios futuros. Al centrarse en la observación participativa y en las entrevistas a educadores, ofreció una perspectiva importante sobre cómo una rutina alimenticia consistente fomentó la disposición a probar nuevos alimentos y el respeto por los horarios, un aspecto clave para promover hábitos alimenticios saludables en niños de 4 a 5 años.

Asimismo, el autor **Silva** (2024), con el tema "La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia", cuyo objetivo fue analizar el efecto de las rutinas infantiles en su desarrollo emocional, se utilizó una metodología cualitativa con entrevistas a padres y observaciones. Los resultados mostraron que los niños con rutinas de comida regulares se mostraban más tranquilos y equilibrados emocionalmente. Así también, se concluyó que una rutina alimenticia consistente favorecía el desarrollo emocional positivo.

El estudio fue fundamental porque resaltó cómo las rutinas de comida regulares influyeron en el desarrollo emocional de los niños. Al centrarse en entrevistas a padres

y en observaciones, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo una rutina alimenticia consistente promovió la tranquilidad y el equilibrio emocional en los niños, un aspecto fundamental para fomentar el bienestar emocional en niños de 4 a 5 años.

En la Universidad Politécnica Salesiana el autor **Arévalo** (2022), con el tema "Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico en los niños de 4 a 5 años", investigó cómo las rutinas de comida impactaban en el comportamiento y la salud infantil. Se utilizó una metodología cualitativa, observando a los niños durante las horas de comida y registrando su comportamiento. Se concluyó que las rutinas alimenticias favorecían el bienestar conductual. El estudio resalta cómo la estructura alimenticia influye en la conducta infantil.

Este trabajo fue útil porque permitió analizar cómo las rutinas alimenticias impactaron en el comportamiento y la salud de los niños de 4 a 5 años. Al centrarse en la observación de los niños durante las horas de comida y en el registro de su comportamiento, ofreció una perspectiva importante sobre cómo una rutina alimenticia estructurada contribuyó al bienestar conductual, un aspecto clave para promover hábitos saludables en la infancia.

Así también el artículo publicado en Manizales nos muestra como **Mazo** (2020)**,** analizó las "Prácticas de crianza en los hábitos de alimentación", analizó cómo las rutinas alimenticias regulares afectaban la salud física de los niños en edad preescolar. Utilizó una metodología cualitativa con observación directa y entrevistas a educadores.

Los resultados mostraron que las rutinas alimenticias estructuradas favorecían el crecimiento y la energía. Se concluyó que estas rutinas son esenciales para un desarrollo físico saludable. El estudio refuerza la importancia de las rutinas alimenticias en la infancia.

Este artículo reforzó la investigación al demostrar que las rutinas alimenticias regulares influyeron en la salud física de los niños en edad preescolar. Al centrarse en la observación directa y en las entrevistas a educadores, proporcionó una perspectiva

importante sobre cómo una rutina alimenticia estructurada favoreció el crecimiento y la energía, un aspecto clave para promover el desarrollo físico saludable en niños de 4 a 5 años.

Por otro lado, el autor **Torres** (2020), desarrolló la investigación titulada "Hábitos de vida saludable y su impacto en el rendimiento de la prueba TERCE en niños panameños en edad escolar", cuyo objetivo fue analizar cómo los hábitos alimenticios y de actividad física afectaban el rendimiento académico. Se utilizó una metodología cuantitativa con una muestra de estudiantes panameños. Los resultados mostraron una correlación positiva entre hábitos saludables y un mejor rendimiento en la prueba TERCE. Se destacó la importancia de la nutrición y los hábitos saludables en el desarrollo cognitivo y el rendimiento escolar.

El estudio fue muy relevante al evidenciar que los hábitos alimenticios y de actividad física influyeron en el rendimiento académico de los niños en edad escolar. Al centrarse en una metodología cuantitativa y estudiar una muestra de estudiantes panameños, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo los hábitos de vida saludable, como una alimentación balanceada, la actividad física regular y el descanso adecuado, pudieron mejorar el rendimiento cognitivo y escolar, un aspecto clave para promover el bienestar integral en los niños.

A continuación, **Miño** (2019)**,** con su investigación titulada "Nutrición y rendimiento escolar de niños de educación general básica" cuyo objetivo fue observar cómo las rutinas alimenticias impactaban el rendimiento escolar y conductual en niños de 5 años. Se aplicó una metodología cualitativa con entrevistas a docentes y observación directa. Los resultados mostraron que los niños con rutinas alimenticias regulares tenían mayor concentración y mejor comportamiento. Se concluyó que las rutinas alimenticias son cruciales para el rendimiento escolar y conductual. Este estudio apoya la relación entre las rutinas alimenticias y el rendimiento infantil.

Este trabajo aportó una perspectiva significativa al mostrar cómo las rutinas alimenticias impactaron en el rendimiento escolar y conductual de los niños de 5 años. Al enfocarse en entrevistas con docentes y en la observación directa, ofreció una visión

relevante sobre cómo las rutinas alimenticias regulares influyeron en la concentración y el comportamiento, un aspecto clave para mejorar el desempeño infantil.

Con respecto a las rutinas alimenticias **Arévalo** (2022), ejecutó el estudio titulado "Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico de los niños de 4 a 5 años, El objetivo fue evaluar cómo las rutinas alimenticias afectan el desarrollo de la autonomía. Utilizó una metodología cualitativa con observación estructurada y entrevistas a educadores. Los resultados mostraron que las rutinas alimenticias estables aumentaban la autonomía de los niños. Se concluyó que estas rutinas favorecen la autonomía infantil.

El estudio fue valioso por su enfoque en la autonomía dentro de las rutinas alimenticias regulares y cómo estas influyeron en el desarrollo de los niños de 4 a 5 años. Al centrarse en la observación estructurada y en las entrevistas a educadores, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo las rutinas alimenticias estables fomentaron la autonomía en el día a día de los niños, un aspecto clave para apoyar su crecimiento y desarrollo independiente, especialmente en actividades cotidianas como la hora de la comida.

En la revista Divulga Ciencia, el autor **Montero** (2021) llevó a cabo la investigación titulada "La actitud emocional en la conducta alimentaria en los niños y niñas de 3 a 4 años", con el objetivo de analizar cómo las rutinas alimenticias afectan el comportamiento emocional. Se utilizó una metodología cualitativa con entrevistas a padres y observación en el aula. Los resultados indicaron que los niños con rutinas estables eran menos ansiosos y más emocionalmente equilibrados. Se concluyó que las rutinas alimenticias favorecen el desarrollo emocional. Este estudio refuerza la relación entre las rutinas alimenticias y el bienestar emocional infantil.

Este artículo aportó a la investigación al demostrar que las rutinas alimenticias influyeron en el comportamiento emocional de los niños de 4 años. Al centrarse en entrevistas a padres y en la observación en el aula, proporcionó una perspectiva importante sobre cómo las rutinas alimenticias estables ayudaron a reducir la ansiedad y fomentaron la estabilidad emocional, un aspecto clave para promover el bienestar

emocional en niños de esta edad.

Por otra parte, **De la Cruz** (2024), desarrolló su estudio titulado "La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial", con el objetivo de evaluar la relación entre las rutinas alimenticias y el comportamiento infantil. Se aplicó una metodología cualitativa, mediante observación directa y entrevistas a educadores. Los resultados mostraron que los niños con rutinas alimenticias estructuradas tenían un comportamiento más calmado y cooperativo. Se concluyó que las rutinas alimenticias impactan directamente en el comportamiento infantil.

Este trabajo fue clave al señalar cómo las rutinas alimenticias influyeron en el comportamiento infantil en niños de 4 a 5 años. Al centrarse en la observación directa y en las entrevistas a educadores, ofreció una perspectiva importante sobre cómo las rutinas alimenticias estructuradas promovieron un comportamiento más calmado y cooperativo, un aspecto clave para mejorar el bienestar y el desarrollo conductual de los niños.

El estudio de **Herrera** (2023), titulado "La Lonchera Saludable en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años", su objetivo fue investigar cómo las rutinas alimenticias favorecen el desarrollo físico y emocional de los niños. Se empleó una metodología cualitativa que incluyó entrevistas con docentes y observación directa. Los resultados indicaron que los niños con hábitos alimenticios consistentes mostraban mayor seguridad, orden y prácticas saludables. Además, se concluyó que una alimentación bien organizada tiene un efecto positivo en el bienestar general.

El estudio fue de gran ayuda, ya que logró resaltar cómo las rutinas alimenticias influían en el desarrollo físico y emocional de los niños de 4 a 5 años. Al centrarse en las entrevistas a docentes y en la observación directa, ofreció una perspectiva importante sobre cómo una alimentación organizada podía fortalecer la seguridad, el orden y los hábitos saludables en los niños, un aspecto clave para mejorar su bienestar general en el contexto educativo.

En la investigación de **Warncke** (2021), titulada "Alimentación y hábitos de vida

saludable en educación infantil", realizada en Medellín, Colombia, se evaluó la relación entre las prácticas alimenticias y el desarrollo de la autonomía en niños de 3 a 5 años. La investigación utilizó una metodología cuantitativa, basada en observaciones sistemáticas y registros de comportamiento. Los resultados revelaron que los niños que participaban activamente en su rutina alimenticia mostraban mayor independencia. Además, se concluyó que las rutinas alimenticias bien estructuradas fomentan la autorregulación.

La investigación fue de gran relevancia porque evidenció cómo las rutinas alimenticias estructuradas influían en el desarrollo de la autonomía en los niños. Al centrarse en las observaciones sistemáticas y los registros de comportamiento, ofreció una perspectiva importante sobre cómo la participación activa de los niños en su rutina alimenticia podía fortalecer su independencia, un aspecto clave para promover la autorregulación y hábitos alimenticios organizados desde la infancia.

El estudio de **Púlido** (2020)**,** titulado "Rutinas alimenticias y orden en el aula en niños de educación inicial", se llevó a cabo en una escuela pública de Guayaquil, Ecuador, con el objetivo de determinar la relación entre las rutinas alimenticias y el comportamiento organizado en el entorno escolar. La investigación adoptó un enfoque mixto, utilizando encuestas a docentes y observación de actividades diarias. Los resultados indicaron que los niños que seguían una rutina alimenticia estructurada eran más organizados en otras áreas de su jornada.

El estudio aportó una visión contextualizada al mostrar cómo las rutinas alimenticias influían en el comportamiento ordenado de los niños en el entorno escolar. Al centrarse en las encuestas a docentes y la observación de actividades diarias, ofreció una perspectiva importante sobre cómo una rutina alimenticia clara podía fomentar la organización y el orden en otras áreas del día, un aspecto clave para mejorar la conducta infantil en el aula.

En el trabajo de **Abadeano** (2019), titulado "Alimentación saludable en preescolares", desarrollado en Buenos Aires, Argentina, cuyo objetivo fue identificar cómo la educación en alimentación incide en la formación de hábitos alimenticios en niños de

4 a 5 años. Utilizando una metodología cualitativa con observación y entrevistas, los resultados mostraron que una rutina clara durante la comida promovía hábitos más saludables y mayor disposición para colaborar. El estudio concluyó que las rutinas alimenticias son esenciales para formar hábitos desde la infancia.

El artículo fue de gran utilidad, ya que resaltó que la educación alimentaria tenía un impacto significativo en la formación de hábitos saludables en niños de 4 a 5 años. Al basarse en la observación participante y en entrevistas a las familias, brindó una visión relevante sobre cómo establecer una rutina clara durante las comidas podía promover comportamientos saludables y una actitud colaborativa, lo cual resultaba fundamental para fortalecer los hábitos alimenticios desde la infancia.

El estudio de **Acosta** (2020), titulado "La Autorregulación en la Primera Infancia", cuyo objetivo fue analizar el impacto de las rutinas (incluyendo la alimenticia) en el desarrollo de la autorregulación emocional y conductual. Se utilizó una metodología cualitativa con observación estructurada. Los resultados mostraron que los momentos de comida eran clave para el aprendizaje del respeto por normas, el orden y el autocuidado, así también se concluyó que la rutina alimenticia no solo favorece el bienestar físico, sino también el desarrollo socioemocional.

Este estudio fue clave, ya que proporcionó una visión integral sobre cómo las rutinas alimenticias influían en el desarrollo de la autorregulación emocional y conductual en los niños. Al centrarse en la observación estructurada, ofreció una perspectiva valiosa sobre cómo los momentos de comida podían ser esenciales para enseñar el respeto por las normas, el orden y el autocuidado, aspectos fundamentales para el bienestar físico y socioemocional de los niños dentro del proceso educativo.

El tema de este estudio adquirió relevancia debido a su potencial impacto en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables durante la primera infancia. La aplicación del enfoque individual Montessori en la rutina alimenticia de niños de 4 a 5 años no solo favoreció la autonomía infantil, sino que también mostró mejoras en el bienestar nutricional, un aspecto fundamental para el desarrollo físico y cognitivo. La investigación permitió analizar cómo el método Montessori podía optimizar las rutinas

alimenticias, contribuyendo a la formación de hábitos saludables desde una edad temprana, lo que representó un impacto duradero en la vida de los niños.

El interés por este estudio radicó en la creciente necesidad de incorporar enfoques pedagógicos innovadores en la educación infantil. La metodología Montessori demostró ser eficaz en el desarrollo de la independencia y la autorregulación en distintas áreas del aprendizaje. Al aplicarse en el contexto de la rutina alimenticia, esta investigación ofreció una aproximación novedosa para mejorar tanto las prácticas educativas como las nutricionales, lo que generó un notable interés por explorar los beneficios que dicha integración podía tener en el ámbito académico y en el bienestar general de los niños.

La originalidad de esta investigación se destacó por su enfoque innovador al integrar el uso del individual Montessori específicamente en las rutinas alimenticias de los niños. Aunque el enfoque Montessori había sido ampliamente aplicado en el desarrollo cognitivo y emocional, su aplicación directa en la educación alimenticia en niños de 4 a 5 años representó un campo aún poco explorado. Esta investigación aportó una nueva perspectiva que podría ofrecer soluciones prácticas y efectivas para mejorar las rutinas alimenticias y fomentar hábitos saludables desde una edad temprana.

La factibilidad de este estudio estuvo respaldada por el acceso a los recursos necesarios para implementar y evaluar las actividades Montessori dentro de la rutina alimenticia en la Escuela de Educación Básica Rinconcito de Ternuras. La investigación contó con el aval institucional y con el compromiso de los docentes para llevar a cabo la aplicación de las actividades propuestas.

Los beneficiarios directos de esta investigación fueron los niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica Rinconcito de Ternuras, quienes experimentaron mejoras en sus rutinas alimenticias y en el desarrollo de hábitos saludables. Además, los docentes resultaron beneficiados al contar con nuevas herramientas y estrategias pedagógicas para fomentar la autonomía alimentaria en los niños. Los beneficiarios indirectos incluyeron a las familias de los niños, quienes pudieron incorporar las prácticas aprendidas en el hogar, contribuyendo así al bienestar integral de los

menores. Asimismo, otras instituciones educativas pudieron tomar los resultados como referencia para adaptar prácticas similares en sus propias comunidades educativas.

La fundamentación teórica de este estudio se centró en el método Montessori, el cual promovía la autonomía y el aprendizaje práctico. En particular, la aplicación del individual Montessori en la rutina alimenticia permitió desarrollar habilidades de organización y autocuidado en los niños. Este enfoque favoreció la creación de hábitos saludables, impulsando su bienestar físico y emocional mediante prácticas estructuradas en su vida cotidiana.

En primer lugar, **Montessori** (2020) mencionó que la Metodología Montessori era un enfoque educativo basado en la autonomía del niño, la exploración sensorial y el aprendizaje autodirigido. Se fundamentó en la idea de que los niños poseían una capacidad innata para absorber conocimientos de su entorno mediante la manipulación de materiales diseñados específicamente para su desarrollo. En este método, el docente actuaba como un guía, proporcionando un ambiente estructurado pero flexible que fomentaba la curiosidad. Además, se centró en períodos sensibles del aprendizaje, en los cuales los niños mostraban mayor receptividad a ciertos conocimientos.

Así mismo, **Hernández** (2021) señaló que la Metodología Montessori se basaba en el principio de la educación activa, donde el niño era el principal protagonista de su aprendizaje. En este enfoque, los materiales didácticos jugaron un papel crucial, ya que estaban diseñados para facilitar la autoevaluación y el desarrollo de habilidades cognitivas y motoras. El ambiente preparado fue clave, pues ofrecía libertad dentro de un marco estructurado que permitía a los niños aprender a su propio ritmo. Además, esta metodología enfatizó el desarrollo integral del niño, considerando aspectos emocionales, sociales y físicos.

Ahora bien, **Álvarez** (2024) explicó que la Metodología Montessori constituía un enfoque educativo orientado al aprendizaje experiencial, donde los niños adquirían conocimientos a través de la interacción con su entorno. Este modelo permitía el desarrollo de habilidades prácticas mediante la manipulación de materiales concretos, fomentando la experimentación y la exploración. La autonomía se consideró un pilar

fundamental, ya que los niños aprendían a tomar decisiones y resolver problemas de forma independiente. Además, el ambiente preparado estimulaba la concentración y el orden, facilitando un aprendizaje significativo.

Por otra parte, **Paredes** (2024) describió la Metodología Montessori como un sistema educativo fundamentado en la Autoeducación y el respeto por el ritmo individual de cada niño. Se estructuró en un ambiente cuidadosamente diseñado que facilitaba la exploración y el descubrimiento, donde los niños tenían la libertad de elegir sus actividades. El aprendizaje multisensorial fue una característica esencial de este método, ya que los niños utilizaban sus sentidos para comprender el mundo. Los materiales didácticos se diseñaron para fomentar la independencia y la autoconfianza, permitiendo el desarrollo de habilidades cognitivas y motoras.

Dentro de la metodología Montessori, se reconocieron diversos principios fundamentales que sustentaron su enfoque pedagógico y guiaron el diseño de ambientes de aprendizaje orientados a fomentar el desarrollo integral del niño. Estos principios, formulados por María Montessori a partir de sus observaciones científicas sobre el comportamiento infantil, permitieron promover una educación centrada en el niño, en la que este actuaba como protagonista de su propio aprendizaje. A continuación, se describieron los más relevantes:

Este principio se refirió a la capacidad del niño para seleccionar sus actividades dentro de un entorno estructurado, lo que le permitió desarrollar autonomía, autorregulación y responsabilidad. Montessori sostenía que “la disciplina no es algo que el maestro impone, sino algo que el niño desarrolla por sí mismo”. De esta manera, se estableció un equilibrio entre la libertad de acción del niño y las normas que regían la convivencia, así como el uso adecuado del espacio y los materiales (Montessori, 2020).

María Montessori enfatizaba la necesidad de respetar las etapas y ritmos de desarrollo de cada niño. Esta visión reconoce que el aprendizaje no debe ser homogéneo ni acelerado, sino ajustado a las necesidades, intereses y capacidades individuales. El docente, en este contexto, asume el rol de guía y observador, permitiendo que cada niño avance según su propio proceso de maduración y aprendizaje. Uno de los pilares

más reconocidos del método Montessori es el diseño de un "ambiente preparado", entendido como un espacio ordenado, estéticamente agradable y adaptado al tamaño y necesidades del niño.

El aprendizaje autónomo mediante el uso de materiales concretos
La pedagogía Montessori priorizó el uso de materiales didácticos concretos y sensoriales, diseñados específicamente para que el niño pudiera manipular, explorar y descubrir conceptos de forma activa. Esta característica promovió un aprendizaje significativo y autónomo, en el que el error formaba parte del proceso de descubrimiento y no era motivo de castigo. Los materiales Montessori se organizaron para fomentar la autoevaluación, la repetición y la adquisición progresiva de conocimientos.

En este estudio, además de analizar el uso del individual Montessori, también se abordarán los principios fundamentales del método Montessori, como la autonomía, el respeto por el ritmo individual y el aprendizaje activo. Estos principios son esenciales para comprender cómo el ambiente preparado y las herramientas específicas, como el individual, favorecen la formación de hábitos saludables y promueven el desarrollo emocional y social en los niños.

Sin embargo, **Caminero** (2021) señaló que los pilares esenciales del método Montessori se centraron en promover la autonomía, ofrecer libertad dentro de ciertos límites y favorecer el aprendizaje mediante la experiencia directa. Desde esta perspectiva, el niño fue considerado como el actor principal de su propio proceso educativo, respetando sus etapas sensibles de desarrollo. Asimismo, se subrayó la importancia de un entorno cuidadosamente diseñado, en el que los materiales didácticos despertaran la curiosidad natural y motivaran la exploración. La responsabilidad y la autodisciplina se desarrollaron a partir de la interacción con el ambiente, sin recurrir a premios ni castigos.

En cambio, **Sanchidrián** (2023) explicó que los principios Montessori se enfocaron en la educación integral del niño, atendiendo su desarrollo cognitivo, emocional, social y físico. Uno de los pilares fue la educación sensorial, donde los niños aprendieron

mediante la manipulación de materiales específicos diseñados para cada etapa de crecimiento. La autoeducación resultó clave, ya que se motivó a los niños a aprender por iniciativa propia, sin imposiciones. Además, la metodología se basó en la libertad con responsabilidad, permitiendo que los niños eligieran sus actividades dentro de un marco estructurado.

Sin embargo, **Velastegui** (2022) afirmó que los fundamentos del enfoque Montessori se basaron en el reconocimiento del niño como un ser único, con la capacidad de dirigir su propio aprendizaje. Un elemento central fue el ambiente preparado, el cual debía estar organizado, limpio y visualmente atractivo, con el fin de facilitar la concentración y promover un aprendizaje activo. Otro principio esencial fue la libertad con límites, donde el niño tenía la posibilidad de escoger sus actividades, siempre dentro de un marco de normas que regulaban la convivencia.

A continuación, **Barros** (2022) afirmó que los principios Montessori partieron de la idea de que la educación debía adaptarse al niño y no al revés. Uno de sus ejes fundamentales fue la autoeducación, donde el niño aprendía mediante la experimentación y la repetición en un ambiente estimulante. El principio de educación activa implicó que los niños fueran agentes de su propio aprendizaje mediante el uso de materiales diseñados para desarrollar sus sentidos y habilidades. La enseñanza debió ser personalizada, respetando el ritmo y las características individuales de cada niño.

El individual Montessori fue entendido como una herramienta educativa que fomentaba la autonomía, el orden y la autoformación en los niños. Su aplicación dentro del contexto alimenticio permitió que los infantes adquirieran hábitos saludables mediante la participación activa y consciente en sus rutinas diarias. A través de este enfoque se promovió el desarrollo integral desde una perspectiva pedagógica centrada en el niño.

Además, **Morales** (2020) planteó que la educación debía centrarse en el respeto a la individualidad del niño, brindándole la oportunidad de aprender según su propio ritmo y fortalecer su autonomía. Dentro del enfoque metodológico, se le otorgaba al niño la

posibilidad de escoger libremente sus actividades dentro de un entorno cuidadosamente diseñado, lo cual impulsaba el aprendizaje autoestructurado. Montessori resaltó que cada niño poseía características, intereses y capacidades únicas que debían ser valoradas y estimuladas.

Así mismo, **Espinoza** (2022) explicó que la individualidad en el método Montessori se basaba en la idea de que los niños aprendían mejor cuando tenían control sobre su educación. Cada estudiante elegía actividades según su interés y nivel de desarrollo, lo que permitía un aprendizaje personalizado. Los materiales Montessori estaban diseñados para que los niños trabajaran de manera autónoma, sin necesidad de instrucciones constantes del maestro. La educación individualizada ayudaba a que cada niño descubriera su potencial y fortaleciera su capacidad de resolución de problemas.

Ahora bien, **Puebla** (2022) destacó que el aprendizaje individualizado dentro del enfoque Montessori fue clave para el desarrollo integral del niño. Este método no obligaba a los niños a seguir un ritmo colectivo, sino que les permitía avanzar conforme a sus propios intereses y habilidades. El entorno preparado estaba diseñado para que cada niño participara activamente en actividades que estimularan su curiosidad y promovieran su crecimiento personal. La posibilidad de elegir libremente dentro de ciertos límites facilitaba la exploración de sus capacidades sin interferencias. Además, la autonomía en el proceso de aprendizaje fortalecía la autoconfianza y fomentaba la asunción de responsabilidades.

Por otra parte, **Rosero** (2023) indicó que el enfoque Montessori se basó en el respeto al ritmo y los intereses particulares de cada niño. A diferencia de los sistemas educativos tradicionales, donde todos los estudiantes seguían un mismo plan de estudios, en el método Montessori cada niño realizaba actividades adaptadas a sus necesidades individuales. El rol del docente consistía en observar y orientar sin imponer una estructura estricta, permitiendo que el desarrollo del niño ocurriera de manera espontánea y natural. La autoeducación fue un elemento central, ya que el aprendizaje surgía a través de la exploración y el descubrimiento personal.

En esta fundamentación teórica se abordó la variable dependiente: rutina alimenticia, la cual constituye un componente fundamental de la salud y la atención integral infantil. Establecer hábitos alimenticios desde edades tempranas contribuyó al desarrollo físico, emocional y social de los niños, fortaleciendo su autonomía y bienestar general. Esta práctica organizada permitió la creación de entornos educativos saludables y coherentes con el cuidado integral del niño.

Primeramente, la **Organización Mundial de la Salud** (2025) define la salud infantil como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solo la ausencia de enfermedad. La atención integral en la infancia implica la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y la atención médica adecuada desde el nacimiento. Este enfoque considera factores biológicos, emocionales y ambientales que influyen en el desarrollo infantil. La OMS enfatiza la importancia de estrategias como la vacunación, la nutrición adecuada y el acceso a servicios de salud de calidad. También resalta el rol de la familia y la comunidad en el bienestar infantil.

En segundo lugar, **UNICEF** (2020) señala que la salud y la atención integral infantil deben abordar tanto las necesidades físicas como emocionales y cognitivas de los niños. Un enfoque integral implica intervenciones en salud, nutrición, estimulación temprana y protección infantil. La infancia es una etapa clave en el desarrollo humano, por lo que los cuidados adecuados tienen un impacto a largo plazo en la vida adulta. UNICEF promueve la atención primaria de salud, el acceso a servicios sanitarios y la reducción de brechas socioeconómicas que afectan el bienestar infantil.

Así mismo, **León** (2019) explica que la salud y la atención integral infantil comprenden un conjunto de acciones destinadas a garantizar el crecimiento y desarrollo adecuado de los niños. Estas acciones incluyen atención médica, alimentación balanceada, estimulación temprana y apoyo emocional. La atención integral considera factores como la familia, la educación y el entorno social, que influyen en el bienestar del niño. Además, se deben implementar políticas públicas que faciliten el acceso a servicios básicos de salud y educación. Un adecuado seguimiento del desarrollo infantil permite prevenir y detectar tempranamente problemas de salud.

Ahora bien, el **Ministerio de Salud Pública de Ecuador** (2019) establece que la atención integral infantil se basa en un enfoque de derechos que garantiza el acceso equitativo a la salud desde el nacimiento. Se promueve un modelo de atención que abarca prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades, junto con programas de nutrición y estimulación temprana. Este enfoque considera al niño como un sujeto activo en su desarrollo, priorizando su bienestar físico y emocional. Además, enfatiza la corresponsabilidad de la familia y la comunidad en la salud infantil.

La alimentación infantil es un componente fundamental en el crecimiento y desarrollo de los niños, ya que influye directamente en su salud física, cognitiva y emocional. Desde la primera infancia, establecer hábitos alimenticios adecuados promueve una nutrición equilibrada, previene enfermedades y fortalece su capacidad de aprendizaje. Este apartado abordará los aspectos clave de la alimentación infantil como parte esencial del desarrollo integral.

No obstante, **Villaizán** (2020) sostiene que la alimentación infantil es esencial para un desarrollo físico y saludable de los niños. Resalta la relevancia de la lactancia materna exclusiva en los primeros seis meses de vida, seguida por la introducción gradual de alimentos complementarios adecuados. Una dieta balanceada en la infancia previene problemas de salud como la desnutrición, la obesidad y las carencias nutricionales. Asimismo, la OMS subraya la importancia del papel de los cuidadores en la creación de hábitos alimenticios saludables desde los primeros años.

Por consiguiente, **Vázquez** (2022) resalta la alimentación infantil es clave no solo para el bienestar físico, sino también para el desarrollo cognitivo y emocional de los niños. Un buen estado nutricional en los primeros años de vida tiene un efecto directo en el rendimiento académico y las habilidades de aprendizaje. La incorporación de alimentos saludables debe ser progresiva, tomando en cuenta las necesidades nutricionales propias de cada etapa del crecimiento. Asimismo, resalta que la educación nutricional es esencial para inculcar hábitos alimenticios saludables que perduren a lo largo de la vida.

Además, **Polanco** (2023) explica que la alimentación infantil debe garantizar el aporte

de nutrientes esenciales para un crecimiento óptimo. En este sentido, la calidad y cantidad de los alimentos consumidos influyen en la prevención de enfermedades y en el fortalecimiento del sistema inmunológico. La dieta debe adaptarse a la edad y requerimientos energéticos del niño, incluyendo una combinación de frutas, verduras, proteínas, cereales y grasas saludables. Además, la educación nutricional en el hogar y en la escuela juega un papel fundamental en la formación de hábitos saludables.

Así también el **Ministerio de Salud Pública de Ecuador** (2019) establece que la alimentación infantil es un derecho fundamental y un componente esencial de la salud pública. Destaca la importancia de garantizar una nutrición adecuada para prevenir problemas como la desnutrición crónica y la anemia infantil, que afectan a muchos niños en Ecuador. La lactancia materna, complementada con alimentos ricos en hierro, calcio y vitaminas, es fundamental para el desarrollo físico y mental. La introducción de alimentos debe ser progresiva y supervisada, asegurando que los niños adquieran una alimentación variada y nutritiva.

La rutina alimenticia en la infancia consiste en establecer horarios, espacios y comportamientos regulares durante la alimentación diaria. Esta práctica contribuye al desarrollo de hábitos saludables, fomenta la autonomía y favorece la autorregulación en los niños y niñas. En esta sección se analizará cómo la organización estructurada de las comidas impacta en el bienestar integral infantil.

Por otro lado, **Reyes** (2020) describe la rutina alimenticia como la organización planificada de los horarios y los tipos de alimentos consumidos durante el día. Establecer horarios fijos para las comidas favorece un metabolismo equilibrado y optimiza la absorción de nutrientes. Además, destaca que una rutina constante previene problemas de salud como la obesidad infantil y los trastornos alimentarios. La regularidad en las comidas también tiene un impacto positivo en el comportamiento y el rendimiento cognitivo de los niños. Es esencial que los padres y cuidadores promuevan hábitos saludables mediante una alimentación variada y equilibrada.

En cambio, **Vigil** (2019) señala que la rutina alimentaria juega un papel crucial en el desarrollo infantil, ya que asegura la ingesta adecuada de nutrientes esenciales.

Mantener un patrón alimentario bien definido contribuye a regular el apetito y evita el consumo excesivo de productos ultra procesados. También es importante que los niños tengan horarios establecidos para el desayuno, almuerzo y cena, evitando largos periodos sin comer. También subraya la relevancia de que las comidas se realicen en un entorno tranquilo y libre de distracciones como pantallas.

No obstante, **Luna** (2020) sostiene que una rutina alimenticia bien establecida es fundamental para regular el sistema digestivo y promover hábitos saludables desde la infancia. Comer a las mismas horas cada día ayuda a mantener un equilibrio en los niveles de glucosa en sangre, reduciendo el riesgo de enfermedades metabólicas. Además, permite que los niños reconozcan las señales de hambre y saciedad, evitando el sobreconsumo de alimentos. La consistencia en los horarios también mejora la calidad del sueño y la energía durante el día.

Además, **Clavijo** (2021) afirma que la rutina alimentaria es crucial para prevenir la malnutrición infantil. Sugiere que los niños realicen al menos cinco comidas diarias en horarios regulares, garantizando una adecuada distribución de nutrientes. Una alimentación estructurada mejora la digestión y la absorción de vitaminas y minerales, promoviendo un crecimiento saludable. Establecer una rutina desde una edad temprana ayuda a prevenir el consumo impulsivo de alimentos no saludables. Además, recomienda incorporar una variedad de frutas, verduras, proteínas y cereales en cada comida.

1.2 Objetivos

1.2.1. Objetivo General

Examinar el uso del individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

1.2.2. Objetivos Específicos

- **Primer objetivo específico.** Diagnosticar el nivel de desarrollo de la rutina

alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

Para alcanzar el primer objetivo específico se utilizó una ficha de observación como instrumento de recolección de datos, diseñada en formato de escala valorativa con un rango de 1 a 3 puntos para evaluar 10 indicadores clave relacionados con la rutina alimenticia, la autonomía al comer, el uso adecuado de cubiertos, la higiene antes y después de las comidas, y el respeto por los tiempos de alimentación. Este instrumento fue validado con claridad, pertinencia y coherencia de los indicadores, calculándose además su fiabilidad a través del coeficiente Alpha de Cronbach utilizando el programa SPSS con el pretest, lo que aseguró su consistencia interna antes de su aplicación. La ficha se implementó con 20 niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica "Rinconcito de Ternuras", durante actividades de alimentación dirigidas, registrando de manera sistemática las conductas observadas en torno a su rutina alimenticia. Posteriormente, el análisis permitió identificar niveles de desarrollo en los hábitos alimenticios, ofreciendo evidencia relevante para diseñar estrategias educativas que fortalezcan la autonomía y hábitos saludables en la etapa inicial.

- **Segundo objetivo específico.** Aplicar actividades con el uso del individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

Para alcanzar este segundo objetivo específico se implementaron actividades utilizando el individual Montessori, diseñándose 8 planificaciones diarias con actividades específicas enfocadas en fortalecer la rutina alimenticia, cada una con una duración aproximada de 20 minutos durante un período de 4 semanas, posterior a la aplicación del diagnóstico inicial mediante el pretest. En estas actividades, los niños y niñas participaron de manera activa, promoviendo su autonomía en el uso del individual, la correcta manipulación de los alimentos y el respeto de las normas de higiene alimentaria.

- **Tercer objetivo específico.** Evaluar el nivel de desarrollo de la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años pos - aplicación de actividades con el uso del

individual Montessori.

Este objetivo busca medir los avances en el desarrollo de la rutina alimenticia de los niños y niñas de 4 a 5 años después de haber participado en actividades educativas que incorporan el uso del individual Montessori. A través de esta evaluación, se busca determinar en qué medida las actividades aplicadas han influido en la autonomía de los niños al realizar tareas relacionadas con su alimentación, como el consumo de alimentos de manera independiente, el cumplimiento de normas de higiene (como el lavado de manos antes y después de comer), la organización del espacio para las comidas y el cuidado de los utensilios.

CAPÍTULO II
METODOLOGÍA

2.1 Materiales

El Individual Montessori se elaboró siguiendo los principios de la pedagogía Montessori, con el objetivo de fomentar la autonomía y el desarrollo de la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años. Este material consistió en un mantel individual elaborado en tela lavable, con divisiones marcadas para cada elemento del servicio de mesa (plato, vaso, cuchara, tenedor y cuchillo). Dichas divisiones fueron estampadas con formas y colores llamativos para atraer la atención del niño y guiar la colocación correcta de los utensilios. Los materiales utilizados para la elaboración del individual fueron los siguientes:

- Diseño del individual.
- Tela de lona lavable.
- Sesgo de color anaranjado.
- Tijeras de tela.
- Máquina de coser.

Cada niño tuvo acceso a su propio individual Montessori, el cual fue utilizado durante los momentos de alimentación dentro de la institución. Este recurso permitió trabajar hábitos como la organización del espacio, el reconocimiento de utensilios y el respeto por las normas alimenticias. Las actividades fueron guiadas por una planificación pedagógica semanal, diseñada para integrar el uso del individual Montessori en la rutina diaria de alimentación. Cada planificación incluyó objetivos específicos, materiales necesarios, pasos a seguir y criterios de evaluación.

Asimismo, se empleó el programa SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para llevar a cabo el análisis estadístico de los datos recopilados durante la ejecución del proyecto. Este software, reconocido por su eficacia, permite realizar análisis descriptivos y comparativos, lo que facilitó la interpretación de la información obtenida en la investigación. En este estudio, SPSS fue utilizado para procesar los resultados de las observaciones aplicadas a los niños. El análisis abarcó la comparación de la autonomía alimenticia antes y después de la implementación del Individual Montessori en la rutina diaria. Los datos fueron sometidos a pruebas estadísticas apropiadas con el fin de identificar si existieron mejoras significativas en el desarrollo de habilidades de autonomía alimenticia en los niños de 4 a 5 años.

Durante la investigación se elaboraron y aplicaron planificaciones enfocadas en promover la autonomía alimenticia en los niños de 4 a 5 años, utilizando el Individual Montessori. Estas actividades, basadas en el currículo de Educación Inicial, permitieron desarrollar habilidades como el uso adecuado de cubiertos y la organización del espacio de comida, registrándose los avances mediante observaciones analizadas posteriormente en SPSS.

2.2 Métodos

En el plano epistemológico, el estudio se enmarcó dentro del paradigma positivista, dado que buscó establecer una relación objetiva y verificable entre la aplicación del individual Montessori y el nivel de autonomía alimenticia de los infantes. Este paradigma facilitó el análisis de fenómenos educativos mediante procedimientos

sistemáticos, observando comportamientos medibles y cuantificables. Según **Hernández** (2020)**,** este enfoque permitió comprobar hipótesis y generar generalizaciones a partir de datos observables en entornos reales.

La investigación se orientó desde un enfoque cuantitativo, ya que tuvo como objetivo principal cuantificar el efecto que produjo la implementación del recurso pedagógico individual Montessori en el desarrollo de la autonomía y la participación durante las rutinas alimenticias en niños y niñas de 4 a 5 años. Este enfoque fue pertinente porque permitió recolectar y analizar datos numéricos de forma objetiva, mediante el uso de instrumentos estructurados como fichas de observación. Según **Domínguez** (2019)**,** este tipo de enfoque posibilita el procesamiento estadístico de los resultados a través de programas como SPSS, lo que facilita la identificación de patrones de comportamiento y la evaluación de mejoras después de la intervención.

Respecto al tipo de estudio, se trató de una investigación de tipo bibliográfica y de campo: bibliográfica, porque se sustentó en la revisión de literatura académica relacionada con el método Montessori, la autonomía y la alimentación infantil; y de campo, porque los datos fueron recolectados directamente en el contexto educativo, lo que permitió observar el impacto real del recurso en el entorno escolar.

El diseño metodológico utilizado fue preexperimental, ya que se trabajó con un único grupo de estudiantes sin grupo de control. A este grupo se le aplicó un pretest para medir su nivel inicial de autonomía en la rutina alimenticia, seguido de la intervención pedagógica con el individual Montessori, y posteriormente un postest para analizar los cambios observados. Esta modalidad permite realizar una evaluación preliminar del impacto de una variable independiente (el individual Montessori) sobre una variable dependiente (la rutina alimenticia), aunque no controle totalmente todas las condiciones del entorno. Según **Reyes** (2022), el diseño preexperimental se caracteriza por trabajar con un solo grupo sin la inclusión de un grupo de control ni la asignación aleatoria de los participantes, lo que limita la capacidad de hacer inferencias causales precisas, pero permite obtener resultados preliminares sobre las relaciones entre las variables estudiadas.

El alcance del estudio es de carácter descriptivo y correlacional. Fue descriptivo porque permitió observar y detallar el comportamiento alimenticio de los niños en situaciones reales; y correlacional, porque se buscó establecer la relación entre la implementación del recurso y el nivel de autonomía logrado. Este enfoque ayuda a identificar asociaciones entre variables específicas del contexto educativo, lo que resulta clave para comprender el efecto de este tipo de intervenciones.

En cuanto a las técnicas e instrumentos de recolección de datos, se utilizó la observación directa estructurada, a través de una ficha valorativa elaborada con escala tipo Likert (Iniciado, En proceso, Adquirido), lo cual permitió registrar de manera sistemática los niveles de participación y autonomía durante las rutinas alimenticias, la ficha fue sometida a validación por juicio de expertos, quienes revisaron la pertinencia y claridad de los ítems, así como la coherencia de la escala de valoración.

Después del proceso de recolección de datos, se procedió a evaluar la confiabilidad del instrumento compuesto por 10 ítems, utilizando el programa estadístico SPSS. Para ello, se aplicó el coeficiente Alfa de Cronbach.

Tabla 1: Fiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	**N de elementos**
0,841	10

Nota: Estadística de fiabilidad obtenido del programa SPSS. Flores (2025)

El coeficiente Alfa de Cronbach obtenido fue de 0.841, lo que refleja una excelente confiabilidad en los datos. Un valor de Alfa cercano a1 indica que los ítems evaluados están alineados en la medición de una misma dimensión, lo que respalda la consistencia del instrumento.

La temporalidad del estudio es transversal, dado que la recolección de datos se realizó en un único período, abarcando las mediciones antes y después (pre y postest) de la intervención sin extenderse en el tiempo, lo cual permitió identificar de forma

puntual el impacto inmediato del individual Montessori sobre la rutina alimenticia infantil.

La población de esta investigación estuvo conformada por niños y niñas de 4 a 5 años de edad de la Escuela de Educación Básica “Rinconcito de Ternuras”. Dado que en esta institución educativa solo existía un paralelo con estas características, se trabajó con una muestra no probabilística por conveniencia, conformada por 20 niños.

A continuación, se plantearon las hipótesis que guiaron esta investigación, las cuales orientaron el análisis y permitieron comprobar la relación entre el uso del individual Montessori y la autonomía en la rutina alimenticia de niños y niñas de 4 a 5 años.

H_0.: La aplicación del individual Montessori no influyó significativamente en el desarrollo de la autonomía en la rutina alimenticia de los niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica “Rinconcito de Ternuras”.

H_1: La aplicación del individual Montessori influyó significativamente en el desarrollo de la autonomía en la rutina alimenticia de los niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica “Rinconcito de Ternuras”.

CAPÍTULO III
RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados.

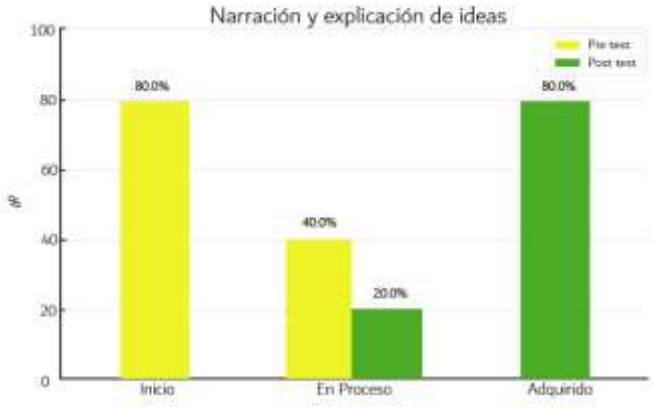
ÍTEM 1. _ Demuestra interés al usar el individual Montessori.

Tabla 2: Ítem 1. Interés al usar el individual Montessori.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	12	80	0	0
En Proceso	8	40	4	20
Adquirido	0	0	16	80
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 1 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 1: Interés al usar el individual Montessori.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 1 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados obtenidos reflejan un notable avance en la motivación de los niños tras la intervención. En el pretest, el 80% de la muestra (16 niños) se encontraba en el nivel "Inicio", lo que indicaba un escaso o nulo interés por utilizar el material, mientras que el 20% restante (4 niños) se ubicaba en el nivel "En proceso", mostrando un interés intermitente. No se registraron casos en nivel "Adquirido" en esta primera evaluación. No obstante, en el postest se evidenció una mejora significativa: el 80% (16 niños) demostró un interés constante y autónomo al usar el individual Montessori, ubicándose en el nivel "Adquirido", y el 20% restante en "En proceso".

ÍTEM 2. _ Participa activamente en las actividades que involucran el uso del individual Montessori

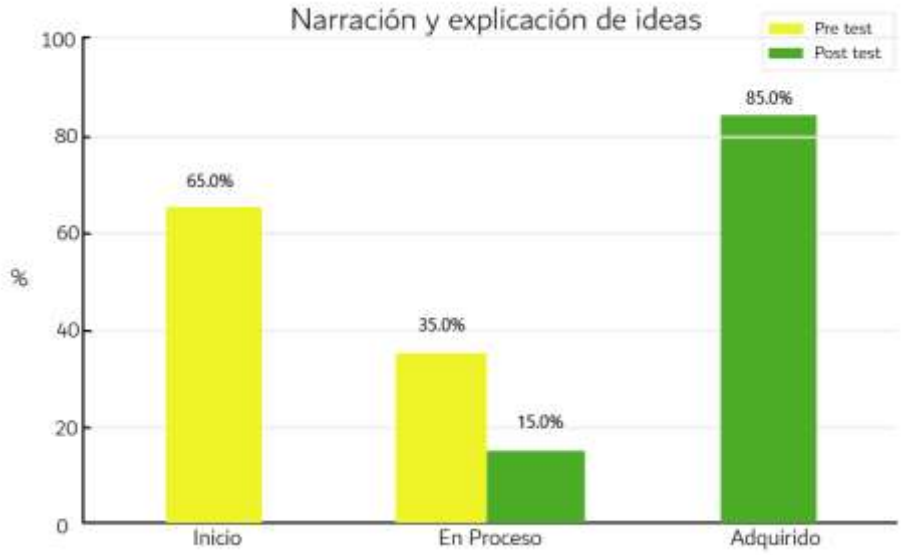
Tabla 3: Ítem 2. Participa en las actividades con el individual Montessori

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	13	65	0	0
En Proceso	7	35	3	15
Adquirido	0	0	17	85

Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 2 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 2: Participa en las actividades con el individual Montessori



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 2 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

En el ítem "Participa activamente en las actividades que involucran el uso del individual Montessori", el pretest mostró que el 65% de los niños se encontraban en el nivel "Inicio" y el 35% en "En proceso", sin alcanzar el nivel "Adquirido". Tras la intervención, el 85% pasó al nivel "Adquirido" y el 15% a "En proceso", eliminándose completamente el nivel inicial. Estos resultados evidencian que el uso del individual Montessori fortaleció notablemente la participación activa de los niños.

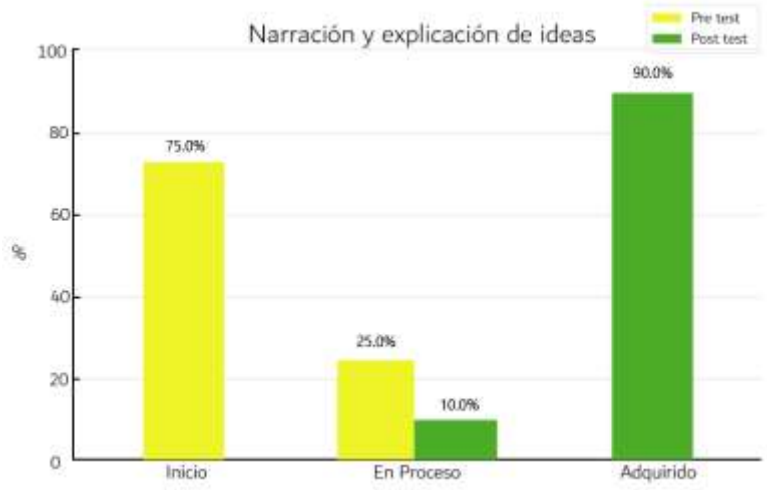
ÍTEM 3. _ Ubica correctamente los utensilios en el individual Montessori.

Tabla 4: Ítem 3. Ubica los utensilios en el individual Montessori.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	15	75	0	0
En Proceso	5	25	2	10
Adquirido	0	0	18	90
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 3 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 3 Ubica los utensilios en el individual Montessori.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 3 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

En el ítem "Ubica correctamente los utensilios en el individual Montessori", los resultados del pretest indicaron que el 75% de los niños se encontraban en el nivel "Inicio" y el 25% en "En proceso", sin que ninguno lograra el nivel "Adquirido". Tras la aplicación de la intervención, el 90% alcanzó el nivel "Adquirido" y el 10% se

mantuvo en “En proceso”, desapareciendo por completo el nivel inicial. Este cambio refleja una mejora significativa en el uso autónomo y ordenado del individual Montessori, evidenciando que los niños desarrollaron mayor precisión y responsabilidad en la disposición de los utensilios.

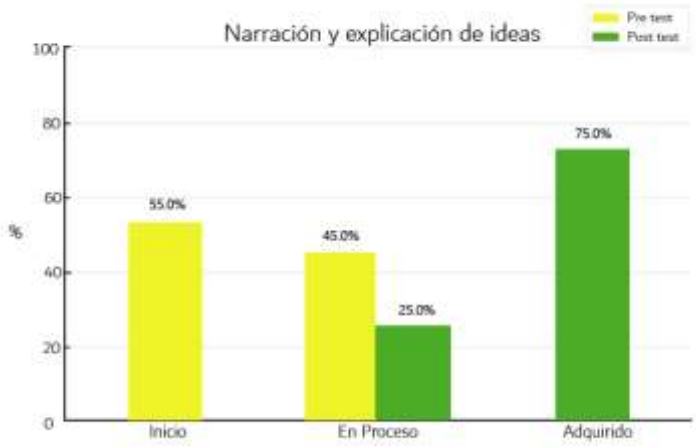
ÍTEM 4. _ Se lava las manos antes de comer

Tabla 5: Item 4. Se lava las manos antes de comer.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	11	55	0	0
En Proceso	9	45	5	25
Adquirido	0	0	15	75
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 3 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 4: Se lava las manos antes de comer.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 4 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados del pretest evidenciaron que el 55% de los niños (11 en total) se encontraba en el nivel "Inicio", lo que indica que no tenían incorporado este hábito de higiene de forma regular. El 45% restante (9 niños) estaba en "En proceso", es decir, comenzaban a desarrollar esta conducta, aunque de manera inconsistente. Ningún niño alcanzó el nivel "Adquirido" antes de la intervención. Sin embargo, en el postest se observó una mejora significativa: el 75% de los niños (15 en total) alcanzó el nivel "Adquirido". Estos resultados reflejan que la aplicación del individual Montessori no solo incentivó el orden y la independencia, sino que también los hábitos de higiene.

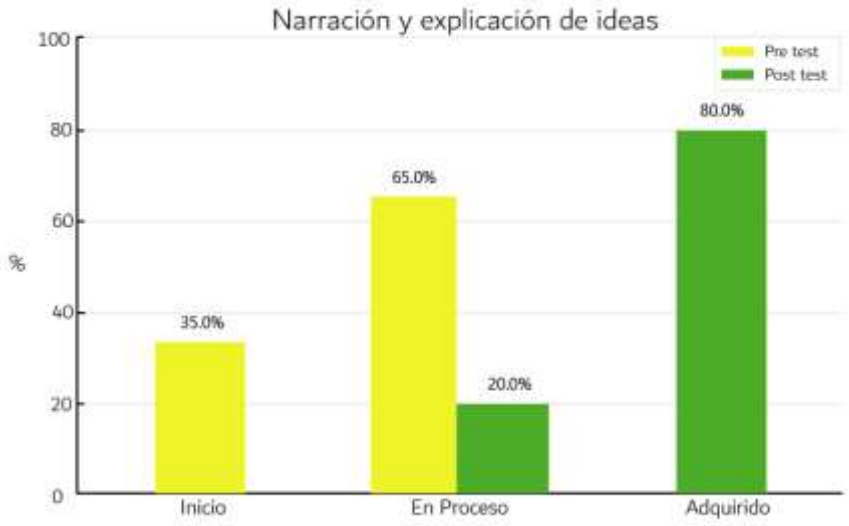
ÍTEM 5. _ Respeta los horarios establecidos para comer.

Tabla 6: Ítem 5. Respeta los horarios establecidos para comer.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	7	35	0	0
En Proceso	13	65	4	20
Adquirido	0	0	16	80
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 5 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 5: Respeta los horarios establecidos para comer.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 5 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

El pretest reveló que el 35% de los niños se encontraba en el nivel "Inicio" y el 65% en "En proceso", sin llegar al nivel "Adquirido". Luego de la intervención, el 80% alcanzó el nivel "Adquirido" y el 20% se mantuvo en "En proceso", eliminándose completamente el nivel inicial. Esta mejora evidencia que el uso del individual Montessori fomentó la autonomía y la capacidad de los niños para seguir rutinas, fortaleciendo el respeto por los horarios establecidos durante la jornada alimenticia.

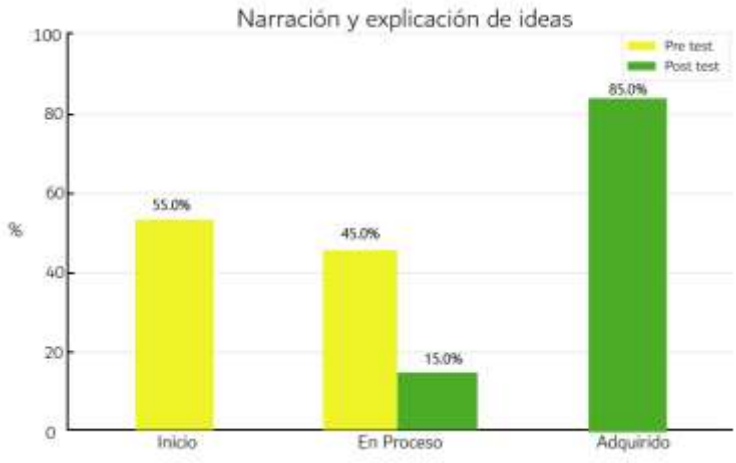
ÍTEM 6. _ Colabora en la preparación del espacio para comer

Tabla 7: Ítem 6. Colabora en la preparación del espacio para comer

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	11	55	0	0
En Proceso	9	45	3	15
Adquirido	0	0	17	85
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 6 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 6: Colabora en la preparación del espacio para comer.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 6 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados del pretest mostraron que el 55% de los niños (11 en total) se encontraba en el nivel "Inicio", lo que indicaba que aún no colaboraban activamente en la preparación del espacio para comer. El 45% restante (9 niños) estaba en "En proceso", lo que reflejaba que algunos comenzaban a colaborar, pero de forma inconsistente. Ningún niño alcanzó el nivel "Adquirido". Sin embargo, después de la intervención, los resultados del postest mostraron una mejora notable: el 85% de los niños (17 en total) alcanzó el nivel "Adquirido" y el 15% (3 niños) se mantuvo en "En proceso".

ÍTEM 7. _ Consume sus alimentos de forma autónoma

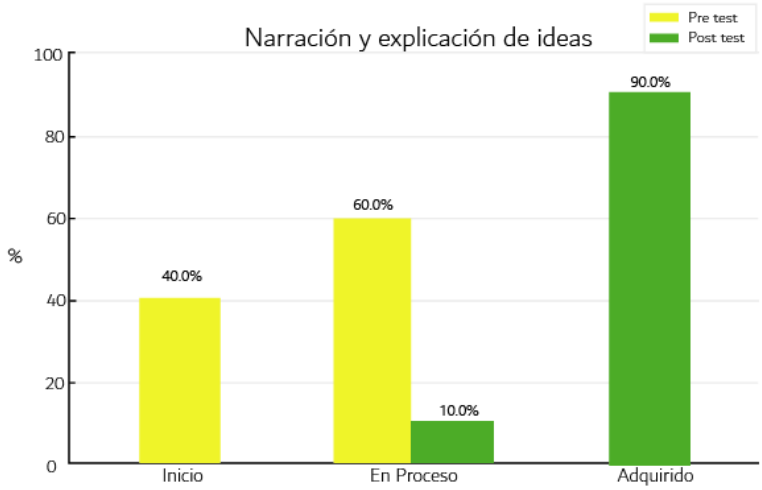
Tabla 8: Ítem 7. Consume sus alimentos de forma autónoma

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	8	40	0	0
En Proceso	12	60	2	10
Adquirido	0	0	18	90

Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 7 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 7: Consume sus alimentos de forma autónoma



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 7 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados del pretest mostraron que el 40% de los niños estaba en el nivel "Inicio" y el 60% en "En proceso", sin alcanzar el nivel "Adquirido". Esto indicaba que la mayoría aún dependía de la ayuda para comer. Después de la intervención, el 90% de los niños logró el nivel "Adquirido", mostrando una gran mejora en la autonomía, mientras que el 10% restante se mantuvo en "En proceso". Estos resultados evidencian que la metodología Montessori promovió un notable desarrollo de la independencia en los niños, permitiéndoles consumir sus alimentos por sí mismos.

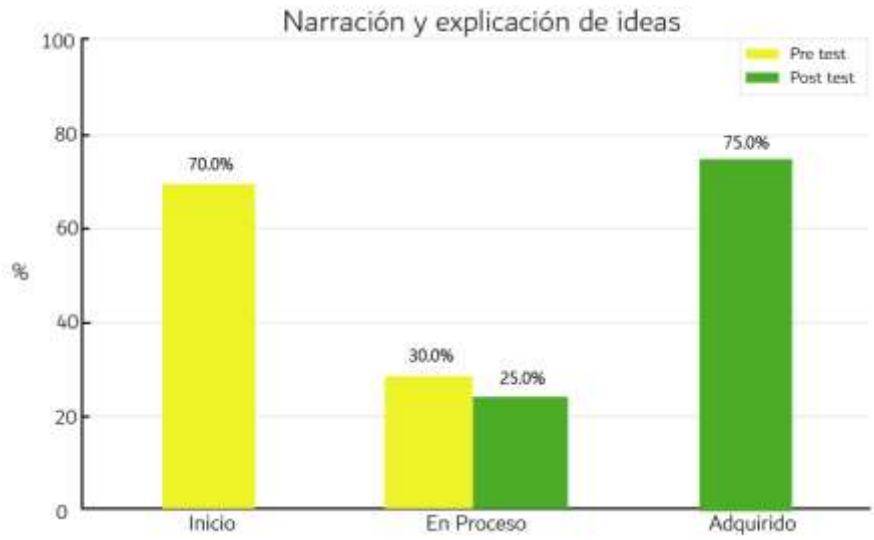
ÍTEM 8. _ Limpia su espacio al terminar de comer

Tabla 9: Ítem 8. Limpia su espacio al terminar de comer.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	14	70	0	0
En Proceso	6	30	5	25
Adquirido	0	0	15	75
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 8 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 8: Limpia su espacio al terminar de comer



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 8 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

El pretest reveló que el 70% de los niños (14 en total) se encontraba en el nivel "Inicio", sin la costumbre de limpiar su espacio de forma autónoma, mientras que el 30% restante (6 niños) estaba en "En proceso". Ningún niño alcanzó el nivel "Adquirido". Después de la intervención, los resultados del postest mostraron una mejora considerable: el 75% de los niños (15 en total) logró el nivel "Adquirido" y el

25% (5 niños) permaneció en “En proceso”. Esto indica que la metodología Montessori favoreció el desarrollo de la autonomía y la responsabilidad de los niños al cuidar su espacio después de comer.

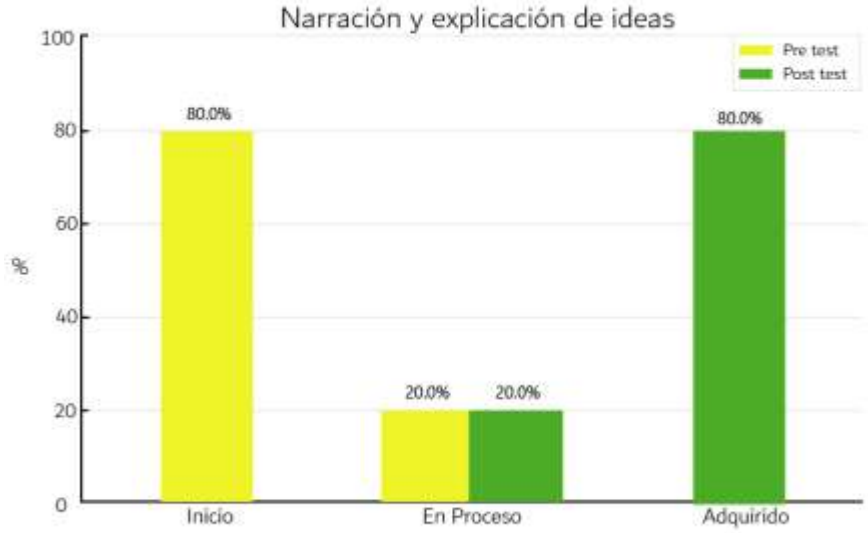
ÍTEM 9. _ Se lava las manos después de comer.

Tabla 10: Ítem 9. Se lava las manos después de comer.

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	16	80	0	0
En Proceso	4	20	4	20
Adquirido	0	0	16	80
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 9 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 9: Se lava las manos después de comer.



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 9 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados del pretest indicaron que el 80% de los niños (16 en total) estaba en el nivel “Inicio”, lo que señalaba la falta de hábito para lavarse las manos, mientras que el 20% restante (4 niños) estaba en “En proceso”. Ningún niño alcanzó el nivel “Adquirido”. Después de la intervención, los resultados del postest mostraron una mejora considerable, con el 80% de los niños alcanzando el nivel “Adquirido” y el 20% permaneciendo en “En proceso”. Esto resalta el impacto positivo de la metodología Montessori en el desarrollo de hábitos de higiene y la autonomía de los niños.

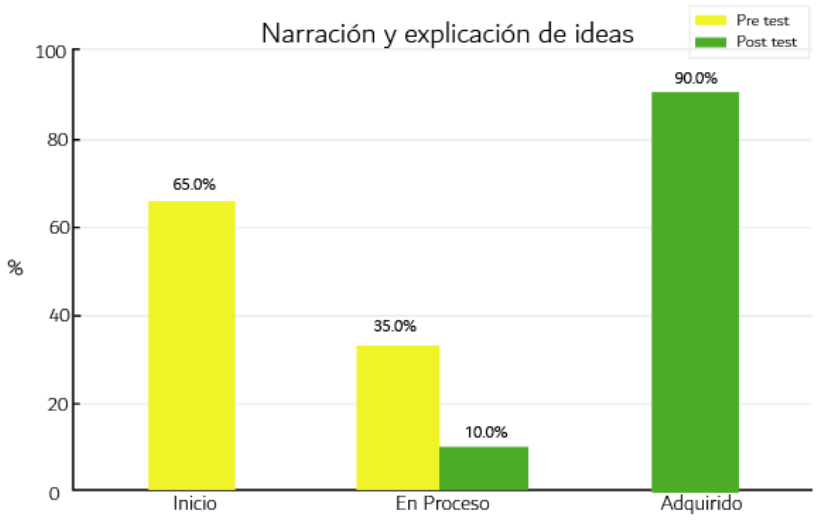
ÍTEM 10. _ Guarda su individual Montessori y sus utensilios después de comer.

Tabla 11: Ítem 10. Guarda su individual Montessori y utensilios después de comer

	Pretest		**Postest**	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Inicio	13	65	0	0
En Proceso	7	35	2	10
Adquirido	0	0	18	90
Total	20	100	20	100

Nota: La tabla muestra los resultados del ítem 10 pretest-postest. Flores (2025)

Gráfico 10: Guarda su individual Montessori y utensilios después de comer



Nota: El gráfico muestra los resultados del ítem 10 pretest-postest. Flores (2025)

Análisis e Interpretación

Los resultados del pretest mostraron que el 65% de los niños (13 en total) estaba en el nivel “Inicio”, lo que indicaba que aún no tenían el hábito de guardar su individual y utensilios tras comer, mientras que el 35% (7 niños) se encontraba en el nivel “En proceso”, comenzando a realizar la actividad de forma parcial. Ningún niño alcanzó el nivel “Adquirido” antes de la intervención. Después de la intervención, los resultados del postest mostraron un cambio significativo, con el 90% de los niños (18 en total) alcanzando el nivel “Adquirido” y el 10% restante (2 niños) permaneciendo en “En proceso”. Esto sugiere que la metodología Montessori favoreció el desarrollo de la autonomía en los niños, ayudándoles a adquirir hábitos de responsabilidad y organización.

3.2 Planteamiento de Hipótesis

Para determinar si existía una diferencia significativa entre los resultados del pretest y el postest aplicados a los niños, se realizaron dos pruebas estadísticas: una prueba de normalidad (Shapiro-Wilk) y una prueba de hipótesis no paramétrica (Wilcoxon para muestras relacionadas).

En primer lugar, se aplicó la prueba de Shapiro-Wilk con el objetivo de verificar si los datos seguían una distribución normal. El resultado arrojó un valor estadístico de 0.880 con un nivel de significancia (p) de 0.021. Este valor es inferior al nivel crítico de 0.05, lo que implica el rechazo de la hipótesis nula de normalidad. En otras palabras, los datos no se distribuyen normalmente, por lo que se consideró apropiado utilizar una prueba no paramétrica para analizar las diferencias entre las dos mediciones.

Prueba de normalidad (Shapiro-Wilk)

Tabla 12: Resumen del procesamiento de los casos

	Casos					
	Válidos		**Perdidos**		**Total**	
	N	**Porcentaje**	**N**	**Porcentaje**	**N**	**Porcentaje**
Edades	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

			Estadísticos	Error tip.
Edades	Media		11.8000	0.83484
	Intervalos de confianza para la media al 95%	Límite inferior	10.0335	
		Límite superior	13.5665	
	Media recortada al 5%		11.7368	
	Mediana		11.5000	
	Varianza		13.9517	
	Desv. Tip.		3.7351	
	Mínimo		6.00	
	Máximo		19.00	
	Rango		13.00	
	Amplitud intercuartil		5.25	
	Asimetría		0.542	0.512
	Curtosis		-0.432	0.992

Shapiro-Wilk		
Estadístico	**Gl**	**Sig**
0.880	20	0.021

Nota: El gráfico muestra la prueba de normalidad Shapiro Wilk. Flores (2025)

Tabla 13: Resultados de la Prueba de rangos con signo de Wilcoxon.

Rangos				
		N	Rango promedio	Suma de rangos
Postest – Pretest	Rangos negativos	0[a]	.00	.00
	Rangos positivos	20[b]	11.50	230.00
	Empates	0[c]		
	Total	20		

a. Postest < Pretest

b. Postest > Pretest

c. Postest = Pretest

RESUMEN DE PRUEBA DE HIPÓTESIS			
Hipótesis Nula	Prueba	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre Pretest y Postest es igual a 0.	Prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas	.000	Rechazar la hipótesis Nula

Estadísticos de prueba	
	Postest – Pretest
Z	-4.005b
Sig. asintótica(bilateral)	.001
a. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon	
b. Se basa en rangos negativos.	

Nota: El gráfico muestra la Prueba de rangos con signo de Wilcoxon. Flores (2025)

Tabla 14: Tabla de comparación de prueba de normalidad Shapiro Wilk y la Prueba de Wilcoxon.

	Wilcoxon			**Shapiro-Wilk**		
	Estadístico	gl	Sig	Estadístico	gl	Sig
Edades	Z= -4.005	20	0.001	0.880	20	0.021

Nota: El gráfico muestra la de prueba de normalidad Shapiro Wilk y la Prueba de Wilcoxon. Flores (2025)

Dado que los datos no presentaban distribución normal, se utilizó la prueba de rangos con signo de Wilcoxon para muestras relacionadas, la cual es adecuada en este tipo de casos. Esta prueba comparó los puntajes del pretest y postest, arrojando un valor de Z= -4.005 con una significancia bilateral de 0.001. Este resultado es altamente significativo ($p < 0.05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula que planteaba que no existían diferencias entre las mediciones.

En consecuencia, se acepta la hipótesis alternativa (H1), la cual sostiene que existe una diferencia significativa entre el pretest y el postest. Este resultado sugiere que la intervención aplicada tuvo un efecto positivo, generando un cambio estadísticamente significativo en la variable evaluada entre ambas mediciones.

H_1: La aplicación del individual Montessori influyó significativamente en el desarrollo de la autonomía en la rutina alimenticia de los niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica “Rinconcito de Ternuras”.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- Tras el diagnóstico inicial, se observó que los niños y niñas de 4 a 5 años presentan un nivel de desarrollo heterogéneo en su rutina alimenticia, con algunos hábitos ya establecidos, pero también con áreas que requieren reforzarse, como la autonomía en el consumo de alimentos y el cumplimiento de normas relacionadas con la higiene y el orden durante las comidas. Esto refleja la necesidad de implementar estrategias educativas que fomenten el desarrollo integral de estas habilidades en esta etapa de la infancia.

- La aplicación de actividades con el uso del individual Montessori resultó ser una herramienta efectiva para promover una mayor independencia en los niños y niñas en sus rutinas alimenticias. El enfoque Montessori facilitó la interacción de los niños con los utensilios de forma autónoma y respetuosa, lo que favoreció la mejora de su organización personal, el cuidado de su espacio y el cumplimiento de las normas de higiene. La metodología contribuyó a que los niños se sintieran más involucrados y responsables de sus actividades alimenticias.

- Después de la implementación de las actividades con el uso del individual Montessori, se observó una mejora significativa en el nivel de desarrollo de la rutina alimenticia de los niños y niñas, evidenciada en su mayor autonomía y responsabilidad al realizar tareas como el lavado de manos antes y después de comer, la organización del espacio y el consumo de los alimentos de forma independiente. Los resultados indican que las actividades aplicadas lograron fortalecer las habilidades relacionadas con la rutina alimenticia, promoviendo un comportamiento más autónomo y respetuoso de las normas alimentarias.

4.2 Recomendaciones

- Se recomienda diseñar e implementar una propuesta pedagógica que utilice metodologías activas, como el método Montessori y el trabajo mediante rutinas, con el propósito de incentivar la autonomía y fortalecer los hábitos alimenticios en niños y niñas de 4 a 5 años. Esta propuesta debe contemplar actividades organizadas y vivenciales que involucren a los pequeños en acciones como la preparación de sus alimentos, la aplicación de normas de higiene y el mantenimiento del orden en el espacio destinado a las comidas, promoviendo así su independencia y sentido de responsabilidad.

- Es fundamental realizar evaluaciones periódicas del nivel de desarrollo de la rutina alimenticia en los niños, con el fin de identificar posibles áreas que aún requieren refuerzo. El seguimiento regular permitirá ajustar las estrategias pedagógicas y asegurar que los niños continúen avanzando hacia un comportamiento autónomo y responsable en su alimentación.

- Se recomienda involucrar a las familias en el proceso educativo, brindándoles herramientas y orientaciones sobre cómo reforzar las habilidades adquiridas en el ámbito escolar. La colaboración entre escuela y familia es clave para asegurar que los niños mantengan y refuercen sus buenos hábitos alimenticios en casa, favoreciendo una formación integral y consistente.

MATERIALES DE REFERENCIA

Referencias Bibliográficas

Acosta, R. (15 de Febrero de 2020). *Estrategias pedagógicas para el desarrollo de la autorregulación en la educación infantil.* https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/10010/1045666368.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Albán, J. (22 de Diciembre de 2021). *El método Montessori en el desarrollo integral de los niños/as de 4 a 5 años*. dspace: https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/a03b59f9-1529-4520-845d-a8180ef8a9b6/content

Alquinga, M. (05 de Diciembre de 2022). *Aplicación del método Montessori para el desarrollo de la autonomía en las actividades de cuidado personal en niños con discapacidad intelectual*. dspace: https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/9e2c471a-2ea3-45b9-b2e5-ce610eff1590/content

Álvarez, F. (2024). *Enfoque Montessori como estrategia para la lectura.* Caracas: Scielo.

Arévalo, D. (05 de Abril de 2022). *Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico en los niños de 4 a 5 años*. dspace: https://conave.org/alimentacion-autoestima-y-el-metodo-montessori/

Barros, M. (2022). *Método Montessori en la educación.* Cuenca: UDA.

Caminero, E. (18 de Julio de 2021). *La pedagogía de María Montessori.* Avadoc: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/51606/TFG-L3036.pdf

Cando, D. (15 de Enero de 2021). *Influencia de la implementación del método Montessori en el desarrollo de la autonomía de los niños*. dspace: https://dspace-test.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/35938

Castillo, P. (2021). *Influencia del material didáctico basado en el método Montessori.* Azogues: UNAE. http://repositorio.unae.edu.ec/handle/56000/1962

Chalán, J. (28 de Febrero de 2024). *Análisis de los posibles cambios en los hábitos de alimentación en niños de edad escolar de la provincia de Tungurahua a causa de la pandemia por Covid-19* . repositoriouta: https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/a151974f-bae8-4b25-8808-415c50687db7/content

Chicaiza, M. (18 de Mayo de 2023). *El método de María Montessori en los hábitos de los niños de 3 a 4 años*. repositoriouta: https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e4dcd028-1854-4431-94ea-a994957dc74d/content

Clavijo, Z. (15 de Febrero de 2021). *NUTRICION, DIETETICA Y ALIMENTACIÓN* . dialnet: https://dialnet.unirioja.es/descarga/libro/697532.pdf

De la Cruz, E. (11 de Junio de 2024). *La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial*. Scielo: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000100009

Domínguez, Y. (05 de Septiembre de 2019). *El análisis de información y las investigaciones cuantitativa y cualitativa.* scielo: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662007000300020

Egoavil, A. (22 de Abril de 2020). *Influencia del método Montessori en el desarrollo de la*

pre-escritura en los niños y niñas del nivel inicial en la institución educativa privada "jhire david" en san juan de lurigancho,. coreul: https://core.ac.uk/download/pdf/250080865.pdf

Espinoza, E. (2022). *El método Montessori en la enseñanza básica.* Machala: Scielo. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000200191

García, R. (16 de Abril de 2020). *La educación y su importancia en el proceso de aprendizaje*. Redalyc: https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf

Hernández, P. (2021). *La pedagogía Montessori y su incidencia en la Educación Inicial.* Toluca: Scielo. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000700030

Hernández, R. (2020). *Métodología de la Investigación.* Bogóta: Mc. Graw Hill. /Downloads/Investigacion%20(experimental)%20(1).https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf

León, F. (2019). *Educación: La importancia del desarrollo infantil y la educación inicial.* Milagro: redalyc. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7067116

Luna, P. (2020). *La autonomía en la alimentación infantil: enfoques pedagógicos y prácticos desde Montessori.* Sevilla: redalyc.

Matute, J. (16 de Septiembre de 2023). *Hábitos alimentarios y estado nutricional, en niños de educación básica*. https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28448/1/JennerAlexander_MatuteSalazar.pdf

Mazo, M. (30 de Septiembre de 2020). *Prácticas de crianza en los hábitos de alimentación*. portalamelica: https://portal.amelica.org/ameli/journal/498/4982081013/html/

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (08 de Mayo de 2019). *Atención integral a la niñez*. https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2019/07/manual_atencion_integral_ni%C3%B1ez.pdf

Miño, S. (29 de Noviembre de 2019). *Nutrición y rendimiento escolar de niños de educación general básica*. dspace: https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/0987ed52-83c6-4f4c-9522-7fd13947be82/content

Monsalve, N. (2021). *Alimentación y nutrición.* Valladolid: UDV.

Montero, A. (21 de Mayo de 2021). *La actitud emocional en la conducta alimentaria en los niños y niñas de 3 a 4 años*. UTA: https://divulgaciencia.uta.edu.ec/v4.0/index.php/comunidad/199-la-actitud-emocional-en-la-conducta-alimentaria-en-los-ninos-y-ninas-de-3-a-4-anos

Montessori, M. (2020). *Método Montessori.* Buenos Aires: famm.

Morales, J. (15 de Abril de 2020). *María Montessori y la educación cósmica.* scielo: https://www.scielo.sa.cr/pdf/rehmlac/v7n2/1659-4223-rehmlac-7-02-00203.pdf

Mujica, A. (02 de Diciembre de 2023). *Formación de hábitos en la primera infancia: tiempos de pospandemia*. Dialnet: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9513618.pdf

OMS. (15 de Enero de 2025). *Mejorar la salud*. Organización Mundial de la Salud: https://www.who.int/es

Ortega, F. (18 de Julio de 2020). *El ambiente preparado y el uso del individual Montessori.* Dialnet: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6149405

Paredes, I. (2024). *El método Montessori en la Enseñanza Básica.* Cuenca: isd. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442022000200191

Polanco, A. (2023). *Alimentación del niño en edad preescolar y escolar.* Sevilla: aep.

Puebla, D. (08 de Diciembre de 2022). *La metodología de María Montessori.* uvadoc: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/57869/TFG-L3339.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pulido, J. (24 de Febrero de 2020). *Rutinas alimenticias y orden en el aula en niños de educación inicial.* Dialnet: https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5704985.pdf

Reyes, M. E. (23 de Febrero de 2022). *a metodología de María Montessori y su incidencia del material didáctico en el aula taller de la carrera de Educación Parvularia de la Universidad Técnica de Cotopaxi en el sector Eloy Alfaro del cantón Latacunga de la provincia de Cotopaxi periodo 2011-2.* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Cotopaxi]. , Latacunga. https://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/4800

Reyes, S. (12 de Febrero de 2020). *Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes.* scielo: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182020000100067

Rocha, M. (28 de Agosto de 2023). *Recurso Montessori para potenciar la autonomía de niños de 4 a 5 años*. repositorioumsa: https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/32035

Rosero, M. (03 de 02 de 2023). *El método Montessori: historia, principios y aplicaciones en*

la educación primaria y más allá. Udenar: https://revistas.udenar.edu.co/index.php/rhuellas/article/download/8721/10117/40535

Sanchidrian, B. (2023). *La pedagogía de Montessori y la formación de profesores. La importancia de la teoría.* Malaga: redalyc. https://www.redalyc.org/journal/6140/614077545002/html/

Silva, R. (04 de Diciembre de 2024). *La actividad infantil y el desarrollo de la rutina en la infancia*. redalyc: https://www.redalyc.org/pdf/802/80231541002.pdf

Torres, V. (07 de Enero de 2020). *Hábitos de vida saludable y su impacto en el rendimiento de la prueba terce en niños panameños en edad escolar.* revista nutrición: https://revista.nutricion.org/PDF/TORRES.pdf

Turushina, K. L. (01 de Marzo de 2022). *La metodología Montessori para desarrollar la autonomía e independencia en niños de 3-5 años en tiempos de pandemia.* [Trabajo de titulación, Universidad Técnica de Ambato]., Ambato. repositorio uta: https://repositorio.uta.edu.ec/bitstreams/32b498fe-3bd7-4ddd-b16a-33049be18389/download

Unicef. (17 de Octubre de 2020). *La salud es determinante para los niños, niñas.* Unicef: https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-salud-mental-es-determinante-para-que-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-adolescentes-familias-y

Uzhca, T. (11 de Mayo de 2019). *Diseño de materiales Montessori para el desarrollo de la motricidad fina en la educación inicial*. Dspace: https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/16117/1/UPS-CT007805.pdf

Vázquez, R. (01 de Noviembre de 2022). *Recomendaciones pediátricas sobre alimentación*

complementaria y su impacto en la autonomía alimentaria infantil. sciencedirect: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0375090622001318

Velastegui, S. (20 de Septiembre de 2022). *La metodología Montessori en la Educación Inicial ecuatoriana.* revista horizontes: https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes/article/view/735/1461

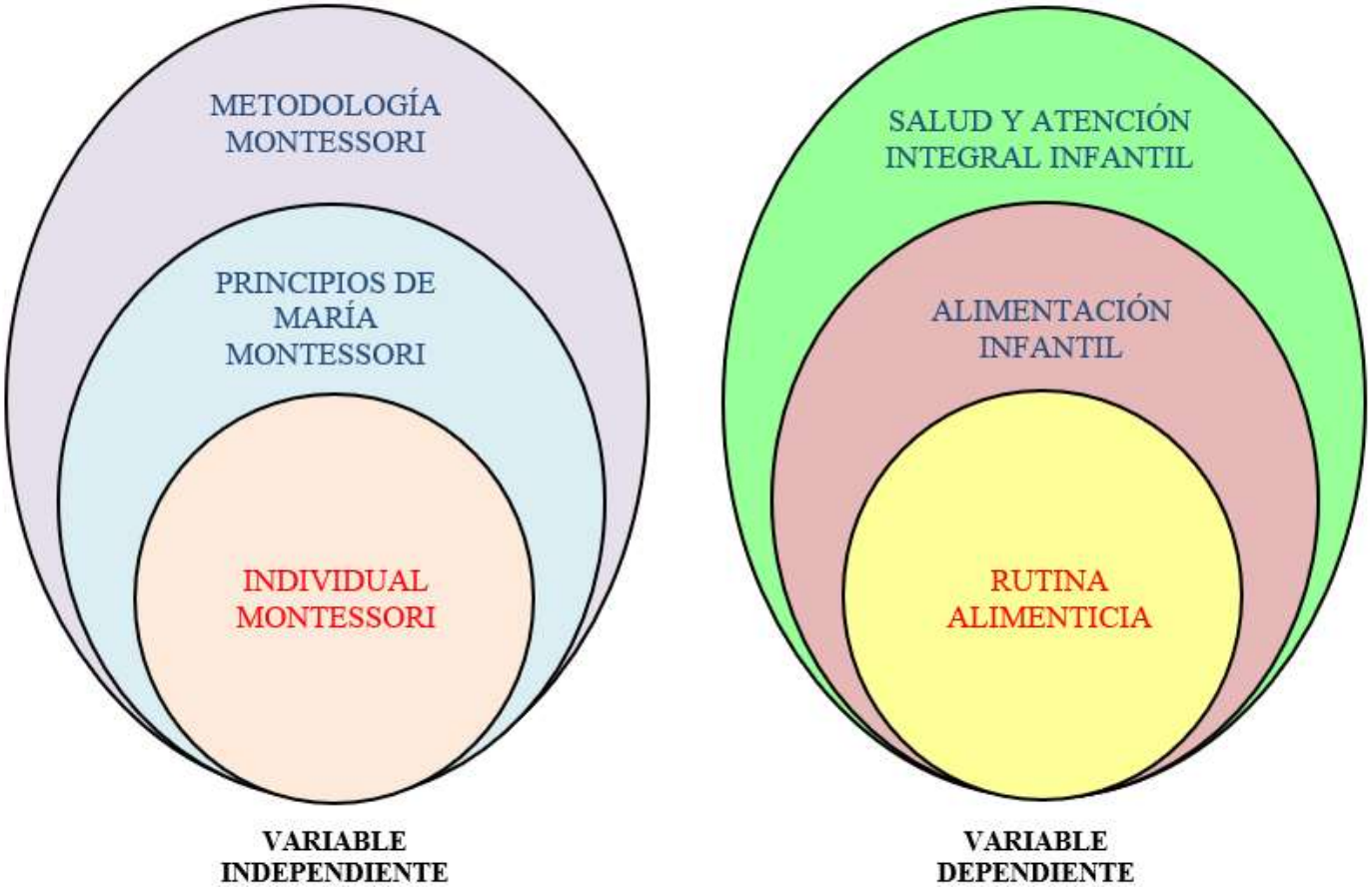
Vigil, A. (20 de Julio de 2019). *Lo que usted debe saber sobre Nutrición Infantil.* fundacionfrs: https://www.fundacionfrs.es/wp-content/uploads/2019/10/Manual-Nutrici%C3%B3n-Infantil-1.pdf

Villaizán, C. (20 de Noviembre de 2020). *Nutrición infantil. Presentación.* scielo: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322011000400001

Warncke, N. (28 de Noviembre de 2021). *Alimentación y hábitos de vida saludable en educación infantil.* uvadoc: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32312/TFG-G3102.pdf

ANEXOS

Anexo 1: Red de Inclusión



Anexo 2: Constelación de Ideas




RURINA ALIMENTICIA
HÁBITOS SALUDABLES
HORARIOS FIJOS
VARIEDAD DE ALIMENTOS
PREPARACIÓN DEL AMBIENTE
AUTONOMÍA AL COMER
USO DE UTENCILLOS ADECUADOS
PREFERENCIAS DEL NIÑO
PARTICIPACIÓN DEL NIÑO
AUTOCONFIANZA
ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Anexo 3: Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENCIONES	INDICADORES	ITEM	FUENTE	TÉCNICA INSTRUMENTOS
El Individual Montessori	Modelo educativo inspirado en la pedagogía Montessori que promueve la autonomía, la independencia y el respeto por el ritmo único de cada niño en su desarrollo integral. (Montessori, 2020)	Autonomía Independencia Respeto por el Ritmo Individual	- Participación activa en la elección de alimentos. - Capacidad de organizar su espacio.	- ¿Demuestra interés al usar el individual Montessori? - ¿Participa activamente en las actividades que involucran el uso del individual Montessori?	Niños	Ficha valorativa
	Fundamento del enfoque Montessori que destaca la adaptación de las experiencias de aprendizaje al ritmo y las necesidades individuales de cada niño. (Montessori, 2020)	Personalización de las experiencias. Ritmo y necesidades del niño.	-Resolución de problemas simples en la rutina alimenticia. -Uso adecuado de materiales adaptados a su desarrollo.	- ¿Ubica correctamente los utensilios en el individual Montessori? - ¿Guarda su individual Montessori y sus utensilios después de comer?	Niños	Ficha valorativa
	Método de enseñanza fundamentado en la observación y el respeto por las etapas de desarrollo del niño, con el objetivo de promover su autodisciplina. (Montessori, 2020)	Estrategia educativa. Observación y respeto hacia el desarrollo del niño Autodisciplina.	-Adaptación del entorno a las necesidades del niño. -Fomento de la autodisciplina.	- ¿Consume sus alimentos de forma autónoma?	Niños	Ficha valorativa

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENCIONES	INDICADORES	ITEM	FUENTE	TÉCNICA INSTRUMENTOS
Rutina Alimenticia	Serie de actividades estructuradas y recurrentes vinculadas a la alimentación, que facilitan el desarrollo de hábitos saludables, autonomía y disciplina en el niño. (Monsalve, 2021)	Organización alimenticia. Hábitos Alimenticios Saludables.	- Preparación previa del espacio para comer.	- ¿El niño se lava las manos antes de comer? - ¿Respeta los horarios establecidos para comer?	Niños	Ficha valorativa
	Habilidad del niño para llevar a cabo de manera autónoma actividades esenciales relacionadas con su alimentación. (Monsalve, 2021)	Acciones básicas Alimentación sin ayuda.	- Organización del espacio de alimentación.	- ¿Colabora en la preparación del espacio para comer? - ¿Limpia su espacio al terminar de comer? ¿Se lava las manos después de comer?	Niños	Ficha valorativa

Nota: Elaboración propia

Anexo 4: Instrumento: ficha de observación con escala valorativa

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Ficha de observación con escala valorativa dirigida a niños y niñas de 4 a 5 años de la Escuela de Educación Básica Rinconcito de Ternuras.

Tema: El Individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

Objetivo: Diagnosticar el nivel de desarrollo de la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años.

Nombre del observador: Cynthia Monserrath Flores Flores.

Nombre del niño/a: ……

Edad: ……..……

Ficha de Observación				
N°	**Indicadores**	**Iniciado (1)**	**En Proceso (2)**	**Adquirido (3)**
1.	Demuestra interés al usar el individual Montessori.			
2.	Participa activamente en las actividades que involucran el uso del individual Montessori.			
3.	Ubica correctamente los utensilios en el individual Montessori.			
4.	Se lava las manos antes de comer.			
5.	Respeta los horarios establecidos para comer.			
6.	Colabora en la preparación del espacio para comer.			
7.	Consume sus alimentos de forma autónoma.			
8.	Limpia su espacio al terminar de comer.			
9.	Se lava las manos después de comer.			
10.	Guarda su individual Montessori y sus utensilios después de comer.			
TOTAL				

Escala de rango (nivel de logro):

Iniciado (1)	Realiza la actividad con mucha ayuda y no la domina.
En proceso (2)	Realiza la actividad con poca ayuda, pero aún comete errores.
Adquirido (3)	Realiza la actividad solo, de forma correcta y sin ayuda.

Anexo 5: Carta de compromiso

CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 20 de marzo de 2025.

Licenciada
Ximena Calero, Mg.
Presidenta de la Unidad de Titulación
Carrera de Educación Inicial
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Presente.

De mi consideración:

Yo, Lcda. Néldida Aimeé Altamirano Paredes.,Mg. en calidad de Directora de la Escuela de Educación Básica Rinconcito de Ternuras me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Titulación: "El Individual Montessori en la rutina alimenticia en niños y niñas de 4 a 5 años" propuesto por la estudiante Cynthia Monserrath Flores Flores portadora de la Cédula de Ciudadanía N° 1850607662, estudiante de la Carrera de Educación Inicial de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente.

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA Rinconcito de Ternuras

Lcda. Néldida Aimeé Altamirano Paredes., Mg.
DIRECTORA
Escuela de Educación Básica Rinconcito de Ternuras
C.C. 1803234119
Cel: 0988870089
Email: 18h00910@gmail.com

Anexo 6: Consentimiento de padres de familia

https://utaedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/cflores7662_uta_edu_ec/EeuJW5aBSyVNsOXEkrz6agEBbZ4D5q30QUPy_jPANxu_RQ?e=KPCPAW

Anexo 7: Validación de la ficha de observación

https://utaedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/cflores7662_uta_edu_ec/EaEol9liTxxKjtcsFTkuVVABZF33ceSzy5F9sV1dq-KNJw?e=9fskQx

Anexo 8: Aplicación ficha de observación Pre – Test

https://utaedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/cflores7662_uta_edu_ec/ESb2sMQ0Ox5CnTmwlB-a8nYB-0c9kHzSCP5vKPgIMFOi6g?e=eG3wAC

Anexo 9: Aplicación ficha de observación Pos – Test

https://utaedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/cflores7662_uta_edu_ec/EX31Ln7ylolIsmLn_WyKTjMBHnhi_tCHnFBK7oXYT4Hd1g?e=mtHxSF

Anexo 10: Planificaciones

https://utaedu-my.sharepoint.com/:b:/g/personal/cflores7662_uta_edu_ec/EcmRKY_w17FLvORNhImsp5YBN7S18R7lBs7CS0FLxodOuQ?e=DZCXR4

Anexo 11: Fotografías











Anexo 12: Informe Turnitin



turnitin Página 2 of 54 - Integrity Overview

Identificador de la entrega trn:oid:::1:3254828187

6% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

GISSELA ALESSANDRA AURORA LOPEZ

Filtered from the Report

- Submitted works

Top Sources

0% Internet sources
6% Publications
0% Submitted works (Student Papers)