

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios por ser el motivo de mi existencia, a mi familia por su incomparable amor y apoyo en todo momento y a mis lind@s niñ@s quienes son el motivo de enfrentar nuevos retos para ser mejor persona y maestra, además por ser ell@s quienes necesitan una especial atención y apoyo en todas las áreas para contribuir en su formación como personas útiles a la sociedad.

AGRADECIMIENTO

Mi profundo agradecimiento a todas las personas que me brindaron su ayuda en los momentos de arduo trabajo:

A Dios por darme la salud y sabiduría para realizar este trabajo.

A mis padres y hermanos por su incomparable apoyo, a ellos les debo lo que soy.

A mis queridos estudiantes por cada día retarme a ser mejor maestra y amiga.

A mis sabios profesores que con sus enseñanzas iluminaron mi camino para culminar mi carrera.

Y agradezco a todas las personas que contribuyeron en la realización de esta tesis.

Dios les bendiga y recompense.

Gracias

RESUMEN

Una vez concluida la investigación y plasmados los resultados en esta tesis, debemos tomar conciencia que las manifestaciones físicas y psicopedagógicas latentes en l@s niñ@s se deben a uno de los factores predominantes en la educación, esto es una inadecuada alimentación. Es por ello que en este trabajo se resalta la importancia que tiene una buena dieta alimenticia en la calidad de vida de l@s niñ@s es necesario resaltar aspectos inherentes a esta temática así, la función de los padres en lo referente al cuidado diario de la alimentación, la función del maestro como orientador no sólo en el aspecto educativo, sino también en el bienestar de sus educandos y la función que debemos cumplir todos quienes estamos involucrados en el quehacer educativo y a buscar alternativas a que aquejan a nuestr@s niño@s, entre estos, el bajo rendimiento escolar por la apatía, desconcentración, falta de retención, mal estar físico, etc. debido a uno de los factores determinantes en estos aspectos como lo son las dietas alimenticias inadecuadas que ell@s tienen. Para cumplir con este objetivo se realizó una investigación de las condiciones de l@s niñ@s tanto físicas como actitudinales en el aula. Una vez realizada dicha investigación mediante encuestas y entrevistas fundamentamos esta realidad y en los resultados se puede apreciar que existe realmente el problema planteado: existen manifestaciones físicas y psicopedagógicas debido a que no se utilizan alimentos ricos en nutrientes en la alimentación diaria; l@s niñ@s prefieren consumir productos procesados, desplazando así los alimentos naturales y nutritivos. El propósito de dicha investigación es buscar alternativas de solución que ayuden, de cierta forma, a mejorar las costumbres alimenticias, para ello se sugieren dietas ricas en nutrientes que favorezcan a una excelente calidad de vida de l@s niñ@s de 2° y 3° años de básica del Centro Educativo “Efrata”, enseñándoles a adquirir hábitos nutricionales que serán decisivos en el rendimiento escolar y comportamiento alimentario en la edad adulta.