



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
CONVENIO FECYT-ISPED

TEMA:

“ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014” PROPUESTA ALTERNATIVA”

Trabajo de Grado previo a la obtención del Título de Licenciadas en Docencia en Educación Parvularia.

AUTORAS:

Maldonado Noboa Verónica Elizabeth.

Núñez Nazate Erika Tatiana.

DIRECTOR:

MSC. Marieta Carrillo

Ibarra Ecuador, 2014

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR

Luego de haber sido designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Educación Ciencia y Tecnología de la Universidad Técnica del Norte de la ciudad de Ibarra. He aceptado con satisfacción participar como Director del Trabajo de Grado del siguiente tema "ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014", propuesta alternativa", trabajo realizado por las señoritas egresadas: Verónica Elizabeth Maldonado Noboa y Erika Tatiana Núñez Nazate, previo la obtención del título de Licenciadas en Docencia mención Parvularia.

El ser testigo presencial, y corresponsable directo del desarrollo del presente trabajo de investigación, que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sustentado públicamente ante el tribunal que sea designado oportunamente.

Esto es lo que puedo certificar por ser justo y legal.

Msc. Marieta Carrillo
DIRECTORA

DEDICATORIA

Al culminar una etapa más de nuestra vida estudiantil, el presente trabajo lo dedicamos, a nuestros padres, hijos y esposos por habernos incentivado y apoyado en la culminación de nuestros sueños, siendo ellos fuente de superación e inspiración en el largo camino de nuestra profesionalización.

Maldonado Verónica y Núñez Erika

AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestros padres y esposos, quienes han sido un pilar fundamental para el logro de nuestros objetivos.

De la misma manera a nuestro tutor de trabajo de grado y compañeros ya que con sus enseñanzas y apoyo día a día llegamos con éxito a la culminación de esta anhelada meta.

ÍNDICE

ACEPTACIÓN DEL DIRECTOR.....	II
DEDICATORIA	III
AGRADECIMIENTO	IV

ÍNDICE V

ÍNDICE DE ANEXOS.....	IX
ÍNDICE DE GRÁFICOS	X
ÍNDICE DE TABLAS	XI
RESUMEN.....	XII
SUMMARY	XIII
INTRODUCCIÓN.....	XIV
CAPÍTULO I.....	1
1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	1
1.1. Antecedentes	1
1.2. Planteamiento del Problema	2
1.3. Formulación del Problema	3
1.4. Delimitación	3
1.4.1. Unidades de Observación:.....	3
1.4.2. Delimitación espacial	4
1.4.3. Delimitación Temporal	4
1.5. Objetivos	4
1.5.1. Objetivo General	4
1.5.2. Objetivos Específicos.....	4
1.6. Justificación	5
1.7. Factibilidad.....	6
CAPÍTULO II.....	7
2. MARCO TEÓRICO	7
2.1. FUNDAMENTACIONES	7
2.1.1. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.....	7
2.1.2. FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA.....	9

2.1.3.	FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA	11
2.1.4.	FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA	12
2.1.5.	FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA	14
2.1.6.	FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	14
2.1.7.	LA NUTRICIÓN.....	14
2.1.7.1.	Alimentación Dietética.....	15
2.1.7.2.	Alimentación	15
2.1.7.3.	Clasificación de los Nutrientes	16
2.1.7.4.	Control del crecimiento y desarrollo del niño	21
2.1.7.5.	Modelo de dieta para el niño preescolar	22
2.1.7.6.	Buenos Hábitos Alimentarios	25
2.1.8.	Nutrición en la Edad Preescolar.....	27
2.1.9.	La Desnutrición	31
2.1.10.	El Aprendizaje.....	32
2.1.10.1.	Los tipos de Aprendizaje.....	32
2.1.10.2.	Fases del aprendizaje.....	34
2.1.10.3.	La Teoría del Aprendizaje y Desarrollo de Vigotsky.....	36
2.1.10.4.	El Aprendizaje Significativo.....	39
2.1.10.5.	Ventajas del Aprendizaje Significativo	40
2.1.10.7.	Desarrollo Individual.....	41
2.1.11.	Guía Didáctica	43
2.1.11.1.	Importancia	43
2.1.11.2.	Estructura de la Guía didáctica	43
2.1.11.3.	Características de la Guía Didáctica	45
2.1.11.4.	Funciones Básicas de la Guía Didáctica.....	46
2.1.11.5.	Guía Didáctica Alimenticia	47
2.2.	Posicionamiento Teórico Personal.....	47
2.3.	Glosario de Términos.....	48
2.4.	Matriz Categorial.....	51
2.5.	Interrogantes de Investigación	52

CAPÍTULO III	53
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.	53
3.1. Tipos de Investigación.	53
3.2. Métodos.	54
3.3. Técnicas e Instrumentos.	54
3.4. Población	55
3.5. Muestra.	56
CAPÍTULO IV	57
4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS.....	57
4.1. Análisis descriptivo e individual de la encuesta realizada a los padres de familia.....	57
4.2. Análisis descriptivo e individual de cada pregunta en la entrevista realizada a los docentes.	71
4.3. Análisis de la Ficha de Observación aplicada a los niños.....	79
4.4. Contestación de las Preguntas de Investigación	81
CAPÍTULO V	83
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.	83
5.1. Conclusiones.	83
5.2. Recomendaciones.	84
CAPÍTULO VI	85
6. PROPUESTA ALTERNATIVA.	85
6.1. Título de la Propuesta.	85
6.2. Justificación.	85
6.3. Fundamentación.	86
6.4. Objetivos.	88
6.4.1. Objetivo General.	88
6.4.2. Objetivos Específicos.....	88
6.5. Ubicación sectorial y física.	88
6.6. Desarrollo de la Propuesta.....	89
6.7. Impactos	166

6.7.1.	Impacto Social.	166
6.7.2.	Impacto Educativo.....	166
6.7.3.	Impacto Pedagógico.	167
6.8.	Difusión	167
6.9.	Bibliografía.	168
ANEXOS	185

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Árbol de Problemas	187
Anexo 2. Matriz de Coherencia.....	188
Anexo 3. Ficha de observación individual aplicada a los estudiantes....	189
Anexo 4. Encuesta de padres de familia.....	190
Anexo 5. Encuesta a docentes	194
Anexo 6 Certificación de Aplicación de Encuestas en la Unidad Educativa Princesa Pacha	197
Anexo 7 Certificación de Socialización de la Guía “Aprendiendo a Comer Sano” en la Unidad Educativa Princesa Pacha.....	198
Anexo 8 Certificación de Aplicación de Encuestas en el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la ciudad de Atuntaqui	199
Anexo 9 Certificación de Socialización de la Guía “Aprendiendo a Comer Sano” en el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la ciudad de Atuntaqui	200
Anexo 10 Jerarquía de las Necesidades de Abraham Maslow	201
Anexo 11 Alimentación Dietética	201
Anexo 12 Clasificación de los Alimentos	202
Anexo 13 Grupos de Nutrientes.....	202
Anexo 14 Pirámide de los Alimentos	203
Anexo 15. Sección de Fotos	204

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Jerarquía de las Necesidades de Abraham Maslow	201
Gráfico 2 Alimentación Dietética	201
Gráfico 3 Clasificación de los Alimentos	202
Gráfico 4 Grupos de Nutrientes	202
Gráfico 5 Pirámide de los Alimentos	203
Gráfico 6. Distribución de calorías	22
Gráfico 7. Representación Gráfica Porcentual.....	57
Gráfico 8. Representación Gráfica Porcentual.....	58
Gráfico 9. Representación Gráfica Porcentual.....	59
Gráfico 10. Representación Gráfica Porcentual.....	60
Gráfico 11. Representación Gráfica Porcentual.....	61
Gráfico 12. Representación Gráfica Porcentual.....	62
Gráfico 13. Representación Gráfica Porcentual.....	63
Gráfico 14. Representación Gráfica Porcentual.....	64
Gráfico 15. Representación Gráfica Porcentual.....	65
Gráfico 16. Representación Gráfica Porcentual.....	66
Gráfico 17. Representación Gráfica Porcentual.....	67
Gráfico 18. Representación Gráfica Porcentual.....	68
Gráfico 19. Representación Gráfica Porcentual.....	69
Gráfico 20. Representación Gráfica Porcentual.....	70
Gráfico 21. Representación Gráfica Porcentual.....	71
Gráfico 22. Representación Gráfica Porcentual.....	72
Gráfico 23. Representación Gráfica Porcentual.....	73
Gráfico 24. Representación Gráfica Porcentual.....	74
Gráfico 25. Representación Gráfica Porcentual.....	75
Gráfico 26. Representación Gráfica Porcentual.....	76
Gráfico 27. Representación Gráfica Porcentual.....	77
Gráfico 28. Representación Gráfica Porcentual.....	78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Clasificación básica de los nutrientes	16
Tabla 2. Distribución dietética	23
Tabla 3. Porciones según edades.....	24
Tabla 4 Población	56

RESUMEN

La presente investigación parte de la existencia del problema de ¿Cómo influye el estado nutricional en el aprendizaje significativo de los niños y niñas de 3 a 5 años de las instituciones educativas, Escuela Princesa Pacha de la ciudad de Atuntaqui y Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la parroquia de San Pablo del Lago en el año lectivo 2013-2014? El objeto de la investigación constituye promover la alimentación saludable mediante, estrategias y actividades que ayuden a mejorar hábitos alimenticios correctos en educación inicial de 3 a 5 años y en niños de primer año de educación básica de 5 a 6 años, para ello se ha desarrollado el marco teórico, donde constan temas y sub temas referentes a las fundamentaciones: filosófica, psicológica, pedagógica, sociológica, epistemológica y legal, así también de la nutrición, desnutrición, aprendizaje, tipos de aprendizaje, aprendizaje significativo, además se habla de la guía didáctica y su estructura e importancia. Está investigación contiene información necesaria sobre alimentación nutritiva y saludable que ayuda al óptimo desarrollo y crecimiento de los niños y niñas de edad preescolar. Para el desarrollo del trabajo se utilizó la investigación descriptiva, documental y de campo para obtener información acerca del objeto de estudio. Se aplicaron los métodos: analítico – sintético, descriptivo, inductivo – deductivo y el estadístico; como instrumentos de investigación se utilizó la encuesta y fichas de observación para la recolección de información primaria; la población motivo de estudio fueron los 143 estudiantes de las dos instituciones y 8 maestras. Se determinó que la nutrición incide en el aprendizaje significativo de los niños/as de las instituciones investigadas, debido a que existen niños con índices de desnutrición que tienen poca energía para trabajar en el aula. La propuesta contiene una guía práctica de alimentación “Aprendiendo comer sano” con 16 talleres didácticos para su aplicación.

SUMMARY

This research part of the problem of How does the nutritional status in the significant learning of the boys and girls from three to five years of educational institutions, Princess Pacha school in Atuntaqui city and Angel Vaca Mendez early education center of San Pablo del Lago in the school year 2013-2014? The object of the research is promoting healthy eating through, strategies and activities to help improve eating habits correct initial education 3-5 years and children in the first year of basic education 5-6 years, it has developed the theoretical framework, which consist topics and sub topics such as: philosophical, psychological, pedagogical, sociological, epistemological and legal, also of nutrition, malnutrition, learning, types of learning, meaningful learning. In addition there is talk of the tutorial and its structure and importance. This research contains necessary information on nutritious food and healthy that helps the optimal growth and development of preschool-age children. This study was development by descriptive research, documentary and field for information about the object of study. The methods that were applied in this investigation was: analytic - synthetic, descriptive, inductive - deductive and statistics; as research tools survey and observation forms used to collect basic information, the population under study were 143 students from both institutions and 8 teachers, It was determined that nutrition has an impact on a significant learning of the boys and girls of the institutions investigated, due to the fact that there are children with undernourishment have little energy to work in the classroom. The proposal contains a practical guide to power "Learning healthy eating" with sixteen educational workshops for its application.

INTRODUCCIÓN

El hogar es la base para el desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños, es por ello que los padres de familia deben contar con buenos hábitos alimenticios para evitar enfermedades tanto de los adultos como de los menores.

La alimentación forma parte de una buena o mala nutrición, dependiendo de la calidad de alimentos que se proporcionen a los niños menores de 5 años.

La desnutrición se desarrolla cuando la ingesta de alimentos entre proteínas y calorías es insuficiente para cubrir las necesidades de los niños en especial, en la actualidad la mala nutrición ha provocado una serie de enfermedades desarrolladas a causa de este problema.

La desnutrición es un problema para los niños que la padecen debido a que limita su normal desarrollo por ello es importante conocer la magnitud del problema para plantear soluciones.

Un niño mal nutrido no se evidencia solamente por su bajo peso sino también en niños que tienen obesidad y presentan grados de desnutrición debido a una mala alimentación.

El trabajo investigativo está estructurado en base seis capítulos; el primero es el problema de investigación formulado como pregunta, ¿Cómo influye el estado nutricional en el aprendizaje significativo de los niños (as) de 3 a 5 años de las instituciones educativas, escuela Princesa Pacha de la ciudad de Atuntaqui y Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la parroquia de San Pablo del Lago en el año lectivo 2013-2014?; se ha

planteado objetivos de investigación que contribuyan a solucionar el problema actual, así también se presenta la justificación, por la importancia, factibilidad y beneficiarios que tuvo el presente trabajo.

En el segundo capítulo se encuentra el marco teórico, desarrollando temas y sub temas referentes al problema de investigación, se presenta la fundamentación filosófica, psicológica, pedagógica y sociológica, epistemológica y legal; además se habla acerca de la nutrición y el aprendizaje significativo.

El tercer capítulo contiene la metodología utilizada para el desarrollo del trabajo, empleándose un tipo de investigación descriptiva, documental, de campo, a través de los métodos: analítico - sintético, descriptivo, inductivo – deductivo y el método estadístico. Las técnicas utilizadas fueron la encuesta y fichas de observación.

El cuarto capítulo es el análisis e interpretación de resultados, de las encuestas y fichas de observación aplicadas en la Escuela Princesa Pacha de la ciudad de Atuntaqui y Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la parroquia de San Pablo del Lago.

En el quinto capítulo constan las conclusiones que se han llegado después de haber realizado toda la investigación, y las recomendaciones con el objetivo de solucionar el problema actual de las instituciones educativas.

El sexto y último capítulo contiene la propuesta que es una guía práctica de alimentación saludable “Aprendiendo a comer sano”, la cual contiene talleres dirigidas a maestras, y padres de familia para que incentiven a los niños de las instituciones investigadas a una buena alimentación, a consumir frutas y verduras de una manera divertida.

CAPÍTULO I

1. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Antecedentes

La Escuela Princesa Pacha del Cantón Antonio Ante de la ciudad de Atuntaqui y el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la Parroquia San Pablo del Lago brinda atención a niño(as) de 3 a 5 años por más de 53 años ofrecen servicio educativo a la niñez de este sector. Dichas centros de educación básica son parte de 15. 207 instituciones que en todo el país, que se encuentran en el Programa de Alimentación Escolar (PAE) del Ministerio de Educación.

Estos establecimientos cuentan con 108 estudiantes, de Educación Inicial y 37 de Primer Año de Básica, las instalaciones no cuentan con un comedor, acogen a 145 niños, quienes provienen de familias de escasos recursos, se observó que los niños, en su mayoría, no llevan una lonchera o alimentos saludables para la hora de receso, además se puede mencionar que, los bares en estos establecimientos no aportan a una buena alimentación, para los niños de estos centros. Por lo que se puede decir que existe una deficiente condición nutricional.

Las deficientes condiciones nutricionales de los niños (as) provocan graves repercusiones sobre el desarrollo desde temprana edad. Las causas de posibles daños por una mala alimentación durante los primeros años de vida pueden ser irreversibles.

En los niveles de Educación Inicial y primero de básica se ve importante el consumir alimentos nutritivos, a su vez fomentar hábitos de alimentación, pues el preescolar; es un ser en desarrollo que presenta características físicas, psicológicas, y sociales propias.

1.2. Planteamiento del Problema

En la provincia de Imbabura existen infantes menores de cinco años que muestran indicios de desnutrición crónica o baja talla para su edad. Los niños preescolares que acuden a los centros infantiles no llevan una lonchera saludable para el desarrollo y crecimiento.

Una acción del Estado ecuatoriano para atender con alimentación a los centros de desarrollo infantil, educación inicial y educación básica del sector fiscal, más pobres del país en edades entre los 1 a 14 años, con dos modalidades: desayuno y almuerzo escolar.

Es necesario una coordinación de estas actividades para que estas concreten su objetivo de contribuir al mejoramiento de la calidad y eficiencia de la educación básica mediante la entrega de un complemento alimenticio sobre todo en los niños del nivel preescolar, que son seres únicos con formas propias de aprender y expresarse; por lo tanto el propósito es promover que los niños y niñas cuenten con una buena alimentación que disminuyan enfermedades y bajo rendimiento escolar.

A pesar de estas políticas existe desnutrición infantil, en especial en la población indígena, ya que las instituciones en las que se investigó están conformadas por indígenas y mestizos.

También se pudo observar una débil participación activa de los padres y madres de familia, los niños no consumen alimentos nutritivos,

sus hijos en ciertos casos, reciben clases sin desayunar y, en sus loncheras muchas veces hay comida chatarra. Al respecto, los profesores, que poco pueden hacer ante la dotación de comida que los padres envían a sus hijos. Lo evidente es que ninguno de estos involucrados conjuga acciones para garantizar que la dotación alimentaria que los padres envían a sus hijos apoye acciones para el rendimiento escolar.

Como se mencionó, a mediano plazo en estas instituciones se prevé el ingreso a esta política de estado, pero lo que es evidente, ambas instituciones no cuentan con un estrategia de comunicación para la promoción de la cooperación e integración de acciones que busquen mejorar el rendimiento escolar a través de coordinar una buena dotación alimentaria diaria.

1.3. Formulación del Problema

¿Cómo influye el estado nutricional en el aprendizaje significativo de los niños (as) de 3 a 5 años de las instituciones educativas, Escuela Princesa Pacha de la ciudad de Atuntaqui y Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la parroquia de San Pablo del Lago en el año lectivo 2013-2014?

1.4. Delimitación

La delimitación de la investigación está dada en unidades de observación, delimitación espacial y temporal.

1.4.1. Unidades de Observación:

En esta investigación se consideró a 108 niños y niñas de Educación Inicial del C.E.I. “Ángel Vaca Méndez” de la parroquia de San Pablo de Lago y 37

niños(as) de Primero de Básica de la “Escuela Princesa Pacha” de la ciudad de Atuntaqui.

1.4.2. Delimitación espacial

La investigación se desarrolló en la Provincia de Imbabura, cantón Antonio Ante en la ciudad de Atuntaqui en la “Escuela Princesa Pacha” del barrio San José y en la parroquia de San Pablo del Lago en el “Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez.” situado en las calles Federico Páez y Unesco.

1.4.3. Delimitación Temporal

El trabajo de investigación se aplicó durante el año lectivo 2013- 2014.

1.5. Objetivos

1.5.1. Objetivo General

Determinar la incidencia de la nutrición en el aprendizaje significativo de los niños/as de 3 a 5 años del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”.

1.5.2. Objetivos Específicos.

- Diagnosticar el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”.
- Fundamentar teóricamente la información sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo.

- Diseñar una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años.
- Difundir la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años.

1.6. Justificación

La investigación permitió mejorar la calidad de vida y así tratar de evitar problemas nutricionales que aqueje a este sector vulnerable (niños y niñas) de la población, las raciones alimenticias inadecuadas dan lugar a malnutrición, obesidad o enfermedades. Los alimentos influyen sobre la salud, la duración de la vida, el estado físico el tamaño del cuerpo y el desarrollo mental.

Al establecer el problema de investigación, se pudo establecer una posible solución para mejorar la calidad de vida de los niños y niñas, procurando disminuir los riesgos que consigo trae la malnutrición.

Los beneficiarios directos fueron los niños y niñas de 3 a 5 años del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”; ya que se dio correctivos para poder mejorar la nutrición de los futuros líderes del país. El beneficio fue encaminado a mejorar la atención en el aula, adquirir los conocimientos que se les imparta, mejorar las habilidades psicomotrices y la fuerza para realizar actividad física.

Según la (Constitución de la República del Ecuador, 2008)

Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; educación y cultura, deporte y recreación; seguridad social; a

tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social;...”.

1.7. Factibilidad

La investigación fue factible realizarla gracias a la apertura de las maestras del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”, ya que permitieron la aplicación, de encuestas y fichas de observación en todo el momento investigativo.

También se contó con la autorización de las autoridades del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”. Se contó con recursos materiales y económicos para la ejecución del trabajo investigativo; además se contó con una amplia bibliografía de libros, revistas y páginas web sobre el tema a tratar.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. FUNDAMENTACIONES

2.1.1. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA

La investigación se apoyó en la teoría humanista, considerando que los motivos vienen determinados por las tendencias a la autorrealización individual y personal que manifiestan las personas. (Cabanas, 2013), afirma que la teoría humanista “coloca al ser humano y su experiencia en el centro de interés. Da prioridad al desarrollo del potencial personal con la comprensión de nosotros mismos y a los demás. Destaca la necesidad de relacionarnos unos con otros y así desenvolvemos hacia la autorrealización”. Abraham Maslow, fue uno de los que más se preocupó por el estudio de la motivación humana, de acuerdo a su teoría, existe una disposición innata hacia el desarrollo y la maduración personal.

Según Claus, 2005, citado por (Vaca, 2013), el objetivo de la teoría humanista es “conseguir que los niños se transformen en personas auto determinadas con iniciativas propias, que tengan una personalidad equilibrada, las personas aprenden a partir de la experiencia, sin preocuparse de la naturaleza del proceso de aprendizaje”.

La fundamentación filosófica afirma que los niños son capaces de aprender por si solos, con el trascurso del tiempo van adoptando comportamientos que miran a su alrededor basándose en motivaciones e imitaciones adoptando características de acuerdo a su entorno.

(Beltrán & Cadena, 2014, pág. 9), afirman que: “la trascendencia de analizar el humanismo en la investigación radica en que se concibe al niño como un ser con competencias donde el aprendizaje es genuino, porque se basa en el intelecto, emociones y motivaciones”.

Desde la niñez los padres de familia deben tomar en cuenta una adecuada alimentación para que los pequeños tomen buenos hábitos alimenticios para que sea parte de su vida diaria, incluso en la adultez.

En la teoría de Maslow se establece una jerarquía de necesidades que van desde los más básicos, hasta los de autorrealización; se deben cubrir primero las necesidades que se encuentran por debajo en la pirámide, es decir las necesidades fisiológicas, seguido de las de seguridad. (Ver anexo N°6)

De acuerdo a (www.calidadfernando.blogspot.com, 2012), son necesidades fisiológicas básicas para mantener la homeóstasis (referente a la salud); dentro de estas, las más evidentes son:

- Necesidad de respirar, beber agua, y alimentarse.
- Necesidad de mantener el equilibrio del pH y la temperatura corporal.
- Necesidad de dormir, descansar y eliminar los desechos.
- Necesidad de evitar el dolor y tener relaciones sexuales.
- Necesidades de seguridad y protección

Estas surgen cuando las necesidades fisiológicas se mantienen compensadas. Son las necesidades de sentirse seguro y protegido, incluso desarrollar ciertos límites en cuanto al orden. Dentro de ellas encontramos:

- Seguridad física y de salud.
- Seguridad de empleo, de ingresos y recursos.
- Seguridad moral, familiar y de propiedad privada.
- Necesidades de afiliación y afecto

Están relacionadas con el desarrollo afectivo del individuo, son las necesidades de:

- Asociación
- Participación
- Aceptación

2.1.2. FUNDAMENTACIÓN PSICOLÓGICA

Así también la investigación se basó en la teoría cognitiva, para formar un esquema de conducta adecuado en los niños; padres de familia son los llamados a crear un buen estilo de vida, motivando a los hijos a una alimentación sana y a compartir buenos modales de conducta. (Toaza, 2013), afirma que “la teoría de PIAGET descubre los estadios de desarrollo cognitivo desde la infancia a la adolescencia: cómo las estructuras psicológicas se desarrollan a partir de los reflejos innatos, se organizan durante la infancia en esquemas de conducta, se internalizan durante el segundo año de vida como modelos de pensamiento, y se desarrollan durante la infancia y la adolescencia en complejas estructuras intelectuales que caracterizan la vida adulta.”

De acuerdo a (www.aprendiendomatematicas.com, 2011), la teoría de Piaget mantiene que los niños pasan a través de etapas específicas conforme su intelecto y capacidad para percibir las relaciones. Estas etapas se desarrollan en un orden fijo en todos los niños, y en todos los países. Las etapas son las siguientes:

- **Etapas sensoriomotora:** esta etapa tiene lugar entre el nacimiento y los dos años de edad, conforme los niños comienzan a entender la información que perciben sus sentidos y su capacidad de interactuar con el mundo. Durante esta etapa, los niños aprenden a manipular objetos, aunque no pueden entender la permanencia de estos objetos si no están dentro del alcance de sus sentidos.

- **Etapa preoperacional:** Comienza cuando se ha comprendido la permanencia de objeto, y se extiende desde los dos hasta los siete años. Durante esta etapa, los niños aprenden cómo interactuar con su ambiente de una manera más compleja mediante el uso de palabras y de imágenes mentales. Esta etapa está marcada por el egocentrismo, o la creencia de que todas las personas ven el mundo de la misma manera que él o ella.
- **Etapa de las operaciones concretas:** esta etapa tiene lugar entre los siete y doce años aproximadamente y está marcada por una disminución gradual del pensamiento egocéntrico y por la capacidad creciente de centrarse en más de un aspecto de un estímulo.
- **Etapa de las operaciones formales:** En la etapa final del desarrollo cognitivo (desde los doce años en adelante), los niños comienzan a desarrollar una visión más abstracta del mundo y a utilizar la lógica formal.

Para (www.dentrodeunpreescolar.wikispaces.com, 2014), tanto los padres como los docentes deben considerar algunos principios básicos a la hora de estimular la construcción de hábitos sociales en los niños, entre ellos están:

- Los adultos deben ser consistentes en la fundamentación de los hábitos que proponen y constantes en la estimulación de los mismos.
- La educación con el ejemplo resulta una premisa esencial, ya que los infantes tienden a imitar los hábitos que observan en las personas de su entorno.
- Es muy importante que los adultos adopten una actitud paciente de orientación constante durante el proceso de Aprendizaje de los distintos hábitos.
- No es beneficioso recurrir a las comparaciones con otros niños.
- Es indispensable reconocer y alentar a cada pequeño de acuerdo con los logros que vaya evidenciando.

Los padres de familia juegan un papel primordial a la hora de enseñar buenos hábitos a los niños, empezando por una buena alimentación, ya

que los menores adoptaran conductas que observan dentro de sus hogares.

2.1.3. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA

El trabajo investigativo también se apoyó en la teoría histórico cultural. De acuerdo a (Perinat, 2007, pág. 20), Vygostky construyó su teoría del desarrollo socio-cultural de la humanidad en los años 1926 a 1930. Partiendo de la distinción entre procesos psíquicos elementales y superiores, afirma que constituyen dos niveles o etapas por las que la humanidad, desde sus orígenes hasta hoy, transitó. También las criaturas humanas que, al nacer exhiben funciones predominantemente biológicas (elementales), experimentan un desarrollo cuya meta son los procesos psicológicos superiores, humanos en el pleno sentido de la palabra.

De acuerdo a (www.teoriasdeaprendizajeuagrm.blogspot.com, 2011), la teoría histórica cultural de Lev Vygotsky (1978), plantea las siguientes tesis generales:

- El origen social de las funciones psicológicas superiores (pensamiento, lenguaje etc.)
- La mediación como factor fundamental para el desarrollo de las funciones psicológicas superiores.
- Ley genética fundamental del desarrollo.
- La zona de desarrollo próximo.

Para (Hernández), el enfoque histórico-cultural vigotskiano, inspirado en este razonamiento marxista de profundidad filosófica, va más allá en el sentido de que ubica las condiciones del desarrollo humano en esa relación excéntrica del individuo, que es visto entonces en las posibilidades de su desarrollo a partir de su inserción social y, más concretamente, a partir de la interacción con los mediadores culturales, personas significativas y productos simbólicos de la realidad sociocultural, pero en estrecha

conexión con las posibilidades y recursos internos del individuo, de sus potencialidades internas en desarrollo.

Partiendo del para qué y del qué vale la pena aprender, la alimentación sana es de gran importancia para la enseñanza por varias razones; una alimentación adecuada es primordial para el desarrollo físico y mental de niños y niñas, así también los niños serán consumidores futuros de alimentos, es por ello crear buenos hábitos alimenticios desde la niñez.

Para (www.slideshare.net, 2010), la fundamentación pedagógica apunta inicialmente a la concreción de para qué y del qué vale la pena aprender, para luego determinar el cómo, cuándo y dónde realizarlo; todo ello sobre la base de las demandas sociales aceptadas y de las condiciones, necesidades y aptitudes de los grupos y sujetos destinatarios.

Las respuestas a la pregunta para qué aprender remite al conjunto de propósitos – fines o ideal pedagógico y objetivos que integran el proyecto curricular.

2.1.4. FUNDAMENTACIÓN SOCIOLÓGICA

La investigación basada en la teoría sociocrítica, anima al ser humano a ser fiel a uno mismo para no tener dependencias; así Mitjans, 2001, citado por (Vaca, 2013, pág. 16), afirma que el enfoque socio crítico “demanda el derecho a la diferencia y a la singularidad del alumno, animándole a ser fiel a sí mismo para eliminar dependencias, integra los valores de la sociedad y la ha vez lucha por la transformación del contexto social”. Para ello el profesor es definido como investigador tomando una actitud reflexiva, crítica y comprometida con la situación escolar y sociopolítica.

El enfoque sociocrítico anima al niño a ser fiel a sí mismo para eliminar dependencias, integra los valores que emana la sociedad. El

profesor puede definirse como como investigador en el aula, realizando análisis críticos y reflexivos.

La página web (es.scribd.com), acerca del enfoque sociocrítico, presenta el conocimiento desde dos perspectivas: desde el punto de vista social cuando se develan dialécticamente las contradicciones e inconsistencias de las interrelaciones sociales y se adelanta sobre ellas un proceso de comprensión e interpretación para transformar que se estructura a partir del supuesto de que no es posible concebir la educación separada de la cultura y de las particularidades de desarrollo de quienes se está formando, así como de sus formadores. Es un proceso continuo de crecimiento de doble vía.

Está orientado a la atención y solución de problemas sociales en los diferentes campos del saber, debido a que proporciona a los individuos pautas para la intervención en interacciones sociales a través de acción educativa. Desde la perspectiva crítica propende por el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico reflexivo con el fin de aportar a la transformación de las estructuras sociales que afectan la vida de la escuela.

La fundamentación sociológica, explicita las demandas sociales y culturales que las personas tienen, los valores son reflejos del intercambio del hombre, es el quien cultiva su propia forma de ser.

Basado en la teoría de Vigotsky, (Plaul, 2012), afirma que el hombre no se limita a responder a los estímulos sino que actúa sobre ellos, transformándolos. Ello es posible gracias a la mediación de instrumentos que se interponen entre el estímulo y la respuesta. La actividad es un proceso de transformación del medio a través de instrumentos. Vigotsky afirmaba que la actividad mental es exclusivamente humana. Es el resultado del aprendizaje social, de la interiorización de los signos sociales

y de la internalización de la cultura y de las relaciones sociales. El desarrollo psicológico es, en esencia, un proceso sociogenético.

2.1.5. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA

Los fundamentos epistemológicos dan cuenta de las condiciones a través de las cuales se ha producido el conocimiento que va a ser enseñado, precisa los niveles de científicidad. Define los enfoques y paradigmas posibilita la presencia la pedagogía, la didáctica y el currículo para la objetivación de la enseñanza (www.enfoquescurriculares.blogspot.com, 2011)

2.1.6. FUNDAMENTACIÓN LEGAL

El (Plan Nacional de Buen Vivir, 2013-2017), en el objetivo 3: “Mejorar la calidad de vida de la población”, en la estrategia 6 promover entre la población y en la sociedad hábitos de alimentación nutritiva y saludable que permitan gozar de un nivel de desarrollo físico, emocional e intelectual acorde con su edad y condiciones físicas, en sus actividades están:

Fortalecer campañas de suplementos alimenticios y vitaminas en la población con déficit nutricional y en etapa de desarrollo cognitivo.

Desarrollar e implementar mecanismos que permitan fomentar en la población una alimentación saludable, nutritiva y equilibrada, para una vida sana y con menores riesgos de malnutrición y desórdenes alimenticios.

Impulsar programas de alimentación escolar en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato, con prioridad en el nivel inicial, de acuerdo a los requerimientos nutricionales de la edad y a la jornada de estudio, con eficiencia económica y pertinencia geográfica y cultural.

2.1.7. LA NUTRICIÓN

Para (Soriano, 2011, pág. 23), la nutrición se define como el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo vivo, y en nuestro caso el

ser humano, utiliza, transforma parte de los alimentos con objeto de suministrar energía, construir y reparar estructuras orgánicas, así como de regular los procesos biológicos.

La nutrición es el proceso por el cual la persona consume alimentos, y estos a su vez cumplen funciones importantes dentro del organismo, una correcta alimentación proporcionará salud a los individuos.

2.1.7.1. Alimentación Dietética

La palabra dietética deriva de la palabra griega diatía, que significa régimen de vida. Y señala la importancia de seguir una planificación para mantener la armonía de un sistema, atendiendo a todos sus aspectos. Por tanto, la dietética tendrá presente un sin fin de conceptos y detalles que hagan posible y agradable la alimentación diaria de cada ser humano, teniendo en cuenta todas sus complejas características personales y abarcando todos los aspectos humanísticos de la alimentación. (Rosselló, 2011, pág. 5)

Una alimentación llevada a través de una dieta planificada y controlada proporciona un buen funcionamiento del organismo, consumiendo alimentos sanos y naturales.

La alimentación debe ser equilibrada con porciones justas de acuerdo a la edad del niño y el adulto para poder satisfacer las necesidades del cuerpo.

2.1.7.2. Alimentación

Para (Muñoz, 2014), la alimentación es la base de nuestra salud, pues todo lo que el cuerpo necesita para estar sano y funcionar adecuadamente lo obtiene de los alimentos que ingerimos. Una alimentación inadecuada no solo puede ocasionar deficiencias nutritivas, sino que también deprime el sistema inmunitario, vuelve a las personas irritables o deprimidas, y genera problemas de concentración y letargo mental.

Una alimentación de calidad requiere ingerir una variedad de alimentos que brinden los nutrientes necesarios para mantenerse bien y con energía. La nutrición combinada con una buena actividad física proporciona al cuerpo energía y vitalidad.

2.1.7.3. Clasificación de los Nutrientes

Para la investigación se tomó como referencia la clasificación de los nutrientes de (Gisper, 2006), el cual clasifica en función de la cantidad en la que se encuentran en los alimentos (macronutrientes y micronutrientes), la función específica de cada uno (plásticos, energéticos y reguladores), del grado de energía (calorías) que proporcionan al ser metabolizados (utilizados) por el organismo (calóricos y acalóricos), y de la capacidad del organismo para fabricarlos (no esenciales) o dependencia del exterior para su correcta asimilación para el organismo (esenciales).

Diariamente se necesitan unos 50 nutrientes en cantidades determinadas, encargados de suministrar los materiales necesarios para la construcción, mantenimiento, reparación, y regulación del organismo, se detallan en la siguiente tabla:

Tabla 1. Clasificación básica de los nutrientes

Macronutrientes Se consumen en grandes cantidades. Aportan energía.			Micronutrientes Se consumen en pequeñas cantidades. No aportan energía. Vitales para asimilar los macronutrientes.		Agua
Carbohidratos	Proteínas	Lípidos	Vitaminas	Minerales	

Fuente: Nutrición Infantil, Ruiz Miguel

a) Carbohidratos

La mayoría de la energía que se necesita proviene de los carbohidratos. Se encuentran fundamentalmente en vegetales. Es la principal Fuente de alimento en todo el mundo, la más fácil de obtener y más barata. Sin embargo, la población general tiende a considerarlos como productos que engordan, por lo que en el mundo desarrollado el consumo de carbohidratos feculentos y fibra ha disminuido drásticamente, incrementándose, por otra parte, el de azúcar.

Según (Romano & Casavalle, 2013), los vegetales y frutas, “brindan la mayor cantidad de vitaminas, minerales y fibras. Los vegetales feculentos como la papa, batata o choclo, además, dan energía. Los alimentos frescos son la primera elección puesto que conservan todos los nutrientes”.

b) Proteínas

Gispert, habla de las proteínas o péptidos, como complejas sustancias que se encuentran formando parte de los tejidos, tanto animales como vegetales.

Fueron las primeras sustancias reconocidas como vitales para todos los organismos, de ahí que su nombre provenga de la palabra griega "protos" que significa "de primera importancia".

Debemos obtenerlas del exterior a través de los alimentos, por lo que la cantidad y calidad de las mismas depende de nuestra alimentación. Son los componentes estructurales de las células, y la mayoría se encuentra en músculo y vísceras; otras se encuentran en los tejidos blandos (colágeno), huesos, dientes, sangre y fluidos corporales.

Las proteínas contienen carbono, hidrógeno y oxígeno, pero además contienen nitrógeno y, en ocasiones, algunos elementos como hierro, cobalto o fósforo.

La estructura básica de las proteínas es el aminoácido, habiéndose reconocido 20 que constituyen la mayoría de las proteínas. Un número determinado de aminoácidos se unen entre sí, de manera específica para formar las proteínas. Éstas, a su vez, adoptan formas en el espacio muy complejas, las cuales determinan sus características y función.

c) Lípidos

Los lípidos son considerados grasas que aportan energía al cuerpo, la mayor contribución de grasa se deriva principalmente de alimentos de consumo extendido como leche y derivados, los huevos y las carnes, pescados y aceites vegetales.

d) Vitaminas

Para (Pilay, 2014), las vitaminas son micronutrientes esenciales ya que los tejidos corporales no pueden sintetizarlas o lo hacen en cantidades insuficientes para cubrir las necesidades del individuo.

El descubrimiento de las vitaminas se debe a la identificación de enfermedades graves asociadas a sus carencias. Se han definido 13 vitaminas y 2 vitamínicos. La estructura, y función de cada una de ellas es particular y no intercambiable.

✓ Vitamina A

En su forma retinol se encuentra fundamentalmente en el hígado y la carne de pescado, y también en leche, queso, mantequilla y huevos. Los carotenoides se encuentran en cantidades importantes en acelera,

zanahoria, espinacas cocidas, perejil, aceite de soja y otras verduras como tomate.

✓ **Vitamina D**

No es realmente una vitamina, sino una hormona. Su presencia en la dieta no es esencial ya que las necesidades diarias pueden cubrirse si la piel se expone a una cantidad suficiente de luz solar o radiación ultravioleta artificial. Su función principal es la regulación y el equilibrio del metabolismo del calcio y el fósforo, y la formación normal de hueso.

Los alimentos más ricos en vitamina D (vitamina D2) son: los aceites extraídos del hígado de pescados (bacalao y rodaballo), pescados azules, huevos, hígado, leche, y mantequilla.

Los vegetales contienen muy poca cantidad, a menos que haya recibido una irradiación por rayos ultravioletas muy importante.

✓ **Vitamina E**

Se encuentra en los vegetales en dos formas, los tocoferoles y los tocotrienoles. Su función más importante es la de actuar como antioxidante, atrapando los radicales libres.

Los frutos secos son Fuente de vitamina E, Fuentes de vitamina E destacan: aceite de girasol y maíz, germen de cereales, frutos secos, aceite de soja y soja germinada, aceite de oliva, margarina, tocino, leche y mantequilla, huevos, coles, lechuga y escarola.

✓ **Vitamina K**

Se distinguen dos tipos, la vitamina K1 (o filoquinona) de procedencia vegetal, y la vitamina K2 (o menaquinona) sintetizada por las bacterias intestinales. Actúa en la síntesis en el hígado de algunas proteínas, destacando algunos factores de coagulación, y en el metabolismo óseo.

Los alimentos que contienen vitamina K son: las coles de Bruselas, el brócoli, espárragos, repollo, ciruelas pasas, hierbas secas y frescas.

e) Minerales

(Hoff, 2006), en su libro Medicina y Salud, dice “en el ser humano, el peso de los minerales supone el 4-5% del peso corporal del individuo, la mitad del porcentaje conformado por el calcio”, las funciones son diversas, y el mantenimiento de unos niveles adecuados es vital para el organismo. Como en el caso de las vitaminas, los minerales no aportan energía. La cantidad de mineral ingerido en la dieta que es utilizado finalmente por el organismo es variable, dependiendo de la cantidad ingerida, la forma de presentación, el proceso culinario, la presencia de otros alimentos, y la edad.

f) Calcio, fósforo y magnesio

Como lo explica Méndez, F (2008):

“El 99% del calcio y el 80% del fósforo del cuerpo se encuentran en el hueso y los dientes; el 1% del calcio restante se encuentra en el suero en tres formas diferentes: fracción libre o calcio ionizado (50%), el calcio circulante unido a proteínas (45%) y el calcio combinado con otros compuestos como el bicarbonato (5%).”

Es muy importante una adecuada nutrición para el bienestar del cuerpo, ya que el mismo necesita de carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y sobre todo agua, para lograr y mantener una función corporal saludable.

El calcio en los niños es muy importante porque permite fortalecer los dientes y huesos en desarrollo, el fósforo contribuye a la memoria y el magnesio tonifica el organismo regulado el metabolismo del intestino.

En la pirámide de los alimentos se puede notar aquellos que se deben consumir con mayor frecuencia, en la base se encuentran aquellos que contribuyen a la energía del cuerpo, y en la punta se encuentran alimentos considerados como dañinos para la salud que se den evitar o consumir en mínimas cantidades. (Ver anexo N°10)

Adicional a los alimentos que se deben consumir con mayores proporciones el agua es un elemento vital en la dieta.

g) Agua

El componente más abundante en el cuerpo humano es el agua: unas dos terceras partes del peso corporal están constituidas por agua. Esta agua contiene disueltas una gran cantidad de sales formadas por aniones y cationes. Toda el agua del organismo está localizada en tres medios. (Rosselló, 2011)

El agua es el líquido vital que necesitan las personas para poder vivir, es un elemento imprescindible para el funcionamiento del organismo, tanto para las personas adultas como para los niños en desarrollo es fundamental.

A veces se piensa que los niños no requieren tomar mucha agua. (Avila & Curiel, 2002), en su libro La Alimentación dice que: “los niños por su actividad física los niños requieren de aproximadamente un litro y medio para cubrir sus necesidades y procesar los alimentos”. La cual debe administrarse como jugos naturales, leche o como agua bien hervida.

2.1.7.4. Control del crecimiento y desarrollo del niño

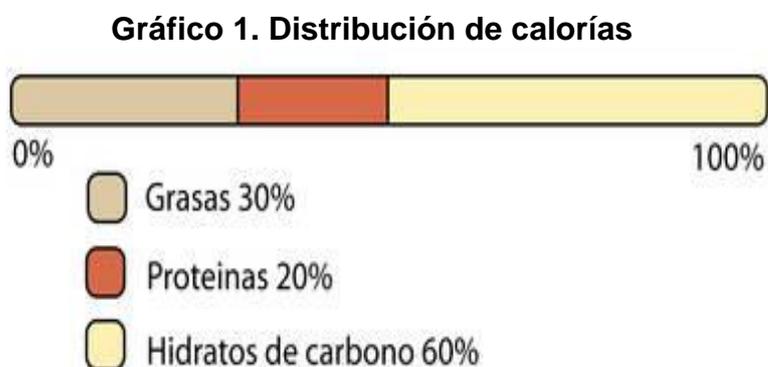
Para el desarrollo de esta investigación se definió al crecimiento como el aumento de talla y de peso del niño y al desarrollo como el proceso de organización y maduración de las diferentes capacidades del niño tales

como: moverse, pensar, experimentar sentimientos, relacionarse y comunicarse con los otros.

Los niños se desarrollan y crecen adecuadamente si están sanos, se alimentan de acuerdo a sus requerimientos y se encuentran en un ambiente de protección y amor. Una de las maneras de asegurar el crecimiento y desarrollo adecuado en los niños según Pérez, (2008) es realizar controles frecuentes de salud del niño con personal calificado, para identificar problemas de forma oportuna logrando así alertar a los padres o cuidadores de los niños.

2.1.7.5. Modelo de dieta para el niño preescolar

Para la presente investigación fue necesario basarse en un modelo de dieta que un niño de preescolar debe seguir, según Hernández (2007), en esta etapa de la vida, un niño debe consumir, entre 1400 y 1600 calorías, las cuales deben ser distribuidas de la siguiente manera:



Fuente: Alimentación Infantil

Al revisar el gráfico podemos identificar que un niño debe consumir un 60% de alimentos que contengan hidratos de carbono, un 30% de grasas y un 20% de proteínas, para que el niño se desarrolle y tenga un buen estado de salud. La alimentación como nos dice Hernández debe repartirse en 5 comidas diarias: 3 comidas principales y 2 refrigerios.

Tabla 2. Distribución dietética

Distribución dietética	Porcentaje
Desayuno	25
Almuerzo	30
Merienda	15
Cena	10

Fuente: Alimentación Infantil

Comidas principales:

a) Desayuno:

Es una de las comidas más importantes del día. Debe cubrir el 25% de las necesidades nutricionales diarias. Si un niño no desayuna, no tendrá suficiente energía; su salud y desempeño intelectual serán deficientes.

Un desayuno adecuado debe incluir:

- Productos lácteos (vaso de leche, yogur, o ración de queso).
- Cereales, galletas o tostadas.
- Frutas (en pieza entera o en jugo).

Es necesario variar el tipo de desayuno para que el niño no se canse de comer siempre lo mismo y aprenda a comer de todo un poco.

b) Almuerzo:

Constituye aproximadamente el 30% de las necesidades nutricionales. Puede estar compuesto por dos platos o por un plato único. Se debe incluir alimentos de todos los grupos:

- Cereales y tubérculos (pan, pasta, arroz ó papas).
- Verduras.
- Alimentos proteicos (carne, pescado, huevo).
- Fruta.
- Lácteos.

c) Cena:

Los grupos de alimentos que se pueden preparar para la cena son los que se han citado para la comida, aunque conviene variarlos para que el niño tenga variedad y los acepte fácilmente. Antes de llevar al niño a dormir se le puede ofrecer un vaso de leche o un yogur.

d) Refrigerios:

Entre las comidas principales se dará 2 refrigerios al niño: uno por la mañana y el otro por la tarde. Es importante proporcionar alimentos de calidad como frutas (en pedazos, jugos o ensaladas sin azúcar), galletas de cereales o lácteos.

Se puede mezclar leche con frutas y/o cereales para preparar coladas o refrescos pero sin añadir azúcar.

Luego de cada comida, incluso el vaso de leche o yogur antes de dormir, el niño debe lavarse los dientes.

e) Porciones

En el siguiente cuadro se resumen las porciones que el niño debe consumir al día durante sus cinco comidas:

Tabla 3. Porciones según edades

INGESTAS DIETÉTICAS RECOMENDADAS EN MACRONUTRIENTES POR GÉNERO, EN LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA					
Nutriente	4 - 8 años	9 -13 años Varón	14 -18 años Varón	9 -13 años Mujer	14 - 18 años Mujer
Agua (L/día)	1,7	2,4	3,3	2,1	2,3
Carbohidratos (g/día)	130	130	130	130	130
Fibra (g/día)	25	31	38	26	26
Grasas (g/día)	-	-	-	-	-
Ácido linoleico (g/día)	10	12	16	10	11
Ácido α linoleico (g/día)	0,9	1,2	1,6	1,0	1,1
Proteínas (g/día)	19	34	52	34	46

Fuente: (Sociedad Ecuatoiana de Medicina Familiar, s.f.)

2.1.7.6. Buenos Hábitos Alimentarios

En esta época de la vida de un niño, empiezan a crearse hábitos alimentarios saludables, como ya habíamos mencionado los cuales repercutirán en los siguientes años. Estos hábitos se ven influenciados fundamentalmente por el medio que rodea al niño: su familia, amigos, vecinos o centro infantil.

(Hoff, 2006), presenta algunas sugerencias que crearán buenos hábitos alimentarios:

- a) Hay que crear un ambiente favorable durante la comida, un ambiente positivo, tranquilo, libre de tensiones, peleas o gritos. La alimentación no sólo es física, sino también espiritual y los niños perciben esto muy bien.
- b) Es preferible que el niño se reúna con la familia u otros niños durante las comidas. Esto crea un ambiente positivo de sociabilidad y apoyo. Al observar, el niño aprende por imitación de las personas que lo acompañan.
- c) El niño debe tener su sitio en la mesa, su silla y su vajilla propia. Insistir a que el niño coma sentado y no corriendo alrededor de la mesa, para evitar atragantamiento y fomentar buenos hábitos.
- d) Se debe evitar comer con la televisión o con juguetes en la mesa que puedan distraer al niño. En la hora de la comida hay que comer, y en la de los juegos que jugar.
- e) Es importante establecer y mantener claramente los horarios de comidas y organizados en desayuno, refrigerio, almuerzo, refrigerio y cena. Tampoco no se debe ser estricto e inflexible, a tal punto que el horario vuelva a la comida un suplicio. Más bien, esta regularidad debe ser parte del entrenamiento práctico sobre normas sociales y responsabilidades para el niño.
- f) Otros hábitos, como lavarse las manos antes de comer, agradecer por los alimentos, esperar que todos empiecen deben estimularse.
- g) Uno de los grandes problemas que las familias enfrentan es la disminución de apetito e interés por alimentos a partir de los tres años más o menos. Para afrontar esta situación se debe tener mucha

constancia y paciencia en las horas de la comida. No se debe alimentar al niño con apuro o brusquedad. Además el “picoteo” de comida chatarra entre las comidas quita el apetito, por lo tanto no dar “chucherías” entre las comidas, peor aún como recompensa.

El niño va aprendiendo a desarrollar sus preferencias y gustos en cuanto a sabores, olores y texturas. Para ello se le ofrecerá una gran variedad de alimentos. Una presentación atractiva de los nuevos alimentos facilitará que el niño los acepte. Si los rechaza es mejor no obligarle a que se los coma, y pasado un tiempo se probará de nuevo a dárselos en pequeñas cantidades para que se anime a comerlos. La reiteración es la manera más eficaz para conseguir que el niño coma de todo, pero siempre respetando, en la medida de lo posible, las preferencias y rechazos del niño.

Tanto los centros de estimulación temprana (antes llamados guarderías) y la escuela pueden convertirse en excelentes sitios de experiencia en relación a la comida, porque el proceso de socialización a través de la alimentación se amplía y se adquiere nuevos hábitos, que se esperan sean los correctos. Esto último depende del régimen alimentario escolar, que debe ser organizado y vigilado por personal calificado.

El niño preescolar, es un ser que está en desarrollo que presenta características físicas, psicológicas y sociales propias, su personalidad se encuentra en un proceso de construcción, es un ser único.

Es muy importante que el niño(a) tenga una buena alimentación y que sus padres sepan y conozcan las tres comidas para beneficio de sus hijos, una de las principales es el desayuno, ya que impacta positivamente la capacidad intelectual, también complementar los 5 grupos de alimentos como: los cereales, frutas, verduras, grasas, azúcar con el fin de tener una buena nutrición y evitar la desnutrición ya que afecta en el rendimiento escolar en el niño(a).

2.1.8. Nutrición en la Edad Preescolar.

De acuerdo al Currículo de Educación Inicial de los niños y niñas de 0 a 5 años.

Se concibe a cada niño y niña como persona libre desde su nacimiento, única e irreplicable en su singularidad personal, capaz de auto-regularse dinámicamente y de procesar la información que recupera del entorno; sujeto y actor social con derechos y deberes. Son seres en pleno desarrollo integral que presentan características físicas, psicológicas y sociales propias de su personalidad se encuentra en un proceso de formación y construcción permanente.

Los niños de preescolar es la edad comprendida entre los 2 a 5 años es una etapa de progresivos y evidentes cambios en el desarrollo y crecimiento.

En esta edad la participación de los niños y niñas es más activa donde desarrollan su capacidad de observar reflexionar comparten experiencias y adquieren nuevos conocimientos este proceso contribuye al desarrollo de habilidades y cambios de actitudes.

2.1.8.1. Características de los Niños de Edad Preescolar.

El desarrollo de las niñas y niños sigue un orden altamente predecible desde el nacimiento. Para Méndez, R. (2008) en su publicación Maestra de Preescolar, menciona “el orden se observa con determinados niveles de maduración neurológica, psicomotriz, censo-perceptual, psicológica y del lenguaje. El grado de maduración y funcionalidad de estos niveles”, el autor describe las características de los niños y niñas, en las áreas, motora, sensopercepción, lenguaje, psicosocial que un niño debe desarrollar.

Características de la niña y el niño en la etapa de 3 a 4 años.

- Peso: 13.5 kg
- Talla: 91 cm
- Perímetro cefálico: 49.4cm.

a) Conductas motoras

- Corre con mucha agilidad.
- Trepa y salta.
- Camina en punta de pies y talones.
- Sube y baja escaleras alternando.

b) Sensopercepción.

- Se abotona y desabotona prendas.
- Se viste de forma rudimentaria.
- Realiza el dibujo de la figura humana en forma de cefalópodo. (renacuajo).
- La conciencia del tiempo está aún muy poco formada.

c) Lenguaje.

- Se identifica así mismo por el nombre.
- Hace preguntas razonables, relacionadas con palabras o situaciones que no conoce.
- Habla mucho solo y ocasionalmente hace teatro con lo que dice durante los juegos.

d) Psicosocial

- Juega solo y en grupo, tiene amigos imaginarios.
- Imita situaciones y comportamiento del adulto.
- Se relaciona fácilmente con los adultos.
- Come solo

Según el currículo intermedio de Inicial permite establecer perfiles de las características de las niñas y niños en la etapa de 3^a 4 años.

En estas edades, la niña y el niño manifiestan las siguientes características generales.

- Están en la etapa de transición entre el yo y nosotros.
- Su pensamiento se manifiesta más rápido que su expresión; hablan todo el tiempo y a veces hacen preguntas cuyas respuestas ya conocen, su único fin de confirmar lo que saben y jugar con las palabras.
- Cada día se expresan mejor, usan oraciones completas, conversan con sus compañeros pero no prestan verdadera atención a las palabras de sus interlocutores, por lo que frecuentemente se establecen monólogos.
- A esta edad preguntan constantemente el ¿qué? ¿para qué? Y ¿por qué? Son más observadores, buscan información y quieren conocer todo.
- Les gusta desplazarse, correr, saltar, trepar, y realizar pruebas físicas para que los demás les aprueben.
- Son capaces de realizar tareas y responsabilidades sencillas y cumplir consignas como ensartar objetos, vestirse, y desvestirse con la orientación de un adulto.
- Juegan, comparten y hablan con una amiga o animal imaginario; confunden muy a menudo la realidad con la fantasía.

Características de los niños de la etapa de 4 a 5 años.

- Peso. 15.5kg
 - Talla. 100cm.
 - Perímetro Cefálico. 51cm
- a) Conductas Motoras.
- Presenta mayor equilibrio y coordinación.
 - Sube y baja escaleras corriendo.
 - Señala todas las partes del cuerpo y nombra la mayoría.
 - Se viste y se desviste solo.
- b) Sensopercepción.

- Dibuja la figura humana burdamente con más detalles, como cuello y tronco.
- Diferencia actividades del día y la noche.
- Memoriza hasta cuatro ilustraciones.
- Realiza pintura dactilar respetando límites y colorea.

c) Lenguaje.

- Contesta preguntas en forma clara.
- Cuenta historietas largas, cuentos y narra hechos.
- Tiene creatividad en los juegos y es imitativo.
- Lo que aprende y entiende lo interioriza y así va formando su propio lenguaje.

d) Aspecto Psicosocial.

- Inicia juegos en grupo y colabora con otros niños.
- Realiza independientemente actividades cotidianas sin supervisión: lavarse la cara, manos, dientes.
- Va solo al baño.
- Le gusta hacer amigos especialmente del mismo sexo.

Según el currículo intermedio de Inicial permite establecer perfiles de las características de los niños y niñas de la etapa de 4 a 5 años.

- Ponen atención a la utilidad de las cosas que tienen para ella/ el, por lo tanto su pensamiento es más práctico.
- Disfruta escuchando a los demás y establece diálogos cortos y luego por períodos de tiempo cada vez más largos.
- Su vocabulario es más variado y claro, expresa sus deseos y pensamientos, recuerda y puede narrar cuentos o episodios de la vida familiar. En sus narraciones utiliza los tiempos los verbos.
- Realiza tareas y trabajos sencillos en el hogar.
- Empieza usar con más facilidad el lado predominante de su cuerpo.

- Tiene más agilidad en sus movimientos, camina en diferentes direcciones siguiendo un ritmo.
- Los movimientos de sus dedos son más precisos, pueden coser, ensartar amarrar, desamarrar con la ayuda de un adulto.
- La habilidad de sus manos también ha progresado, lo cual permite manejar instrumentos para hacer cosas como cortar, clavar, dibujar, o modelar.
- Puede reconocer lo que está arriba – abajo, dentro – fuera, adelante – atrás, cerca – lejos, con relación a su cuerpo.
- Juega con otras niñas / niños compartiendo sus juguetes.

2.1.9. La Desnutrición

A criterio de (Gil, 2010, pág. 1), “la desnutrición es uno de los principales problemas de salud pública que afecta a todo el mundo, no solo a las sociedades más desfavorecidas económicamente, sino también a los países más desarrollados”.

La desnutrición en sus diversas formas es la más común de las enfermedades. Sus causas se deben en general a deficientes recursos económicos o a enfermedades que comprometen el buen estado nutricional. Según el manual internacional de clasificación de enfermedades es una complicación médica posible pero que puede prevenirse y que tiene impacto muy importante sobre el resultado de los tratamientos. El estado nutricional en condiciones normales es la resultante del balance entre lo consumido y lo requerido, lo cual está determinado por la calidad y cantidad de nutrientes de la dieta y por su utilización completa en el organismo. (www.ladesnutricion-ueb.blogspot.com, 2011)

Un niño tiene desnutrición cuando no ingiere suficientes alimentos ricos en proteínas, vitaminas y otros nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del organismo. Los padres de familia no están educando a los hijos a comer correctamente proporcionando frutas y verduras en mayor cantidad.

La desnutrición se debe principalmente a la pobreza de las familias que no cuentan con los suficientes recursos para satisfacer las necesidades básicas, puede causar otras enfermedades serias como la neumonía y la tuberculosis y mermar la capacidad mental.

2.1.10. El Aprendizaje

Se define al aprendizaje como aquel que conduce a la creación de estructuras de conocimiento mediante la relación sustantiva entre la nueva información y las ideas previas de los estudiantes.

El alumno relaciona de manera no arbitraria y sustancial la nueva información con los conocimientos y experiencias previas y familiares que ya posee en su estructura de conocimientos o cognitiva. El aprendizaje es un proceso de construcción y recordación de aprendizajes anteriores para ordenarlos y descubrir un nuevo conocimiento llamado aprendizaje significativo.

Para Bruner, citado por (Navas, 2010, pág. 87), afirma que: “el aprendizaje es un proceso de conocimiento que tiene lugar de forma inductiva. Esto es, el sujeto que aprende avanza desde los conocimientos más específicos a los más generales”.

Un niño desde temprana edad va aprendiendo ciertas conductas, normas y hábitos, los padres son los encargados de brindar el cuidado y guía para su buena formación, así también en las instituciones educativas, los maestros son los encargados de la formación.

2.1.10.1. Los tipos de Aprendizaje.

Según el Psicólogo Carl Rogers, el aprendizaje significativo se divide en:

➤ **El Aprendizaje Cognoscitivo.**

Este es un tipo de aprendizaje que produce una fijación de ciertas asociaciones y genera un tipo de conocimiento frágil y fácilmente olvidable.

➤ **El Aprendizaje Experiencial.**

Resulta ser un tipo de aprendizaje significativo, el alumno mismo puede experimentar la sensación de estar descubriendo algo que le es externo, pero que lo introyecta y lo hace formar parte de él, el sentimiento que se experimenta es de estar aprendiendo lo que se necesita lo que se quiere y desea.

Los tipos de aprendizaje según Robertgagne.

➤ **Aprendizaje a partir de Señas.**

El sujeto aprende a responder a una señal, representaría la respuesta condicionada clásica de Pavlov. Ejemplo. La asociación que se establece con la idea de recreo al sonar el timbre o la campana.

➤ **Aprendizaje de Estímulo.**

Respuesta. La persona que aprende adquiere un tipo de respuesta precisa ante un estímulo discriminado, lo que se aprende es una conducta operante discriminada.

Ejemplo.

La maestra de párvulos enseña a sus alumnos una lámina con el dibujo de un árbol y espera que sus alumnos al mostrarles el gráfico, puedan asociarlo con la palabra árbol.

➤ **Aprendizaje de Conceptos.**

El sujeto que aprende responde a estímulos como partes de un conjunto, en función de sus propiedades abstractas, puede operar clasificatoriamente con objetos por su forma geométrica, ejemplo, redondo, cuadrado, triangulo, rectángulo.

➤ **Aprendizaje de Principios.**

Un principio es una cadena de dos o más conceptos; son reglas verbalizadas. Ejemplo. Las reglas ortográficas son un ejemplo claro y sencillo de este tipo de aprendizaje.

2.1.10.2. Fases del aprendizaje.

Según Robert Gagné el alumno debe cumplir las siguientes fases del aprendizaje.

➤ **Fase de Motivación.**

Para que el alumno pueda aprender es preciso que exista algún elemento de motivación (externa) o expectativa (interna), en esta fase, el maestro activará la motivación y dará a conocer el objetivo o el logro que espera que los alumnos alcancen.

➤ **Fase de Aprehensión.**

En esta instancia, el docente deberá planificar las condiciones externas que despierten y dirijan la atención del alumno hacia el logro de una percepción selectiva, para poder focalizarse luego en la realización de la actividad.

➤ **Fase de Adquisición.**

En esta fase se produce la codificación de la información que ha entrado en la memoria a corto plazo del alumno, la misma es transformada en material verbal o en imágenes mentales, que luego serán alojadas en la memoria a largo plazo.

La función del maestro es planificar actividades que estimulen la evocación de los saberes previos de los estudiantes, y que son necesarios para el desarrollo de la actividad.

➤ **Fase de Retención.**

Es este un momento muy ligado al anterior, en que el alumno acumula información en su memoria, en la medida que el docente presente el material en categorías, cuadrados, gráficos, diagramas, etc, se facilitará tanto la retención como el recuerdo de la información.

➤ **Fase de Recordación.**

Es el momento en que el alumno debe recuperar la información almacenada en la memoria a largo plazo, es una instancia que se verá facilitada por hechos que ofrezcan señales para aumentar el recuerdo.

➤ **Fase de Generalización.**

Es una instancia en que el alumno debe poder utilizar la información recuperada de su memoria, La utilidad de toda capacidad adquirida crece si se práctica en situaciones diversas y nuevas.

➤ **Fase de Ejecución.**

Naturalmente, esta es la etapa en que el alumno debe ejecutar la acción y demostrar que realmente ha aprendido una nueva capacidad, es decir, debe generar una respuesta a partir de la información almacenada en su memoria y recuperada, deberá organizar dicha información en una nueva respuesta que demuestre el grado de su desempeño.

➤ **Fase de Retroalimentación.**

Una vez que el alumno termina su ejercitación, el docente debe reforzar la conducta por medio de un proceso de retroalimentación, para así señalar el nivel en que el aprendizaje obtenido por el estudiante se acerca al esperado por el maestro.

Para adquirir un aprendizaje Significativo debe darse una serie de condiciones externas e internas para lograrlo todo dependerá del desempeño tanto del alumno para ordenar sus ideas, procesarlas y clasificarlas, y del docente presentando sus clases con material motivador, reforzando la conducta retroalimentadora, evaluando su desempeño, y así ayudar a mejorar la retención de lo aprendido y la transferir el conocimiento enseñado.

2.1.10.3. La Teoría del Aprendizaje y Desarrollo de Vigotsky

De acuerdo a (Martinez, 2008), la teoría del aprendizaje y desarrollo de Vigotsky, se basa en 3 fases: caracterización, proceso y propósito.

a) Caracterización

Para Vygotsky, el contexto social influye en el aprendizaje más que las actitudes y las creencias; tiene una profunda influencia en cómo se piensa y en lo que se piensa. La influencia del contexto es determinante en el desarrollo del niño.

➤ **Rasgos generales.**

Vygotsky considera que el pensamiento del niño se va estructurando de forma gradual, la maduración influye en que el niño pueda hacer ciertas cosas o no, por lo que él consideraba que hay requisitos de maduración para poder determinar ciertos logros cognitivos, pero que no necesariamente la maduración determine totalmente el desarrollo.

La concepción de Vygotsky acerca del desarrollo de las funciones psíquicas superiores del hombre, fue el primer intento sistemático de reestructuración de la psicología sobre la base de un enfoque histórico cultural acerca de la psiquis del hombre. Surgió como una contraposición a dos ideas fundamentales; por una parte a las posiciones acerca del desarrollo y por otra a las posiciones biologicistas acerca del desarrollo de la cultura como un proceso independiente de la historia real de la sociedad.

Vygotsky rompiendo con las concepciones del desarrollo infantil predominantes en la época, trata de enfatizar las peculiaridades de las funciones psíquicas superiores y las vías para lograr el estudio de su verdadera naturaleza.

En este sentido diferencia claramente el proceso de la evolución biológica, de las especies animales que condujo al surgimiento del hombre y el proceso del desarrollo histórico por medio del cual ese hombre primitivo se convirtió en un hombre culto.

De acuerdo con esta perspectiva general, el concepto de ZDP (zona de desarrollo potencia) permite comprender lo siguiente:

1. Que los niños puedan participar en actividades que no entienden completamente y que son incapaces de realizar individualmente.
2. Que en situaciones reales de solución de problemas, no haya pasos predeterminados para la solución ni papeles fijos de los participantes, es decir, que la solución está distribuida entre los participantes y que es el

cambio en la distribución de la actividad con respecto a la tarea lo que constituye al aprendizaje.

3. Que en las ZDP reales, el adulto no actúa sólo de acuerdo con su propia definición de la situación, sino a partir de la interpretación de los gestos y habla del niño como indicadores de la definición de la situación por parte de éste.

4. Que las situaciones que son “nuevas” para el niño no lo son de la misma manera para los otros presentes y que el conocimiento faltante para el niño proviene de un ambiente organizado socialmente.

5. Que el desarrollo está íntimamente relacionado con el rango de contextos que pueden negociarse por un individuo o grupo social.

➤ **Papel del sujeto**

El hombre es un ser bio – psico – social y por lo tanto, sería absurdo desconocer sus particularidades biológicas, pero las mismas no constituyen determinantes de lo que un sujeto pueda llegar a ser o no.

El niño nace en una etapa histórica determinada y, por lo tanto, en un mundo de objetos materiales y espirituales culturalmente determinados; es decir, su medio más específico está condicionado por la cultura de su medio más cercano, por las condiciones de vida y educación en las cuales vive, y se desarrolla, no se trata de un medio abstracto y metafísico.

➤ **Objeto de aprendizaje**

El proceso de apropiación de esta cultura como factor esencial en su desarrollo, hay que concebirlo no como un proceso en el que el niño es un simple receptor sino como un proceso activo en el cual esa participación activa del sujeto resulta indispensable; en este proceso el niño no solo interactúa con los objetos materiales y culturales sino que está inmerso en un proceso de interrelación permanente y activa con los sujetos que le

rodean, adultos, sus compañeros de salón, o de juego en el parque o en la calle. Por eso es que resultan tan importantes las actividades que el niño realiza como las interrelaciones, la comunicación que establece con los otros, en este proceso de apropiación, de asimilación activa, como medio esencial para su formación.

b) Proceso

➤ **Proceso cognitivo**

De forma general Vigotsky formula la ley genética del desarrollo cultural de la forma siguiente: “Cualquier función en el desarrollo cultural del niño aparece en escena dos veces, en dos planos: primero como algo social, después como algo psicológico; primero entre la gente como una categoría intersíquica, después dentro del niño como una categoría intrasíquica”

➤ **Origen y elementos**

Para Vygotsky, Los instrumentos psicológicos son creaciones artificiales; estructuralmente son dispositivos sociales y no orgánicos o individuales; están dirigidos al dominio de los procesos propios o ajenos, lo mismo que la técnica lo está al dominio de los procesos de la naturaleza.

C) Propósito

➤ **Para que aprender**

En el primer lugar se destaca que para Vygotsky el desarrollo y formación de la personalidad ocurre en el propio proceso de enseñanza y aprendizaje cuya concepción debe tener en cuenta las siguientes consideraciones:

2.1.10.4. El Aprendizaje Significativo

Según Ausubel, citado por. (Iglesias & Sánchez, 2007, pág. 206), el aprendizaje significativo: se distingue entre el aprendizaje memorístico

y el aprendizaje significativo como extremos de una escala, entre los cuales existe una graduación desde la pura memorización, hasta los aprendizajes más altamente significativos, en un campo del conocimiento determinado; la significatividad del aprendizaje no es cuestión de todo o nada sino es cuestión de observancia del proceso de ascenso en esa escala.

El aprendizaje significativo, es el conocimiento que integra el estudiante a sí mismo y se ubica en la memoria permanente, éste aprendizaje puede ser información, conductas, actitudes o habilidades que el niño va desarrollando.

De acuerdo a (Moreira), el aprendizaje significativo según Ausubel es el proceso a través del cual una nueva información (un nuevo conocimiento) se relaciona de manera no arbitraria y sustantiva (no-litera) con la estructura cognitiva de la persona que aprende. No-arbitrariedad y sustantividad son las características básicas del aprendizaje significativo.

No-arbitrariedad quiere decir que el material potencialmente significativo se relaciona de manera no-arbitraria con el conocimiento ya existente en la estructura cognitiva del aprendiz. La relación no es con cualquier aspecto de la estructura cognitiva sino con conocimientos específicamente relevantes a los que Ausubel llama subsumidores.

Sustantividad significa que lo que se incorpora a la estructura cognitiva es la sustancia del nuevo conocimiento, de las nuevas ideas, no las palabras precisas usadas para expresarlas. El mismo concepto o la misma proposición pueden expresarse de diferentes maneras a través de distintos signos o grupos de signos, equivalentes en términos de significados.

2.1.10.5. Ventajas del Aprendizaje Significativo

De acuerdo a (www.aulaneo.wordpress.com, 2012), las ventajas del aprendizaje significativo son:

- ✓ Produce una retención más duradera de la información.
- ✓ Facilita el adquirir nuevos conocimientos relacionados con los anteriormente adquiridos de forma significativa, ya que al estar claros en la estructura cognitiva se facilita la retención del nuevo contenido.
- ✓ La nueva información al ser relacionada con la anterior, es guardada en la memoria a largo plazo.
- ✓ Es activo, pues depende de la asimilación de las actividades de aprendizaje por parte del alumno.
- ✓ Es personal, ya que la significación de aprendizaje depende los recursos cognitivos del estudiante.

2.1.10.6. Requisitos para lograr el Aprendizaje Significativo

De acuerdo a la teoría de Ausubel, citado por (Rivera, 2013), los requisitos para lograr el aprendizaje significativo son los siguientes:

- ✓ **Significatividad lógica del material.** Esto es el material presentado tenga una estructura interna organizada, que sea susceptible de dar lugar a la construcción de significados. Es decir, importa no sólo el contenido, sino la forma en que éste es presentado.
- ✓ **Significatividad psicológica del material.** Esto se refiere a la posibilidad de que el estudiante conecte el conocimiento presentado con los conocimientos previos, ya incluidos en su estructura cognitiva.
- ✓ **Actitud favorable del estudiante.** es necesario que pueda aprender (significación lógica y psicológica del material). Sin embargo, el aprendizaje no puede darse si el estudiante no quiere aprender. Este es un componente de disposiciones emocionales y actitudinales, en el que el maestro sólo puede influir a través de la motivación.

2.1.10.7. Desarrollo Individual

Según Becerra (2006), cita a Piaget y expresa que:

“El desarrollo individual como resultado del proceso de adaptación y reorganización de las estructuras mentales, a través de la interacción del niño / a (predisposición genética) con el ambiente (objetos y procesos de causalidad en el espacio y en el tiempo). En este proceso cabe mencionar que intervienen factores objetivos y subjetivos, los cuales la niña y el niño van modificando a sus propios esquemas adquiridos anteriormente”.

En las diferentes etapas que nos plantea Piaget, la etapa de la vida humana con diferentes transformaciones, la educación inicial se constituye en la base fundamental para el máximo desarrollo de las potencialidades de los niños de 0 a 6 años.

Para la investigación es importante resaltar estos aspectos ya que la acción de la niña/o sobre el ambiente genera esquemas y estructuras cognitivas, por lo que ellos pasan por sucesivas etapas evolutivas que poseen características diferenciadas: como la etapa sensoria motriz, etapa de operaciones concretas y etapa de operaciones formales.

Por tanto la educación debe asegurar el desarrollo natural de dichas etapas en un ambiente estimulante, y el educador debe respetar las características del pensamiento en cada etapa, mostrarse abierto y plantear numerosas interrogantes a través de la interacción verbal.

La infancia requiere ser recordada como una de las etapas con historia, identidad cultural, y social en un clima de afecto y felicidad, esenciales para lograr un aprendizaje significativo en su vida diaria y poder vencer los obstáculos en el proceso de su desarrollo.

Este aporte hace tomar en cuenta el aprendizaje del individuo como una vertiente social, puesto que se hace con los otros. Los entornos socio-culturales en donde se pueden desarrollar los niños y niñas inciden más fuertemente facultades al sujeto, si este es bueno; contrariamente, si el

entorno socio – cultural es pobre o malo frenarán el desarrollo de las facultades de la persona, la humanización del sujeto depende de la interrelación del desarrollo biológico del individuo y de la apropiación de la herencia cultural (idea y materia) existente.

2.1.11. Guía Didáctica

De acuerdo a (www.dspace.ups.edu.ec/bitstream), “la guía didáctica es un instrumento impreso con orientación técnica para el estudiante, que incluye toda la información necesaria para el correcto uso y manejo provechoso del libro de texto...”

La guía didáctica proporciona información para los lectores, de manera divertida y dinámica, con el fin de mejorar un problema detectado o proporcionar conocimientos.

2.1.11.1. Importancia

La guía didáctica es importante porque permite que el lector o estudiante se motive por conocer e investigar sobre el tema que contienen la guía, para ello, (Aguilar, 2006), afirma que:

Una Guía didáctica bien elaborada, y al servicio del estudiante, debería ser un elemento motivador de primer orden para despertar el interés por la materia o asignatura correspondiente. Debe ser instrumento idóneo para guiar y facilitar el aprendizaje, ayudar a comprender y en su caso, aplicar los diferentes conocimientos, así como para integrar todos los medios y recursos que se presentan al estudiante como apoyos para su aprendizaje.

2.1.11.2. Estructura de la Guía didáctica

Dependiendo del tema que se quiera dar a conocer, la guía didáctica tiene una estructura; (Aguilar, 2006), plantea la siguiente estructura:

a) Datos de identificación

- Portada o Carátula.
- Portadilla.

b) Índice

En el índice general conviene incluir todas las partes de la Guía, detallando los títulos y temas de las unidades (capítulos), separados por bimestre y con el correspondiente número de página

c) Introducción

La introducción general de la Guía Didáctica consiste en una redacción sencilla e interesante, que presenta de manera global lo esencial de la asignatura. Conviene incluir básicamente los siguientes aspectos:

- La presentación de la asignatura y su ubicación en el contexto de la carrera.
- La importancia y utilidad de la asignatura para la formación personal y profesional del alumno.
- El propósito que se desea alcanzar con el estudio de la asignatura.
- Una motivación para despertar el interés del alumno.
- Enunciar de manera global los grandes temas o unidades que comprende la asignatura.

d) Objetivos de aprendizaje

- Logros o resultados valiosos que deseamos alcance el estudiante con el aprendizaje de la asignatura.

- Conocimientos, destrezas, competencias que aspiramos desarrolle el alumno mediante la acción formativa.
- Características fundamentales

e) Contenidos

- Comprende la visión global de la asignatura.
- Incluye los temas considerados fundamentales para la formación del futuro profesional.

2.1.11.3. Características de la Guía Didáctica

De acuerdo a (www.dspace.unach.edu.ec), la guía didáctica presenta las siguientes características:

- Ofrece información acerca del contenido y su relación con el programa de estudio de la asignatura para el cual fue elaborada.
- Presenta orientaciones en relación con la metodología y enfoque de la asignatura.
- Presenta instrucciones acerca de cómo construir y desarrollar el conocimiento (saber), las habilidades (saber hacer), las actitudes y valores (saber ser) y aptitudes (saber convivir) en los estudiantes.
- Define los objetivos específicos y las actividades de estudio independiente para:
 - Orientar la planificación de las lecciones.
 - Informar al alumno de lo que ha de lograr
 - Orientar la evaluación.

La característica principal de la guía didáctica es orientar al lector de un aspecto específico para lograr informar y mejorar las condiciones actuales.

2.1.11.4. Funciones Básicas de la Guía Didáctica

De acuerdo a (Contero, 2012, pág. 10), las funciones básicas de la guía didáctica son:

Orientación.

- Establece las recomendaciones oportunas para conducir y orientar el trabajo del estudiante.
- Aclara en su desarrollo las dudas que previsiblemente puedan obstaculizar el progreso en el aprendizaje.
- Especifica en su contenido, la forma física y metodológica en que el alumno deberá presentar sus productos.

Promoción del Aprendizaje Autónomo y la Creatividad.

- Sugiere problemas y cuestiona a través de interrogantes que obliguen al análisis y la reflexión, estimulen la iniciativa, la creatividad y la toma de decisiones.
- Propicia la transferencia y aplicación de lo aprendido.
- Contiene previsiones que permiten al estudiante desarrollar habilidades de pensamiento lógico que impliquen diferentes interacciones para lograr su aprendizaje.

Autoevaluación del aprendizaje

- Establece las actividades integradas de aprendizaje en que el estudiante hace evidente su aprendizaje.
- Propone una estrategia de monitoreo para que el estudiante evalúe su progreso y lo motive a compensar sus deficiencias mediante el

estudio posterior. Usualmente consiste en una autoevaluación mediante un conjunto de preguntas y respuestas diseñadas para este fin. Esta es una tarea que provoca una reflexión por parte del estudiante sobre su propio aprendizaje.

2.1.11.5. Guía Didáctica Alimenticia

El principal objetivo de los contenidos de la guía es fomentar la práctica de hábitos alimentarios saludables a través de un desayuno adecuado, un mayor consumo de frutas y verduras y el consumo esporádico de alimentos de alta densidad energética, mediante actividades educativas que resulten atractivas e incluso divertidas, que estimulen el aprendizaje activo y la reflexión. (www.perseo.aesan.msssi.gob.es, s.f.)

Una guía didáctica alimenticia considera la manera de alimentarse sanamente, consumiendo una variedad de alimentos de origen animal, vegetal y una combinación adecuada de frutas y verduras, así como la ingesta de abundante agua.

2.2. Posicionamiento Teórico Personal.

Tomando en cuenta las diversas fundamentaciones y reglamentos que respaldan el trabajo investigativo donde manifiestan que legalmente la población infantil tienen derecho a una atención especial por parte del estado, sociedad, y familia es decir que como padres de familia y docentes se juega un papel muy importante en la alimentación y nutrición de los niños de edad preescolar, los adultos son los autores y protagonistas de brindar un ambiente saludable para que crezcan libres de enfermedades y con una nutrición que permita el desarrollo de su cuerpo, mente y sus capacidades sociales y emocionales.

Se ha analizado los cuatro periodos o estadios de Piaget, los mismos que tienen características cualitativamente distintas, para lo cual se ha

enfocado en la etapa sensorio motor y la etapa preoperacional, logrando conseguir el desarrollo integral de los niños/as.

Todo lo expuesto anteriormente se encuentra respaldado en El Código de La Niñez y Adolescencia, La Ley Orgánica de Educación, Plan Decenal, Currículo de Educación Inicial y Actualización Curricular de Primer Año de Básica, donde se expide que se dará prioridad especial a la atención de niños y niñas de cero a cinco años, donde las docentes deben buscar las estrategias y metodologías que ayuden a atender las necesidades de todos los niños en igualdad de condiciones para tener una mejor calidad de vida, pues no se trata de consumir los alimentos por consumir sino de los requerimientos que aportan cada uno de ellos para nuestro estado nutricional. Se debe resaltar que la salud es una de las más grandes fortalezas y generadora de habilidades y destrezas.

2.3. Glosario de Términos

Adquisición: proceso que permite completar una conducta esperada, en un momento concreto.

Aprendizaje: proceso mediante el cual se adquiere una determinada habilidad, se asimila una información o se adopta una nueva estrategia de conocimiento o acción.

Atención Temprana: se basa en una buena detección y en el análisis de los factores de protección y los factores de riesgo, así como de la precocidad en la intervención terapéutica. (Cristobal, Fornós, & etal, 2010)

Capacidad Intelectual: es aquella que permite medir las habilidades cognitivas de una persona en relación con su grupo de edad.

Características Físicas: conocimiento de su yo físico corporal.

Características Psicológicas: se refiere a la conducta humana, integrando las perspectivas biológicas, psicológicas y sociales del individuo.

Características Sociales: seguridad emocional para la relación y la convivencia.

Conducta: modo en el que se conduce un individuo en las relaciones con el medio ambiente, acorde con sus normas morales, sociales y culturales.

Crecimiento: es el aumento continuo del tamaño en un organismo.

Desarrollo Cognitivo: proceso de evolución del pensamiento, está estrechamente relacionado con el desarrollo biológico.

Estado nutricional: el balance entre la ingesta de nutrientes y el gasto o necesidad de los mismos, y al que se llega por un proceso de deficiencia, exceso o adecuación nutricional.

Estilo de enseñanza: cuando aceptamos que la gente es realmente diferente, debemos también aceptar que los profesores aportarán a su propia singularidad a la manera como enseñan. Este es el “estilo de enseñanza”. La personalidad de cada profesor se refleja en su conducta profesional. (Salas Silva, 2008)

Fundamento Pedagógico: es el conocimiento que se construye con base en la práctica, da cuenta de procesos de interacción: Individuo-sociedad-cultura. Las experiencias generadas en la práctica determinan impactos de carácter ideológico y cultural, que permiten proponer acciones transformadoras para los contextos donde interactúan. (www.slideshare.net, 2010)

Incentivar: animar a una persona por medio de un premio o gratificación de cualquier índole para que trabaje más o consiga un mejor resultado en una acción o en una actividad. (www.es.thefreedictionary.com/incentivar)

Inteligencia: la inteligencia es la capacidad que tiene el cerebro humano para procesar la información que recibe del exterior. (www.es.scribd.com)

Nutrición: es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud. (www.who.int/topics/nutrition/es)

Preescolar: se aplica a la etapa educativa que precede a la enseñanza primaria: la educación preescolar acaba cuando el niño cumple seis años.

2.4. Matriz Categorial

CONCEPTO	CATEGORÍA	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍNDICE
Es un proceso que va desde el inicio de la vida, y de ella depende la supervivencia de la especie humana, el desarrollo de su potencial está estrechamente relacionado con el desarrollo cerebral y cognitivo del ser humano.	ESTADO NUTRICIONAL	<p>Nutrientes</p> <p>Tipo de alimentos</p>	<p>Alimentación</p> <p>Vitaminas</p> <p>Proteínas</p> <p>Carbohidratos</p> <p>Grasas Agua</p> <p>Porciones alimenticias</p> <p>Tabla de los alimentos, componentes y nutrientes necesarios para la salud.</p> <p>Pirámide alimenticia para los niños de edad preescolar.</p>	<p>¿Qué entiende por Estado Nutricional?</p> <p>¿A qué edad le dio la primera comida a su hijo?</p> <p>¿Cuántas comidas recibe su niño(a) al día?</p> <p>¿Por qué cree usted que se presentan los factores de riesgo en la alimentación y crecimiento de los niños?</p> <p>¿En la hora de servirse los alimentos quienes se sientan en la mesa?</p> <p>¿Qué le gustaría que su hijo(a) comiera a medio día?</p> <p>¿Cada qué tiempo lleva al Centro de Salud a realizar el control de peso y talla a su niño(a)?</p> <p>¿Conoce usted con que instrumentos pesan y miden a su niño(a) en la Institución?</p> <p>¿Ha recibido su familia desparasitantes cada qué tiempo?</p> <p>¿Conoce usted si el peso de su hijo(a) está acorde a su edad?</p> <p>¿Con qué fin realiza el control de peso y talla en sus hijos?</p> <p>¿Por qué cree usted que se presenta problemas de aprendizaje en sus alumnos?</p> <p>¿Con qué objetivo realiza el control del peso y talla en sus alumnos?</p> <p>¿Cada qué tiempo registra el control de peso y talla en sus alumnos?</p> <p>¿Qué instrumentos utiliza para registrar el control de peso y talla en sus alumnos?</p>
Es un aprendizaje relacional el sentido lo da la relación del nuevo conocimiento con conocimientos anteriores con situaciones cotidianas con la propia experiencia basada en los conocimientos previos del alumno para construir un nuevo aprendizaje.	APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	Aprendizaje	<p>Conductas Motoras.</p> <p>Sensopercepción.</p> <p>Lenguaje.</p> <p>Psicosocial</p> <p>Desarrollo Físico.</p> <p>Desarrollo Afectivo.</p> <p>Desarrollo Intelectual</p>	<p>Qué requisitos son indispensable para un buen aprendizaje significativo?</p> <p>¿Qué consecuencia trae la mala alimentación en el aprendizaje de sus alumnos?</p> <p>¿Por qué cree usted que se presenta problemas de aprendizaje en sus alumnos?</p>

2.5. Interrogantes de Investigación

- ¿Cuál es el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”?
- ¿Cuáles son los fundamentos teóricos sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo?
- ¿Una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, contribuirá al correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años?
- ¿La socialización de la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años permitirá que los padres de familia concienticen sobre la buena alimentación?

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.

3.1. Tipos de Investigación.

El trabajo de investigación se guio por los objetivos, se realizó a través de un proyecto factible, para dar solución al estado nutricional en los niños/as preescolares, para mejorar el aprendizaje significativo.

Para su formulación se apoyó en los siguientes tipos de investigación que sirvieron de base para el desarrollo de la misma:

- **La investigación descriptiva:** sirvió para describir la realidad en cuanto a hechos, personas y situaciones, además recogió datos sobre la temática planteada, resumiendo la información para luego exponer los resultados.
- **La investigación documental:** facilitó la búsqueda de información en documentos para fundamentar en base a estudios y diversos autores; el marco teórico, permitió analizar, los diferentes enfoques, criterios, conceptualizaciones, conclusiones y recomendaciones que proporcionó este tipo de información acerca del área en estudio.
- **La investigación de campo:** permitió cerciorarse de la verdadera condición en que se ha obtenido los datos desde el lugar donde se presentó el problema.

Las investigadoras manejaron los datos exploratorios, descriptivos, y experimentales con más seguridad, ya que se realizó en el propio sitio donde se encuentra el objeto de estudio, El Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” de la parroquia de San Pablo del Lago y la Escuela “Princesa Pacha” del Barrio San José de la ciudad de Atuntaqui.

3.2. Métodos.

En el desarrollo de la presente investigación se emplearon los siguientes métodos:

- **El Método Analítico – Sintético:** con este método se logró la comprensión y explicación amplia y clara del problema, determinando su causa y efecto.
- **El Método Descriptivo:** sirvió para describir el problema tal como se presenta en la realidad de las instituciones investigadas.
- **El Método Inductivo- Deductivo:** se empleó para la elaboración del marco teórico y el análisis de resultados del diagnóstico, descubriendo, analizando, y sistematizando los resultados obtenidos.
- **El Método Estadístico:** se empleó mediante el análisis cuantitativo y porcentual de la información en el campo de la investigación, puesto que después de la recopilación, agrupación y tabulación de datos se procedió a resumir la información y se estructuró las conclusiones.

3.3. Técnicas e Instrumentos.

Las técnicas utilizadas para la presente investigación fueron:

- **Encuesta:** dirigidas a padres de familia de los estudiantes del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” de la parroquia de San Pablo del Lago y la Escuela “Princesa Pacha” del Barrio San José de la ciudad de Atuntaqui. También se aplicaron encuestas a las docentes de las instituciones investigadas. Los cuestionarios contuvieron preguntas estructuradas.
- **Observación:** aplicadas a los niños de las de las instituciones investigadas, permitieron obtener información relevante para la formulación del problema.

Como instrumentos de investigación se utilizó el cuestionario estructurado de 14 preguntas para los padres de familia, y para las docentes un cuestionario de 8 interrogantes. Para la observación, se aplicó fichas de observación dentro de las instituciones educativas.

Una vez que aplicadas las encuestas se procedió a realizar un análisis de cada uno de los instrumentos de la investigación con la finalidad de tabular los datos consignados.

Se interpretó los resultados obtenidos mediante la estadística descriptiva, la cual proporcionó una visualización objetiva para la elaboración de un diagnóstico

3.4. Población

La población que se tomó en cuenta para realizar la investigación está conformada por la totalidad de los docentes (8), padres de familia (138) y (145) alumnos del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de Primer Año de Educación Básica de la Escuela “Princesa Pacha” de la Parroquia de San Pablo del Lago y de la ciudad de Atuntaqui.

El número de padres de familia no es igual al número de estudiantes debido a que hay padres de familia que tienen 2 hijos en la misma institución.

La información de la población se encuentra expresada en el siguiente cuadro:

Tabla 4 Población

CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL “ÁNGEL VACA MÉNDEZ” Y PRIMER AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA “PRINCESA PACHA”			
Paralelo	Docente	Estudiantes	Total
A	2	28	30
B	2	30	32
C	2	28	20
D	1	28	29
A	1	31	32
Subtotal	8	145	153

3.5. Muestra.

Para la investigación, no se procedió a realizar cálculo de muestra debido a que la población es relativamente pequeña, se trabajó con el 100% de la población para la obtención de mejores resultados.

CAPÍTULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

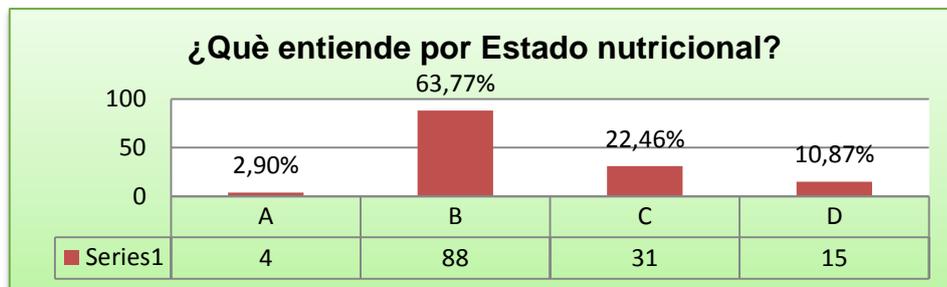
4.1. Análisis descriptivo e individual de la encuesta realizada a los padres de familia.

1.- Estado Nutricional

¿Qué entiende por Estado Nutricional?

- a.- Mantener su belleza física.
- b.- Una adecuada alimentación.
- c.- Consumir solo vitaminas.
- d.- Consumo de determinados nutrientes.

Gráfico 2. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

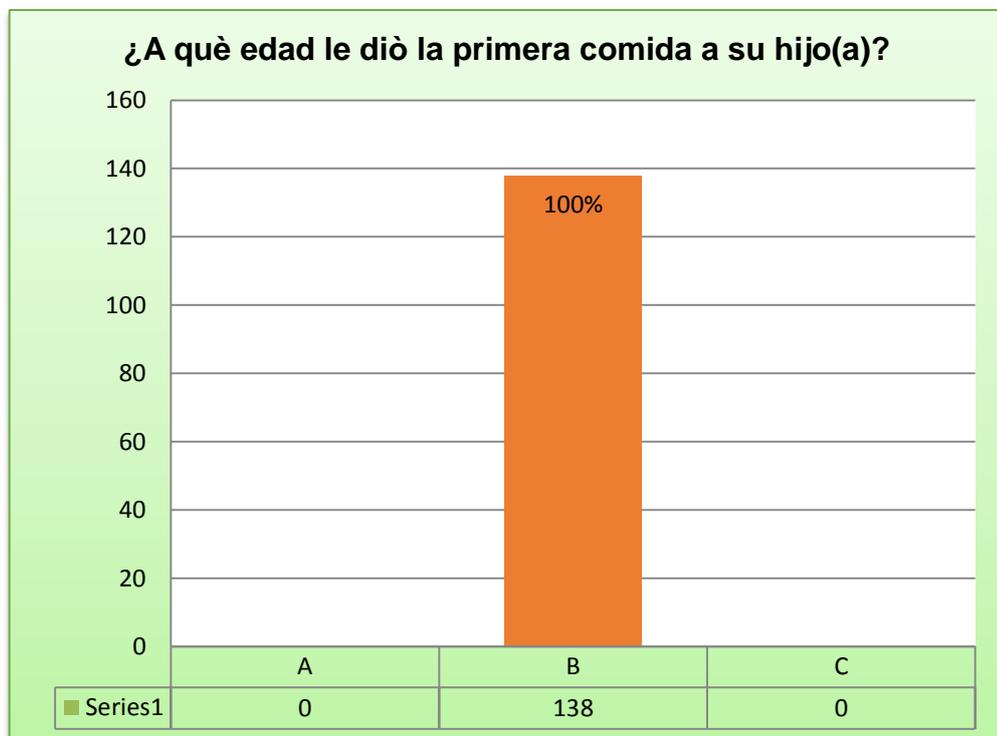
La mayor parte de padres de familia considera que el estado nutricional va encaminado a una adecuada alimentación, un poco menos de la cuarta parte opina que es consumir vitaminas, seguido de consumir determinados nutrientes, y un mínimo porcentaje opina que el estado nutricional es mantener la belleza física.

2. Factores de riesgo de alimentación y crecimiento en los niños.

¿A qué edad le dio la primera comida a su hijo?

- a.- A los 3 meses de edad.
- b. -A los 6 meses de edad.
- c. - A los 9 meses de edad.

Gráfico 3. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

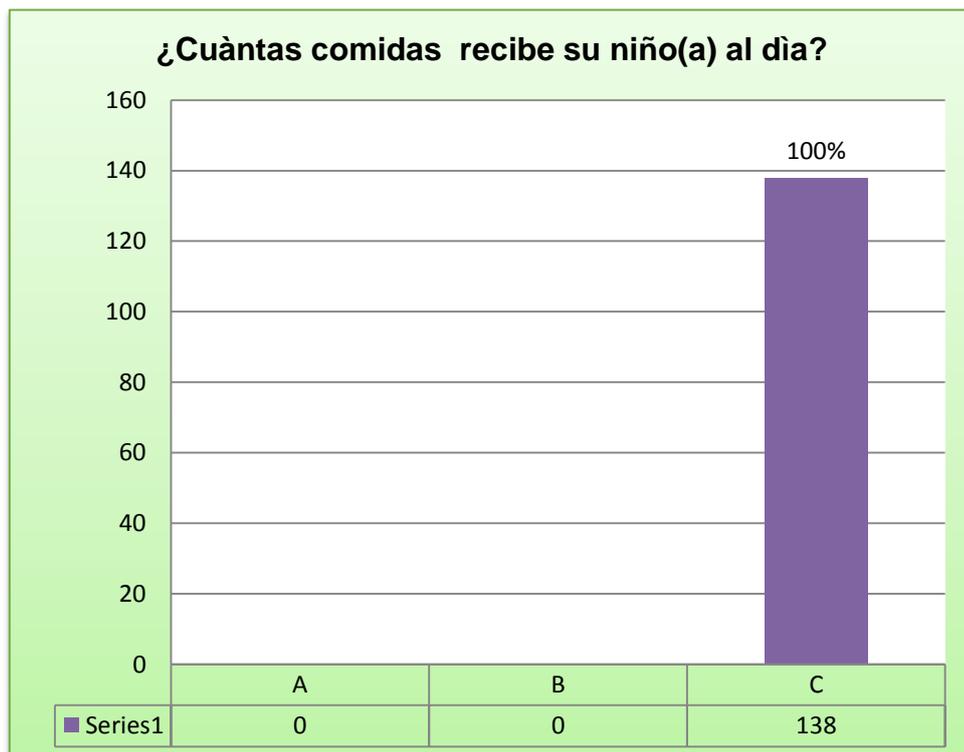
Análisis:

La totalidad de padres de familia manifiestan que la primera comida que recibió el niño fue a los 6 meses de edad; todos los padres de familia han actuado conforme lo dispone el Ministerio de Salud Pública del Ecuador que afirma que a partir de los 6 meses de edad se debe proporcionar alimentos saludables a los niños.

3. ¿Cuántas comidas recibe su niño(a) al día?

- a. Una.
- b. Dos.
- c. Más de tres.

Gráfico 4. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

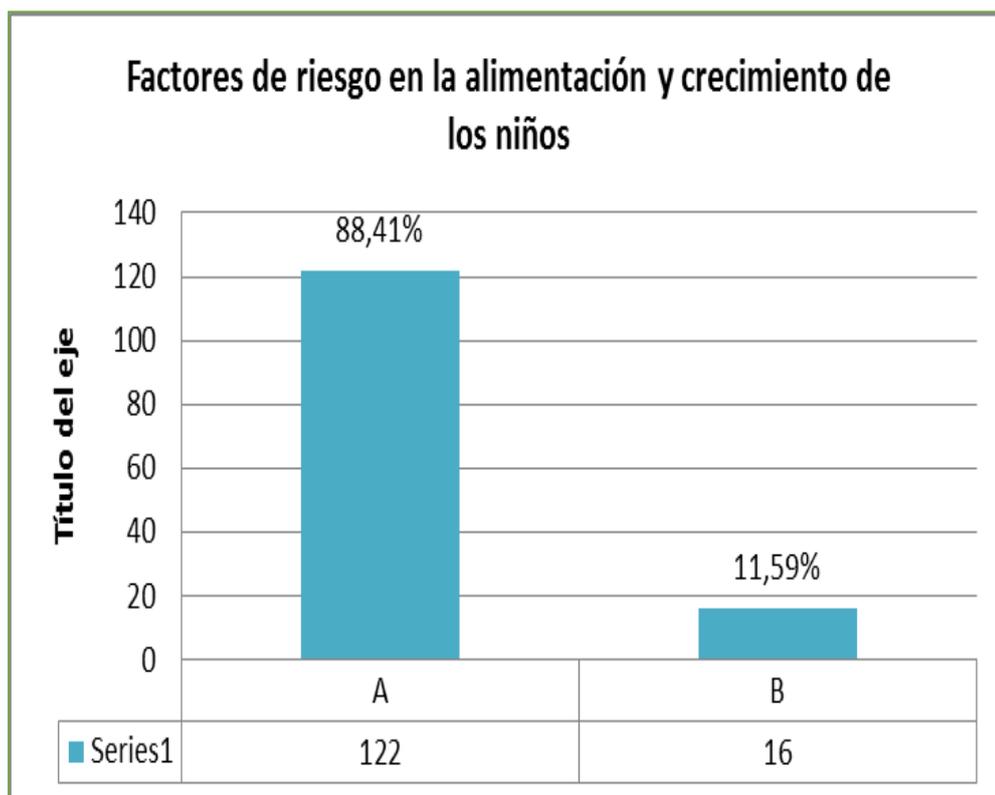
Todos los padres de familia de la Escuela Princesa Pacha del Cantón Antonio Ante de la ciudad de Atuntaqui y del Centro de Educación Inicial Profesor Ángel Vaca Méndez de la Parroquia San Pablo del Lago, afirman proporcionar más de tres comidas al día a los niños menores de 5 años.

Una dieta adecuada y saludable puede ayudar a prevenir enfermedades e incentivar un buen desarrollo físico e intelectual de los pequeños.

4. ¿Por qué cree usted que se presentan los factores de riesgo en la alimentación y crecimiento de los niños?

- a. Por no consumir leche materna.
- b. Por consumir conservas o papillas.

Gráfico 5. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

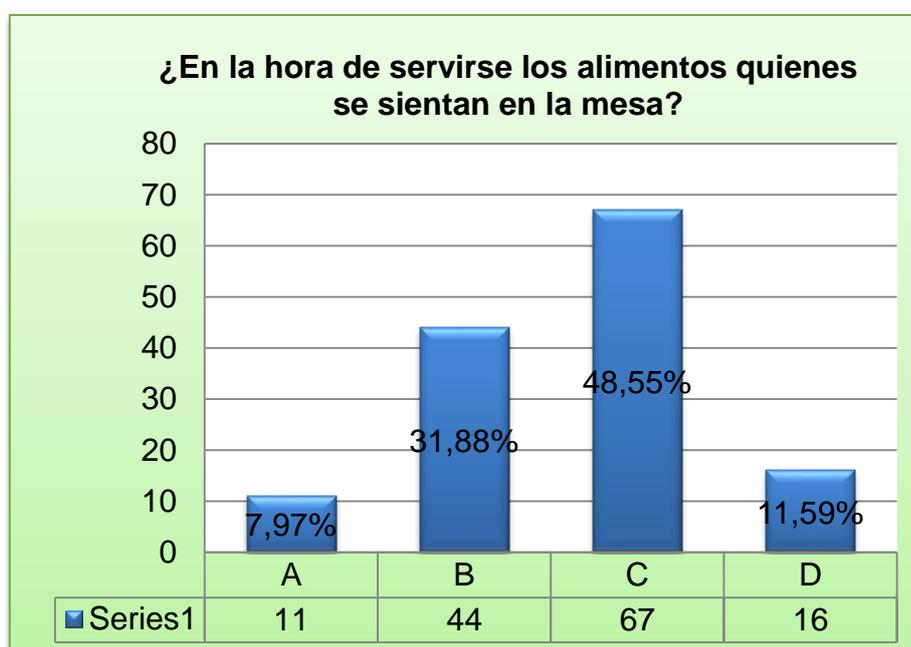
Análisis:

La gran mayoría de padres de familia de las instituciones investigadas creen que se presentan los factores de riesgo en la alimentación y crecimiento de los niños por no consumir leche materna; un mínimo porcentaje opina que se da este factor de riesgo por consumir conservas y papillas.

5. ¿En la hora de servirse los alimentos quienes se sientan en la mesa?

- a.-Sólo los hijos.
- b.-Toda la familia.
- c.- Hijos con la madre.
- d.- Hijos con el padre.

Gráfico 6. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

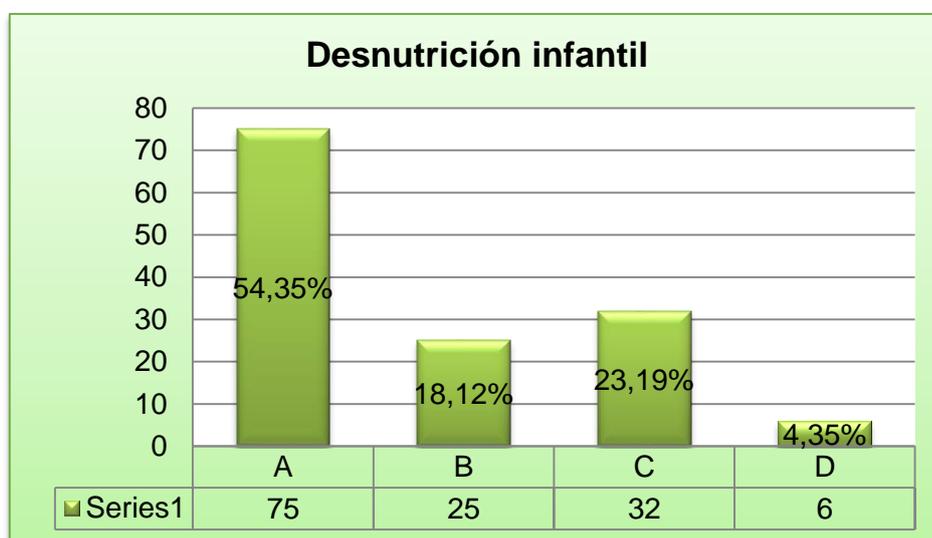
Se puede observar en el gráfico que casi la mitad de padres de familia de las instituciones investigadas a la hora de servirse los alimentos, quienes se sientan en la mesa son los hijos y la madre; más de la cuarta afirman que comparten toda la familia, siendo este un aspecto positivo; un pequeño porcentaje comparte el padre y los hijos y un mínimo número de padres de familia aseguran que los hijos se sirven solos los alimentos por diferentes motivos.

3.-DESNUTRICIÓN:

Según su criterio desnutrición infantil significa:

- a.- Inadecuada alimentación.
- b.- Deshidratación que sufren los niños.
- c.No haber consumido leche materna en su primera infancia.
- d.Obesidad

Gráfico 7. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

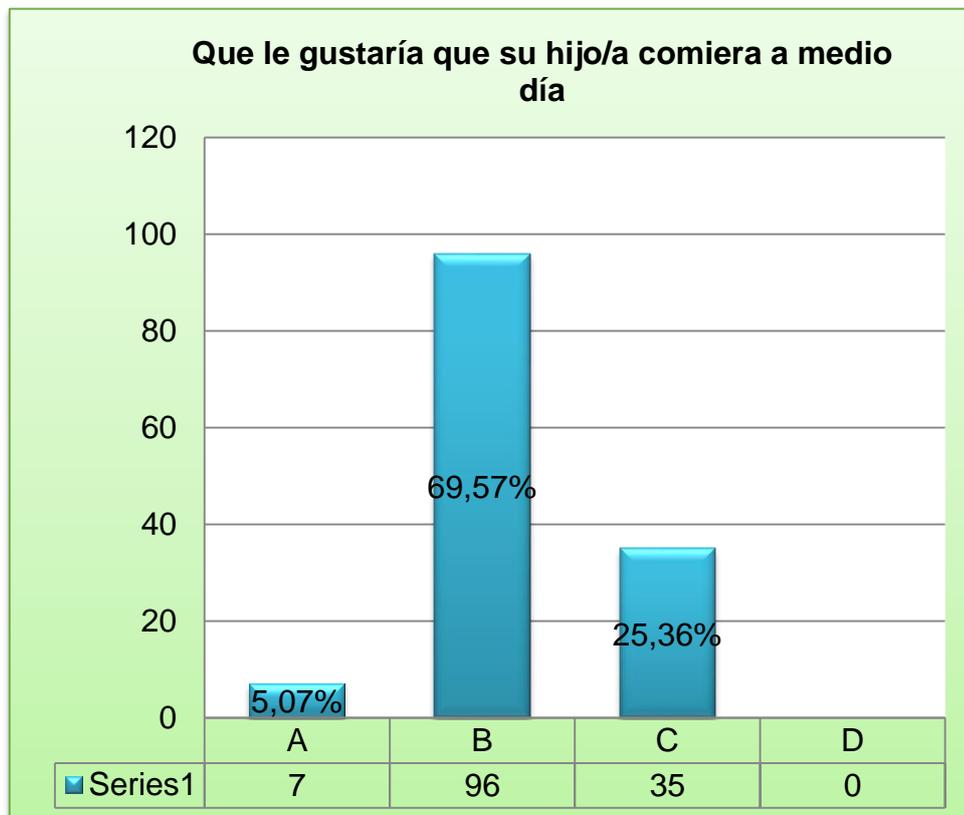
Análisis:

Para la mayoría de padres de familia, desnutrición infantil significa una inadecuada alimentación; alrededor de la cuarta parte opina que desnutrición es no haber consumido leche materna en su primera infancia; otro grupo considera que es una deshidratación que sufren los niños; y por último un pequeño porcentaje considera que obesidad estar mal nutrido; se puede observar que existen diferentes criterios acerca de la desnutrición infantil, por tanto se deben tomar acciones para dar a conocer a los padres de familia de manera exacta lo que significa este término.

¿Qué le gustaría que su hijo(a) comiera a medio día?

- a.- Productos de la tienda.
- b.- Comida nutritiva.
- c.- Comida rápida.
- d.- Dulces.

Gráfico 8. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

La alimentación que reciben los niños incide directamente en el buen desarrollo físico e intelectuales, es así que la mayoría de padres de familia les gustaría que sus hijos ingirieran alimentos nutritivos al medio día, un poco más de la cuarta parte le gustaría proporcionar a sus hijos comidas rápidas y un mínimo porcentaje productos de la tienda.

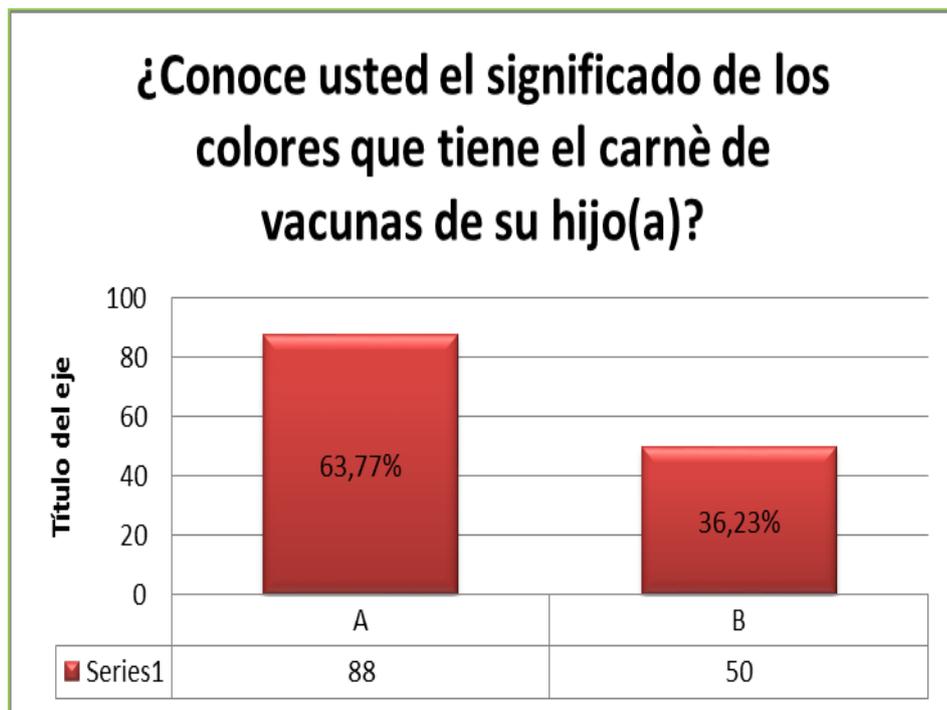
4.- Desviación Estándar

¿Conoce usted el significado de los colores que tiene el carné de vacunas de su hijo(a)?

a.-Sí.

b.- No.

Gráfico 9. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

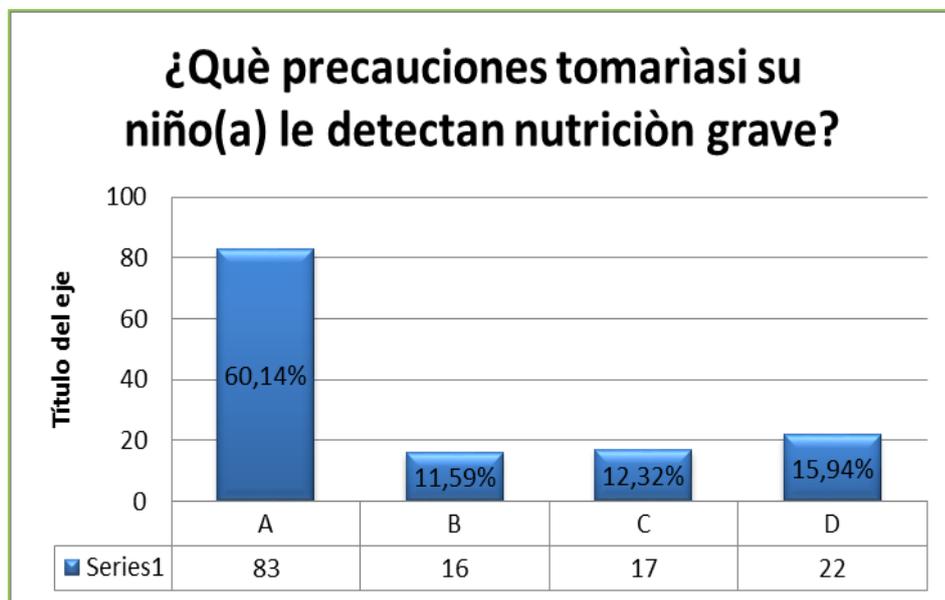
Análisis:

El carné de vacunas que emite el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, cuenta con algunos colores distintivos que indican diferentes significados, la mayor parte de padres de familia de las instituciones investigadas si conocen el significado y un porcentaje representativo de más de la cuarta parte no conoce.

¿Qué precauciones tomaría si su niño(a) le detectan desnutrición grave?

- a.- Acudiría al centro de salud más cercano.
- b.-Le suministraría remedios caseros.
- c.-Cumpliría con las recomendaciones dadas por el doctor.
- d.- Cambiar los alimentos que lleva en la lonchera.

Gráfico 10. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

Al momento de que a un hijo se detecte con desnutrición grave, la mayor parte de padres de familia afirman que acudirían al centro de salud más cercano, esta decisión se considera como adecuada ya que los profesionales médicos brindarían un diagnóstico adecuado y guiarían a los padres el proceso a seguir; otro grupo de padres de familia tomaría la precaución de cambiar los alimentos que lleva en la lonchera; porcentajes similares de alrededor 12% les suministraría remedios caseros y cumplirían con las recomendaciones dadas por el doctor.

5. Determinación el Peso.

¿Cada qué tiempo lleva al Centro de Salud a realizar el control de peso y talla a su niño(a)?

a.-Sólo cuando está enfermo.

b.-Nunca.

c.-A veces

b.-Cumple con los controles que se lleva periódicamente en la Institución.

Gráfico 11. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

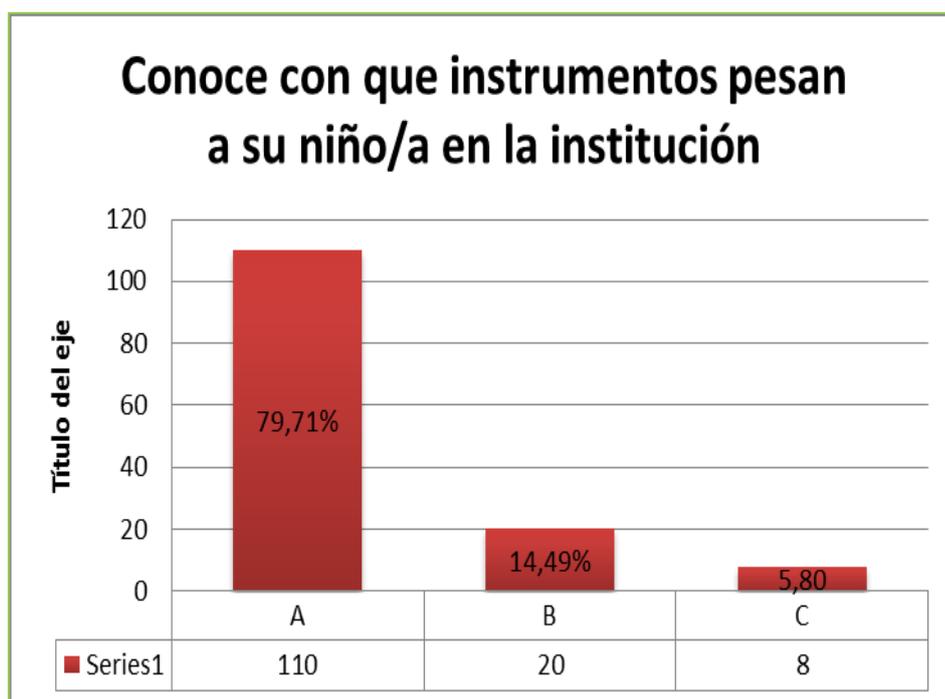
Análisis:

Se puede observar una despreocupación por la mayoría de los padres de familia en cuanto al control de peso y talla de sus hijos menores de 5 años, menos de la mitad de padres de familia cumplen con los controles que se lleva periódicamente en la Institución. Un porcentaje representativo de casi la mitad acude con sus hijos a un centro de salud solo cuando están enfermos los pequeños, esto demuestra que no hay un control del niño sano, es decir la prevención de enfermedades.

¿Conoce usted con que instrumentos pesan y miden a su niño(a) en la Institución?

- a.-Balanza, cinta métrica, tallímetro.
- b.-Metro.
- c.-Regla.

Gráfico 12. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

En el control de salud de los niños son empleados instrumentos comunes para determinar el peso y talla, y conocer si estos se encuentran en los rangos establecidos para descartar algún tipo de anomalías.

La mayor parte de padres de familia si conocen con que instrumentos pesan y miden a su niño(a) en la institución afirmando que utilizan balanza, cinta métrica y tallímetro.

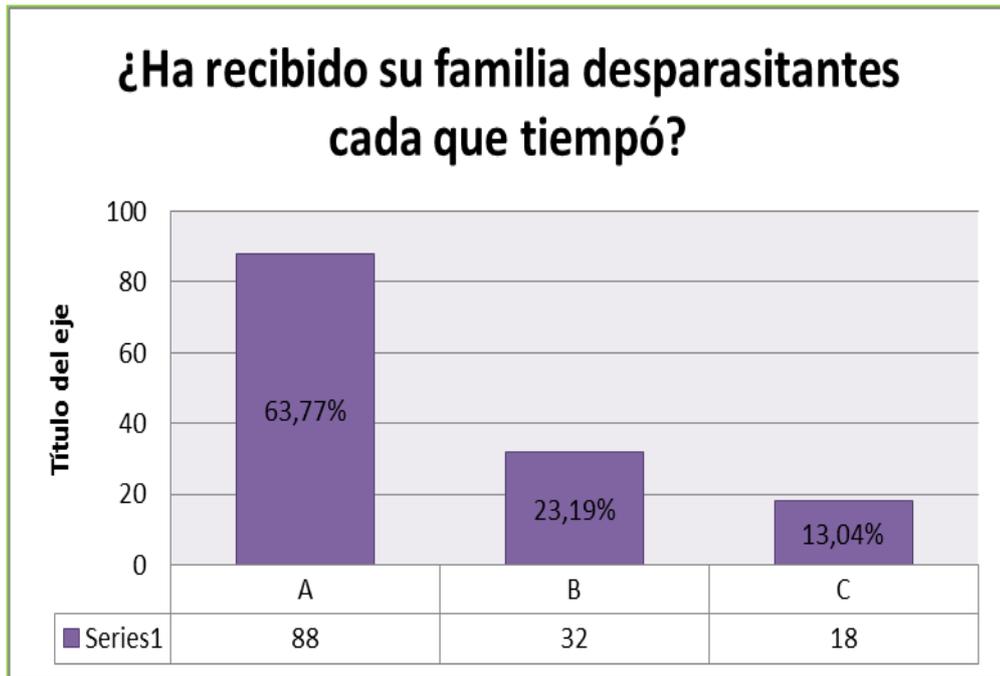
¿Ha recibido su familia desparasitantes cada qué tiempo?

a.- 6 meses.

b.- 4 meses.

C.- 2 meses.

Gráfico 13. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

Todos los padres de familia han recibido desparasitantes para proporcionar a sus hijos, la mayoría cada seis meses; cerca de la cuarta parte cada cuatro meses y un porcentaje inferior cada dos meses.

En el Ecuador los parásitos en los niños es un problema de salud pública, afecta a la población urbana y rural, es responsable de complicaciones como desnutrición, anemia, entre otros.

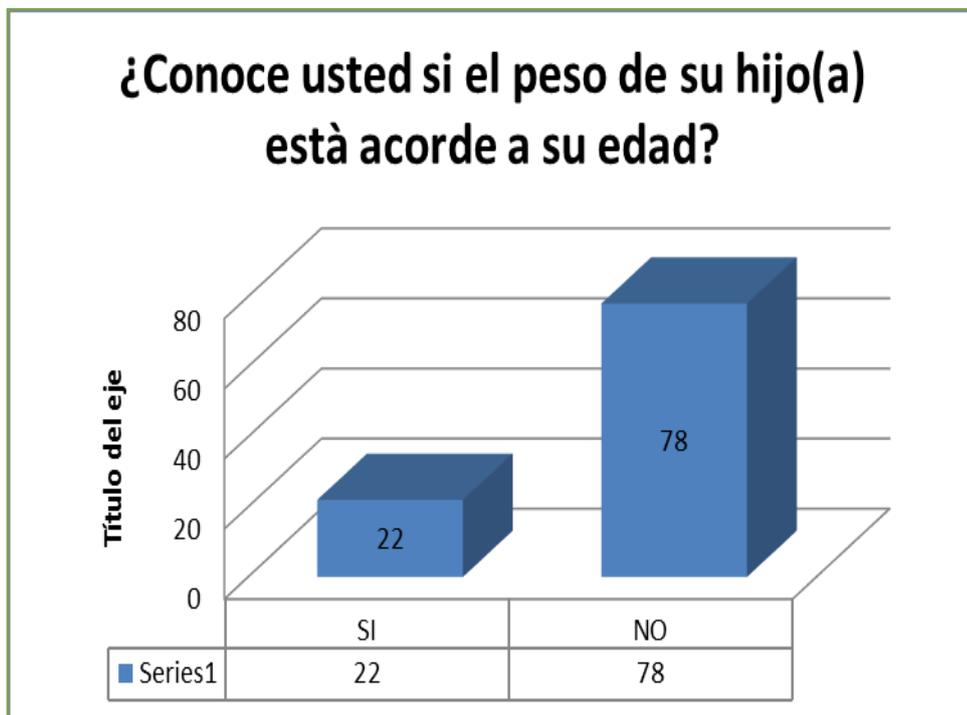
6. Índices Antropométricos:

¿Conoce usted si el peso de su hijo(a) está acorde a su edad?

a.-Si

b.-No

Gráfico 14. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

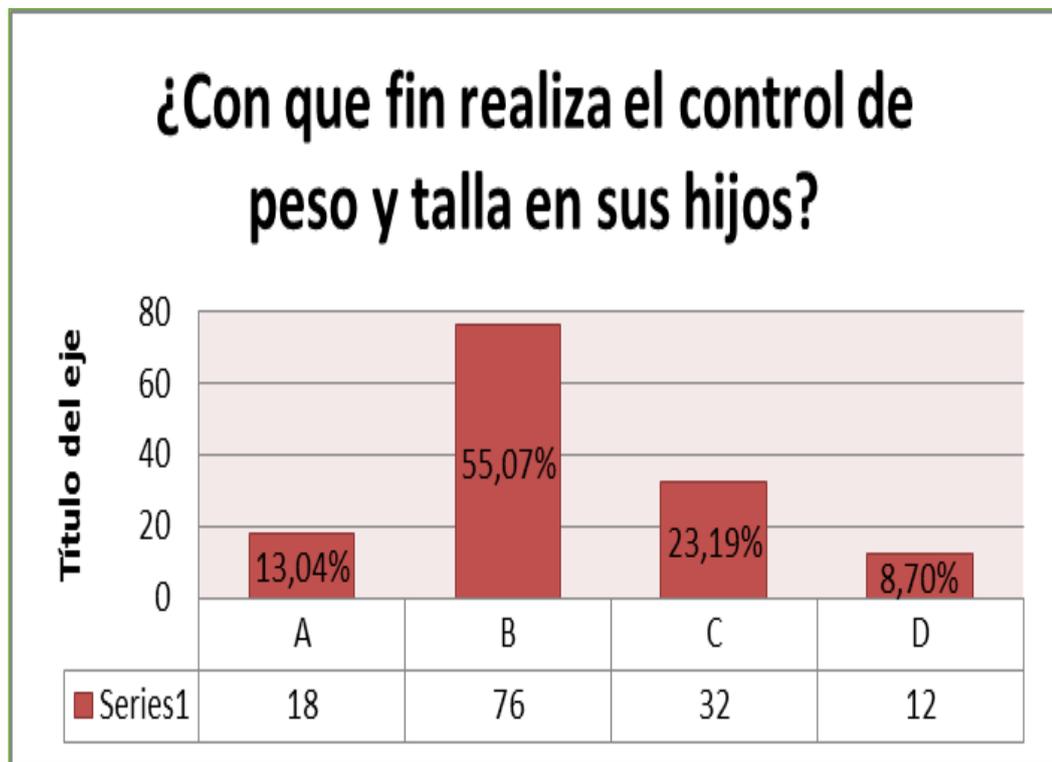
La altura y peso de un niño menor de 2 años es algo que varía según varios aspectos como: rasgos genéticos, nutrición o estilo de vida.

La gran mayoría de padres de familia desconocen si el peso de su hijo(a) está acorde a su edad, es por ello conveniente realizar controles médicos; apenas un porcentaje inferior a la cuarta parte si conoce como se encuentra su hijo con respecto al peso.

¿Con qué fin realiza el control de peso y talla en sus hijos?

- a.-Para que sean más inteligentes.
- b.-Para saber si su crecimiento y desarrollo es normal.
- c.-No se preocupa de realizar el control.
- d.-Prevención de enfermedades

Gráfico 15. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Padres de Familia
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

Un poco más de la mitad de padres de familia aseguran que el fin de realizar el control de peso y talla de sus hijos es para saber si su crecimiento y desarrollo es normal; cerca de la cuarta parte no se preocupa de realizar el control; otro grupo inferior al 15% afirma que realiza el control para que sean más inteligentes y un mínimo porcentaje por prevención de enfermedades.

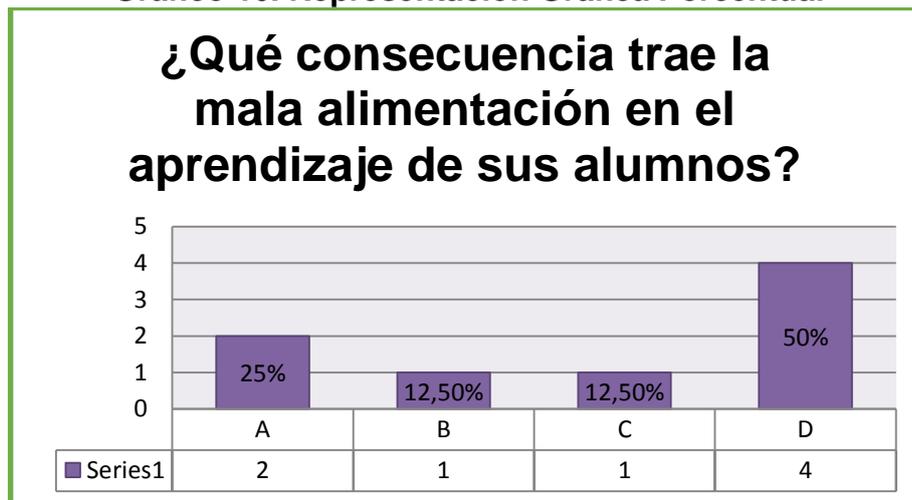
4.2. Análisis descriptivo e individual de cada pregunta en la entrevista realizada a los docentes.

1.-Estado Nutricional:

¿Qué consecuencia trae la mala alimentación en el aprendizaje de sus alumnos?

- a.-Falta de atención y concentración
- b.-Problemas de aprendizaje.
- c.- Inconveniente para recordar nueva información
- d.-Dificultad en el desarrollo de destrezas.

Gráfico 16. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

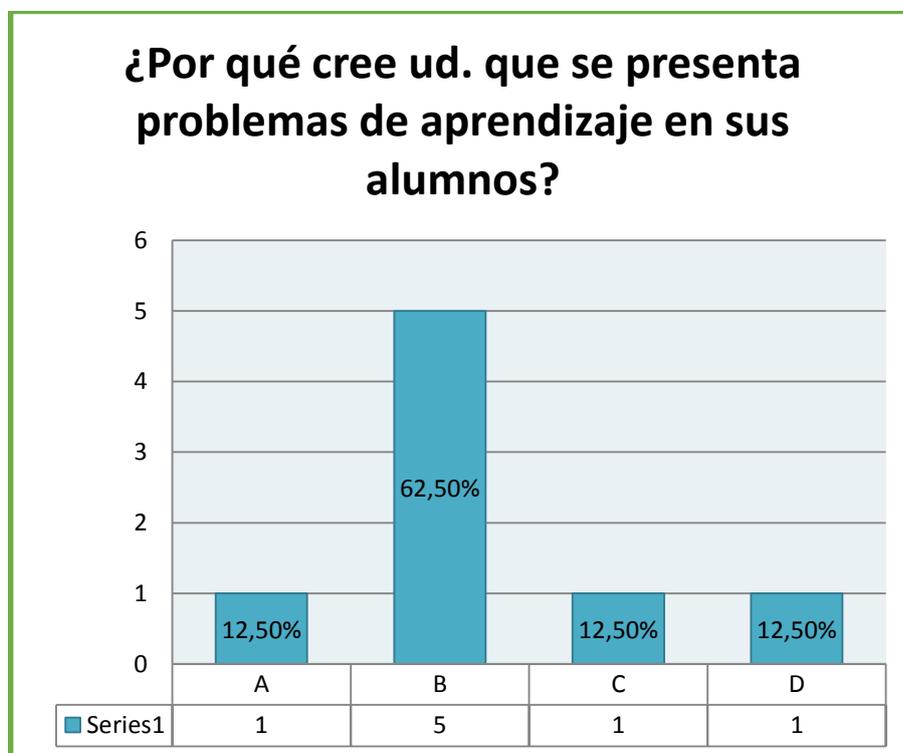
Análisis:

La mitad de docentes de las instituciones investigadas afirman que una consecuencia que trae la mala alimentación en el aprendizaje de sus alumnos es la dificultad en el desarrollo de destrezas; la cuarta parte opina que falta de concentración y atención; porcentajes similares del 12.5% problemas de aprendizaje e inconvenientes para recordar nueva información.

¿Por qué cree usted que se presenta problemas de aprendizaje en sus alumnos?

- a.- Mala alimentación
- b.- Poca energía para trabajar
- c.- Presenta sueño
- d.- Poca concentración.

Gráfico 17. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

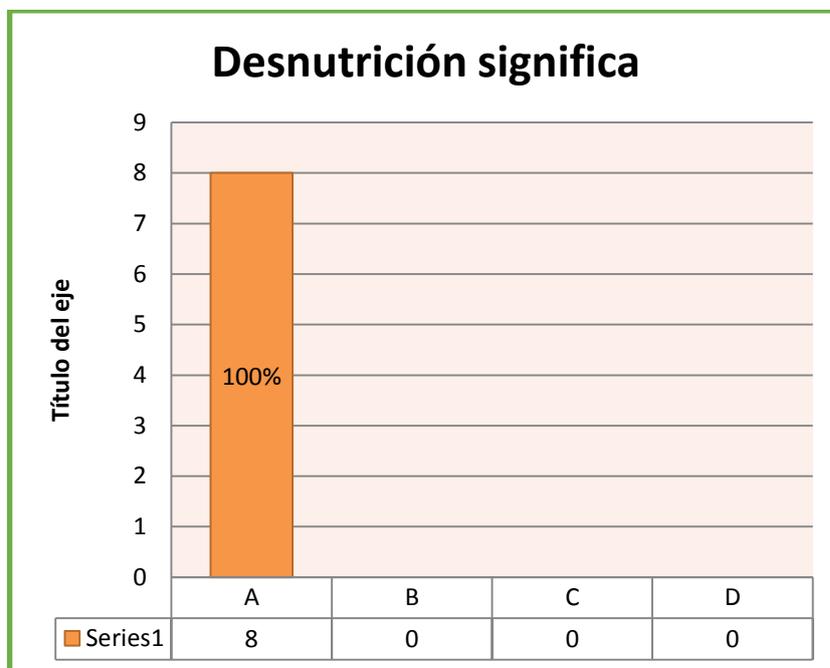
En cuanto a los problemas de aprendizaje que los alumnos tienen, la mayoría de docentes opinan que los pequeños tienen poca energía para trabajar; porcentajes iguales del 12,50% afirman que hay una mala alimentación, los alumnos presentan sueño y poca concentración.

2.-Desnutrición:

Según su criterio desnutrición significa:

- a.- Inadecuada alimentación.
- b.- Deshidratación que sufren los niños.
- c.- No consumir legumbres
- d.- Escases de alimentos

Gráfico 18. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

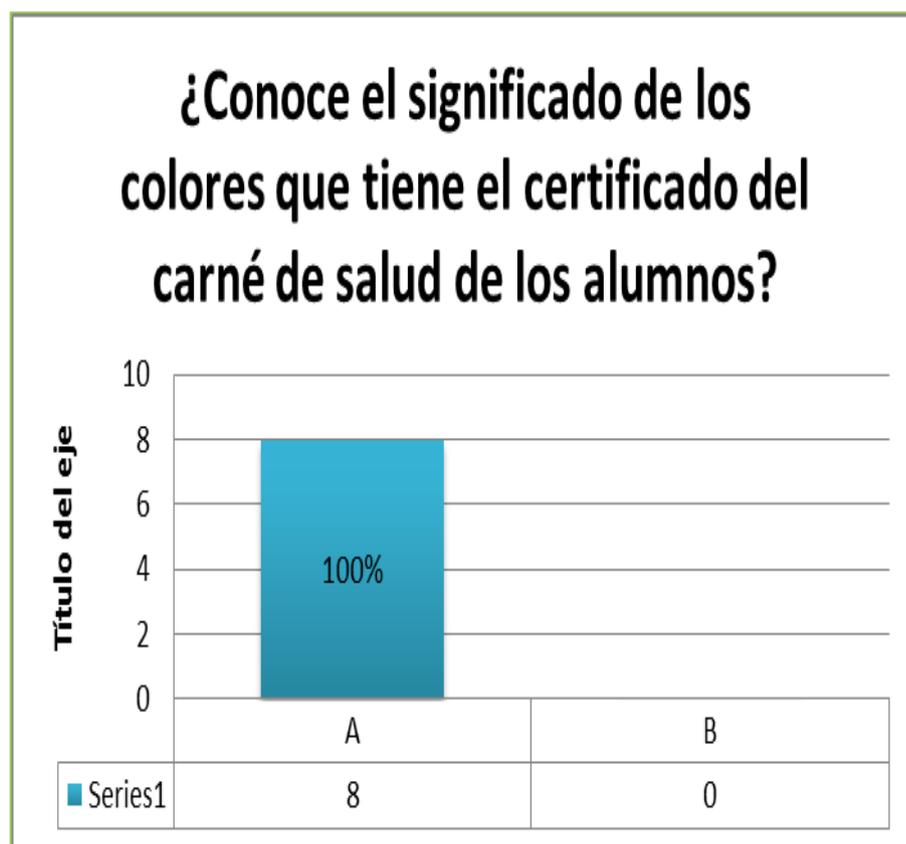
Para las docentes que trabajan con niños menores de 5 años desnutrición significa: inadecuada alimentación, deshidratación que sufren los niños, no consumir legumbres y escases de alimentos.

3.- Desviación Estándar:

¿Conoce el significado de los colores que tiene el certificado del carné de salud de sus alumnos?

- a.-Si.
- b.-No.

Gráfico 19. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

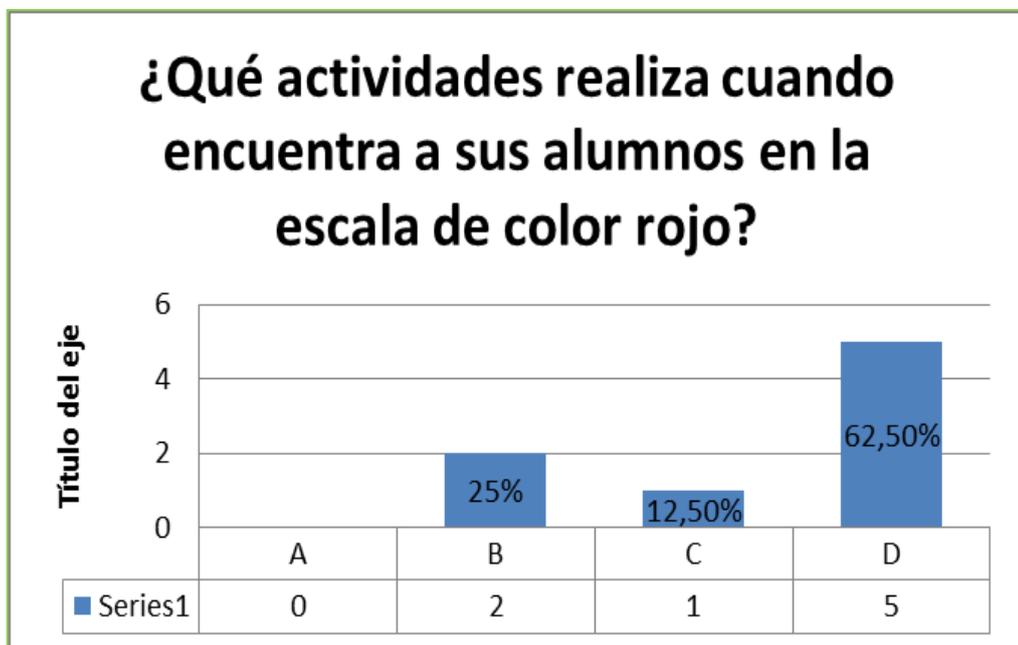
Análisis:

Todos los docentes investigados demuestran conocer el significado de los colores que tiene el certificado del carné de salud de los alumnos.

¿Qué actividades realiza cuando encuentra a sus alumnos en la escala de color rojo? (desnutrición grave).

- a.-No le da importancia.
- b.-Pide ayuda al Centro de Salud pública
- c.-Trata de solucionar el problema por sí solo(a).
- d.-Informa a sus padres.

Gráfico 20. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

Se puede observar que las docentes al momento de ver alguna anomalía en el certificado médico de sus alumnos realizan alguna actividad.

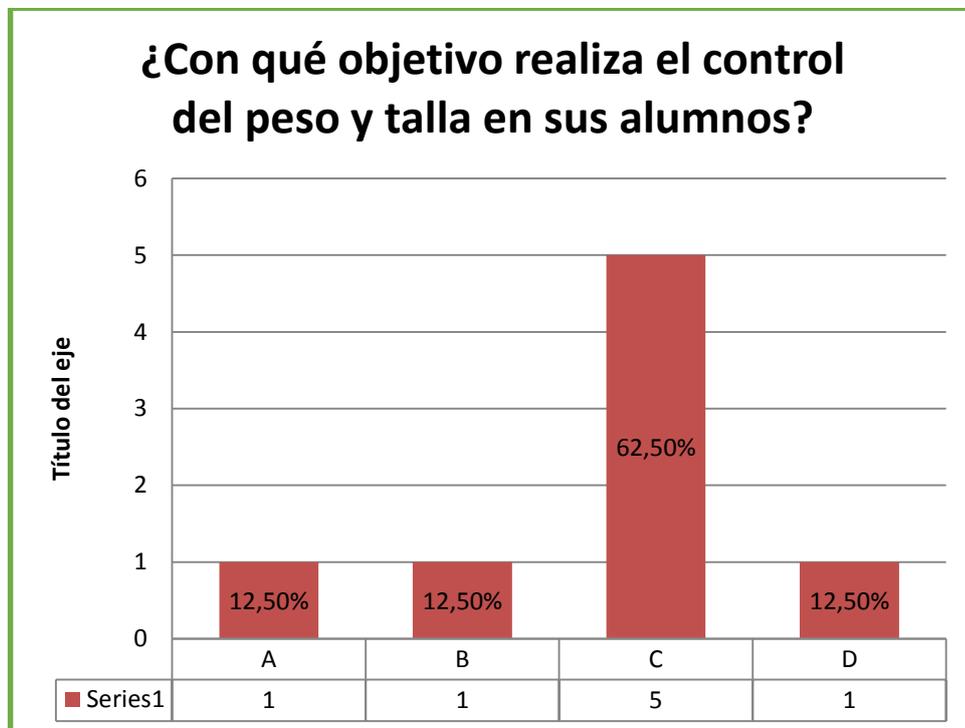
La mayor parte de docentes cuando encuentra en el certificado de salud de los niños, en la escala de color rojo (desnutrición grave), informa a los padres de familia; la cuarta parte pide ayuda al centro de salud pública; un porcentaje inferior trata de solucionar los problemas por sí mismo.

4.- Determinación del Peso

¿Con qué objetivo realiza el control del peso y talla en sus alumnos?

- a.- No se preocupa de realizar el control.
- b.- Para saber si su crecimiento y desarrollo es estándar
- c.- Para que su aprendizaje sea mejor en el aula.
- d.- Para prevenir enfermedades

Gráfico 21. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

El objetivo por el cual las docentes realizan el control de peso y talla a los alumnos en su mayor parte es para que el aprendizaje de los niños sea mejor en el aula, un porcentaje inferior lo realiza para saber si el crecimiento y desarrollo de los pequeños es estándar y para prevenir enfermedades; existe un grupo de docentes que no se preocupa por hacer el control.

¿Cada qué tiempo registra el control de peso y talla en sus alumnos?

- a.- Nunca.
- b.- Al inicio, al medio, al final del año lectivo.
- c.- Al inicio y al final del año lectivo.
- d.- A veces.

Gráfico 22. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

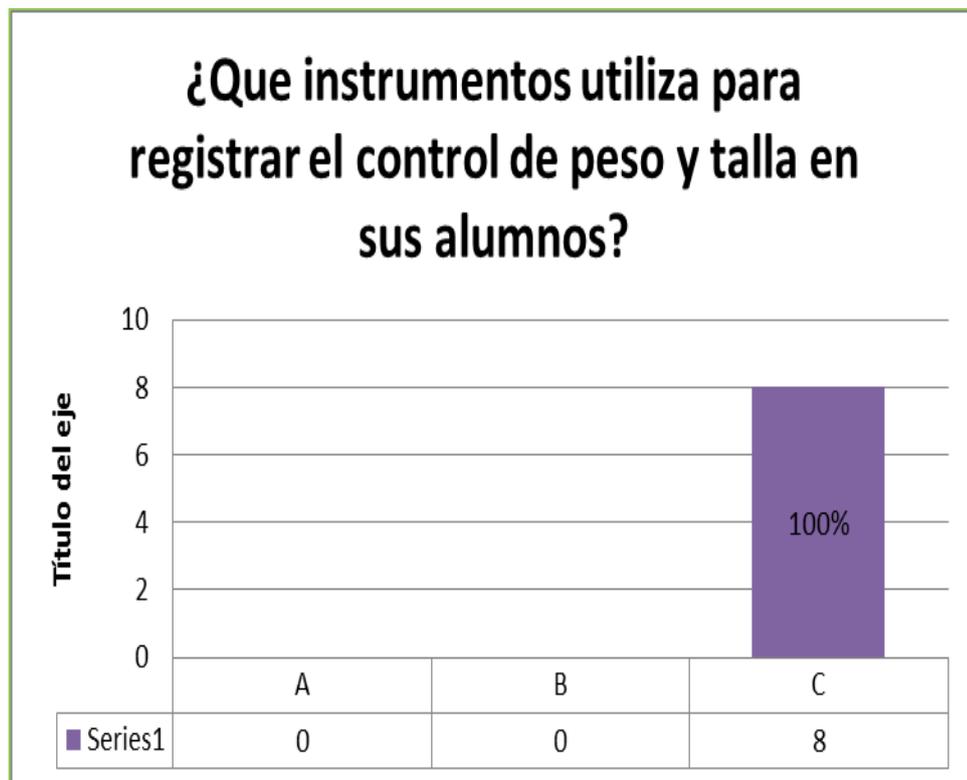
Análisis:

Todas las docentes de la escuela Princesa Pacha del Cantón Antonio Ante de la ciudad de Atuntaqui y el Centro de Educación Inicial Profesor Ángel Vaca Méndez de la Parroquia San Pablo del Lago, registran el control de peso y talla de los alumnos al inicio y final del año lectivo.

¿Qué instrumentos utiliza para registrar el control de peso y talla en sus alumnos?

- a.-Regla.
- b.-Metro.
- c.-Balanza digital, cinta métrica o tallímetro.

Gráfico 23. Representación Gráfica Porcentual



Fuente: Docentes
Elaborado por: Las Investigadoras

Análisis:

Las docentes de la escuela Princesa Pacha del Cantón Antonio Ante de la ciudad de Atuntaqui y el Centro de Educación Inicial Profesor Ángel Vaca Méndez de la Parroquia San Pablo del Lago utilizan una balanza digital, cinta métrica o tallímetro para registrar el control de peso y talla en sus alumnos.

4.3. Análisis de la Ficha de Observación aplicada a los niños.

CRITERIO E INDICADORES	Observación	
	Si	No
Trae lonchera el niño (@).	145	
La lonchera contiene alimentos nutritivos.	58	87
Consume los alimentos que le envía.	115	30
Termina en su totalidad la alimentación enviada.	54	91
La lonchera contiene comida denominada chatarra.	87	58
El niño(@) presenta problemas de aprendizaje.	39	106
Presenta sueño en la clase.	39	106
Demuestra energía en las actividades diarias.	106	39

Después de haber aplicado las fichas de observación en la escuela Princesa Pacha del Cantón Antonio Ante de la ciudad de Atuntaqui y el Centro de Educación Inicial Profesor Ángel Vaca Méndez de la Parroquia San Pablo del Lago, durante 3 días consecutivos, se pudo determinar lo siguiente:

- En las dos instituciones investigadas se pudo observar que todos los niños llevan lonchera con alimentos para consumirlos en la hora del recreo.
- Una vez revisadas las loncheras se observó que 87 niños habían llevado alimentos poco nutritivos como galletas, jugos envasados, gelatinas procesadas y papas fritas; 58 loncheras contenían alimentos preparados en casa.
- 115 niños consumen los alimentos enviados por sus padres y 30 no los consumen, las loncheras regresan a casa o las comparten con otros compañeros.
- 54 niños terminan todos los alimentos que contiene la lonchera y 91 niños no los termina en su totalidad.
- Pese a las recomendaciones que las docentes dan a los padres de familia en cuanto a la buena alimentación, 87 niños llevan en sus loncheras alimentos denominados chatarra; 58 niños llevan alimentos nutritivos.
- Existen 39 niños que presentan problemas de aprendizaje, derivados a la mala alimentación, en clase tienen sueño y hambre, no se concentran y su energía es débil en comparación a los niños que están bien nutridos.

4.4. Contestación de las Preguntas de Investigación

- **¿Cuál es el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”?**

Los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” que presentan grados de desnutrición tienen poca energía para trabajar, dificultad para prestar atención en la clase y sueño, por tanto la nutrición incide en el aprendizaje significativo de los niños.

- **¿Cuáles son los fundamentos teóricos sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo?**

Los fundamentos teóricos sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar que avalan la investigación son fundamentación: filosófica apoyada en la teoría humanista, psicológica apoyada en la teoría cognitiva, pedagógica apoyada en la teoría histórico cultural; sociológica apoyada en la teoría sociocrítica, epistemológica y legal.

- **¿Una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, contribuirá al correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años?**

Una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años ayuda a mejorar la calidad alimenticia de las familias y por ende beneficia a los niños.

- **¿La socialización de la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años permitirá que los padres de familia concienticen sobre la buena alimentación?**

Mediante la socialización de la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación para el correcto desarrollo nutricional de los niños y niñas entre 3 y 5 años permite que los padres de familia concienticen sobre la buena alimentación ya que se les hace notar los beneficios que la alimentación saludable trae para los niños.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

5.1. Conclusiones.

- El 12% de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” presentan grados de desnutrición, tienen poca energía para trabajar, dificultad para prestar atención en la clase y sueño.
- La mayoría de padres de familia considera que el estado nutricional de los niños y niñas va encaminado a una buena alimentación, pero no ponen en práctica estas consideraciones debido a que envían a sus hijos comida chatarra en las loncheras.
- Los padres de familia de las dos instituciones investigadas se encuentran consientes de las consecuencias de la desnutrición infantil, pero no se han tomado acciones para prevenir esta enfermedad.
- Más de la mitad de niños llevan loncheras con comida chatarra a la institución educativa, son pocos los padres de familia que se preocupan por preparar alimentos caseros y nutritivos.
- Existen niños y niñas que requieren tratamiento médico para controlar la desnutrición por lo cual acuden a los centros de salud de la localidad.
- Los padres de familia proporcionan a los hijos más de tres comidas al día pero no toman en cuenta la calidad de los alimentos como frutas y verduras que contribuyen a un buen crecimiento tanto corporal como intelectual.

5.2. Recomendaciones.

Una vez redactadas las conclusiones, se puede anotar algunas recomendaciones para mejorar el problema de investigación:

- Los niños del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” que presentan grados de desnutrición, deben ser tratados por médicos especializados para evitar complicaciones en la salud y el bajo rendimiento escolar.
- Los padres de familia deben ser capacitados en cuanto a una buena nutrición de sus hijos y la familia para que puedan mejorar los buenos hábitos alimenticios.
- Se debe dictar charlas dirigida a padres de familia de las dos instituciones investigadas para que concienticen acerca de la desnutrición de los niños y tengan un mejor control de peso y talla de los menores.
- Las maestras del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” deben tener un mejor control de loncheras para evitar que ingresen con comida chatarra.
- Los médicos encargados del control de los niños con desnutrición deben exigir a los padres de familia para que los menores sean atendidos rigurosamente en las citas prevista por el profesional. Existen niños y niñas que requieren tratamiento médico para controlar la desnutrición por lo cual acuden a los centros de salud de la localidad.
- Los padres de familia deben controlar la ingesta de alimentos calificados como chatarra y proporcionar a los niños alimentos sanos como frutas y verduras que contribuyen a un buen crecimiento corporal e intelectual.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA ALTERNATIVA.

6.1. Título de la Propuesta.

Guía práctica de alimentación saludable “Aprendiendo a comer sano”.

6.2. Justificación.

La guía proporcionó información necesaria de recetas nutricionales adaptadas al proceso de desarrollo y crecimiento de los niños y niñas de preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo.

La inversión prioritaria en el tema salud constituye en la actualidad, el prerrequisito indispensable para el proceso de desarrollo y crecimiento de los niños de 0 a 5 años este es el recurso más precioso y garantía del futuro para la sociedad.

En este caso se habla de los niños de edad preescolar a quienes por derecho les corresponde el acceso gratuito a los programas y acciones de salud pública, nutrición adecuada y a un medio ambiente saludable.

La edad preescolar, es una etapa de progresivos y evidentes cambios en el crecimiento y desarrollo de los niños.

En educación inicial se desarrollan destrezas cognitivas, físicas, sociales, que les permiten a los párvulos un adecuado proceso de integración social e iniciar con garantía proceso didácticos para la adquisición de un aprendizaje significativo.

La escasa alimentación tiene efectos profundos sobre la salud física, psicomotora e intelectual y en el desarrollo integral de los individuos, además es la causa de una elevada mortalidad sobre todo en la niñez, también genera una corta expectativa de vida, contrastando con lo anterior en otros países hay una sobrealimentación la misma que escasa de obesidad, hipertensión, anemia desnutrición y diversas enfermedades que afectan sobre todo a la población infantil.

En tal virtud, y por todo lo expuesto es necesario y urgente impartir la guía práctica de alimentación saludable en las instituciones educativas en estudio, para brindar a nuestros niños una vida sana y una salud de calidad, con todas las comodidades y conforme a las nuevas tendencias.

6.3. Fundamentación.

La idea de realizar esta propuesta alternativa surgió de la necesidad de compartir con los padres de familia y docentes de los Centros de Educación Inicial a través de una guía didáctica de alimentación saludable “Aprendiendo a comer Sano”.

La alimentación es un proceso que va desde el inicio de la vida y de ella depende la supervivencia de la especie humana y el desarrollo potencial, está estrechamente relacionada con el desarrollo cerebral y cognitivo del ser humano.

Partiendo de la fundamentación filosófica en donde se concibe al niño como un ser con competencias, que va adquiriendo con el transcurso del tiempo, y el aprendizaje es genuino, porque se basa en el intelecto, emociones y motivaciones, mantener una dieta adecuada, balanceada y sana será una forma habitual de vida de los niños.

La teoría humanista destaca que el niño va adoptando aptitudes propias, pero basada en el ejemplo de los padres, quienes son los llamados a proveer de buenos alimentos para un buen desarrollo cognitivo.

Como los niños preescolares tienen una gran actividad física, su gasto energético aumenta considerablemente, por lo tanto la alimentación debe adecuarse al consumo de calorías, en este periodo el niño tiene mayor madurez del aparato digestivo y esto le permite comer la mayoría de alimentos, desde el punto de vista psicomotor, el niño ha alcanzado un nivel que le permite comer por si solo y es capaz de reconocer y elegir los alimentos al igual que el adulto.

Basándose en la fundamentación psicológica, los adultos son los llamados a proponer buenos hábitos alimenticios ya que son el ejemplo del hogar. La práctica de hábitos incorrectos, predispone a que se presente problemas de malnutrición por carencia o por exceso.

La teoría cognitiva permite conocer que durante la infancia los niños van desarrollando su intelecto y la capacidad de percibir las cosas, en la teoría de Piaget establece la etapa preoperacional, donde el niño aprende a interactuar con su ambiente, mediante el uso de palabras e imágenes, basándose en el egocentrismo, por ello mantener e inculcar a una buena alimentación será tarea de los padres para que el niño vaya desarrollándose en un ambiente sano.

Basándose en la fundamentación pedagógica de qué vale la pena aprender, para luego determinar el cómo, cuándo y dónde realizarlo los padres de familia y maestros juegan un papel fundamental en inculcar una buena alimentación.

6.4. Objetivos.

6.4.1. Objetivo General.

Promover la alimentación saludable mediante estrategias y actividades que ayuden a mejorar y adoptar hábitos alimenticios correctos.

6.4.2. Objetivos Específicos.

- Impartir talleres sobre alimentación saludable a padres de familia y docentes.
- Desarrollar la elaboración de recetas nutritivas y creativas en la institución.
- Incentivar a los niños y niñas a consumir alimentos nutritivos a través de juegos, canciones, adivinanzas, dramatizaciones y títeres.
- Evaluar cada taller impartido para conocer el grado de conocimiento de los niños.

6.5. Ubicación sectorial y física.

La escuela Princesa Pacha se halla ubicada en el cantón Antonio Ante, ciudad de Atuntaqui, en el barrio San José; y el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez, se encuentra funcionando en el cantón Otavalo, parroquia San Pablo del Lago en las calles Federico Páez y Unesco.

6.6. Desarrollo de la Propuesta.

A continuación la propuesta

GUÍA PRÁCTICA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE “APRENDIENDO A COMER SANO”



Fuente: www.colorearyaprender.com/dibujos-de-niños-para-imprimir-y-decorar

ADIVINANZAS

TALLERES

CANCIONES



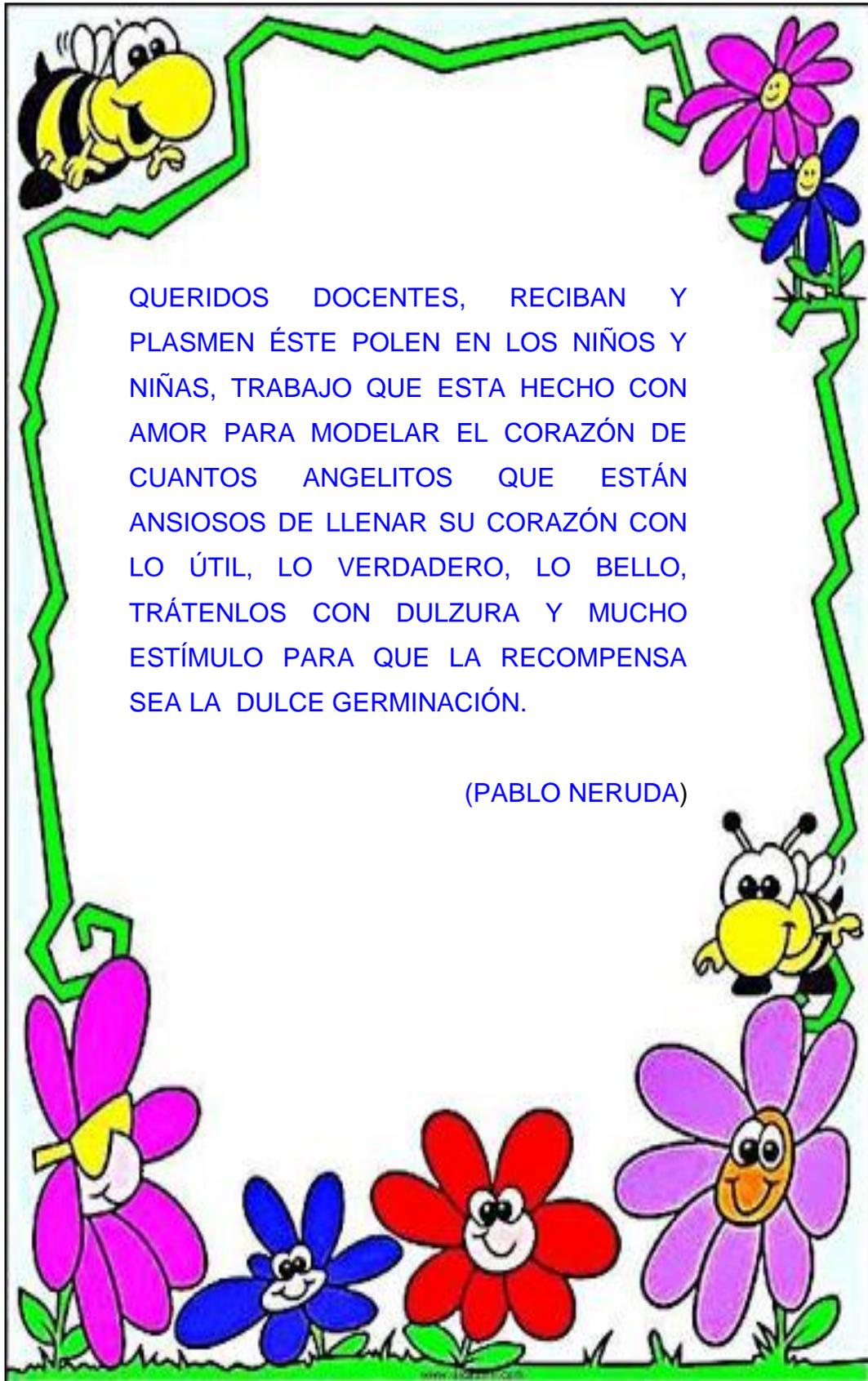
TÍTERES

Fuente: (wordpress.com, s.f.)

RECETAS

JUEGOS

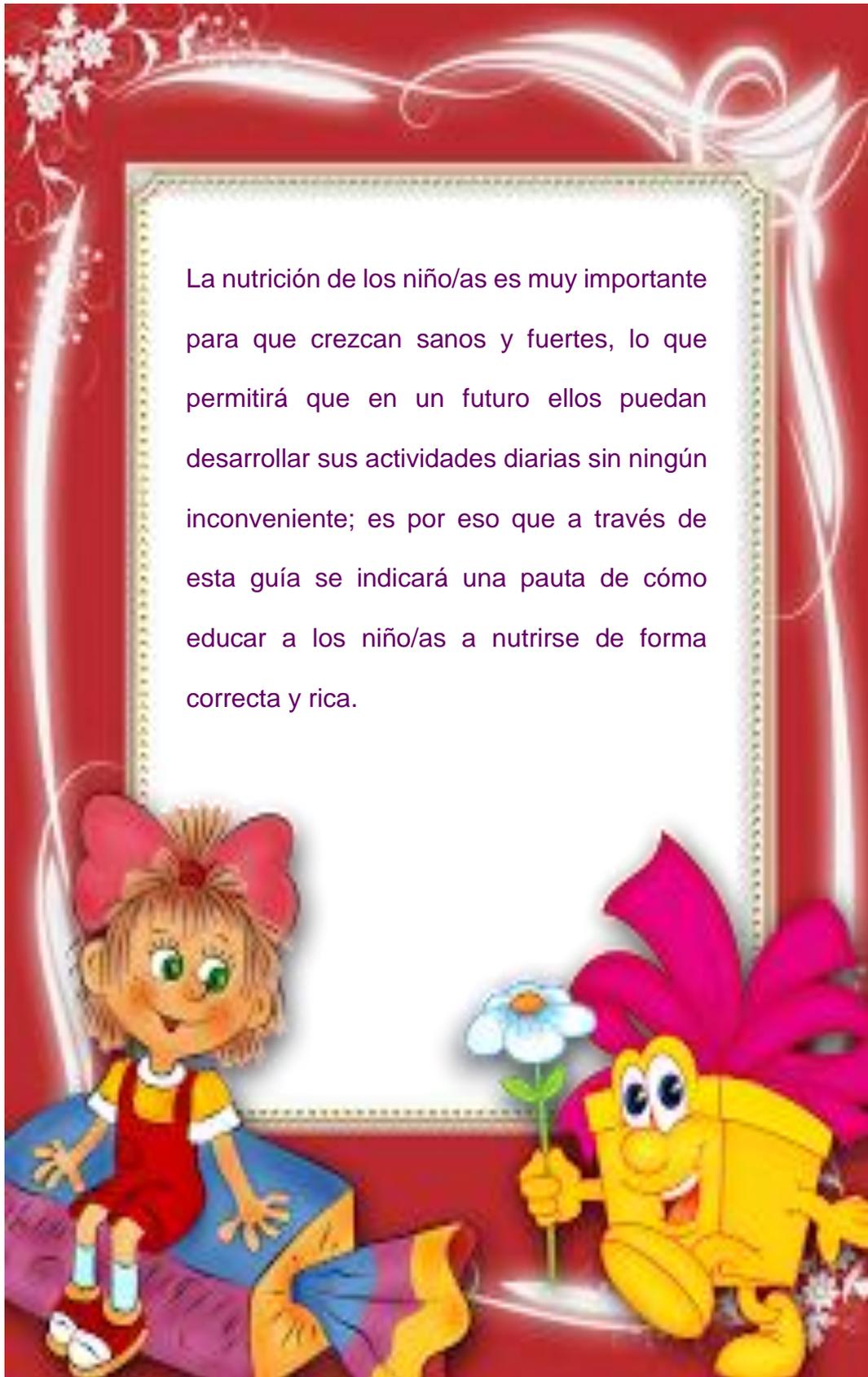
DRAMATIZACIONES



QUERIDOS DOCENTES, RECIBAN Y PLASMEN ÉSTE POLEN EN LOS NIÑOS Y NIÑAS, TRABAJO QUE ESTA HECHO CON AMOR PARA MODELAR EL CORAZÓN DE CUANTOS ANGELITOS QUE ESTÁN ANSIOSOS DE LLENAR SU CORAZÓN CON LO ÚTIL, LO VERDADERO, LO BELLO, TRÁTENLOS CON DULZURA Y MUCHO ESTÍMULO PARA QUE LA RECOMPENSA SEA LA DULCE GERMINACIÓN.

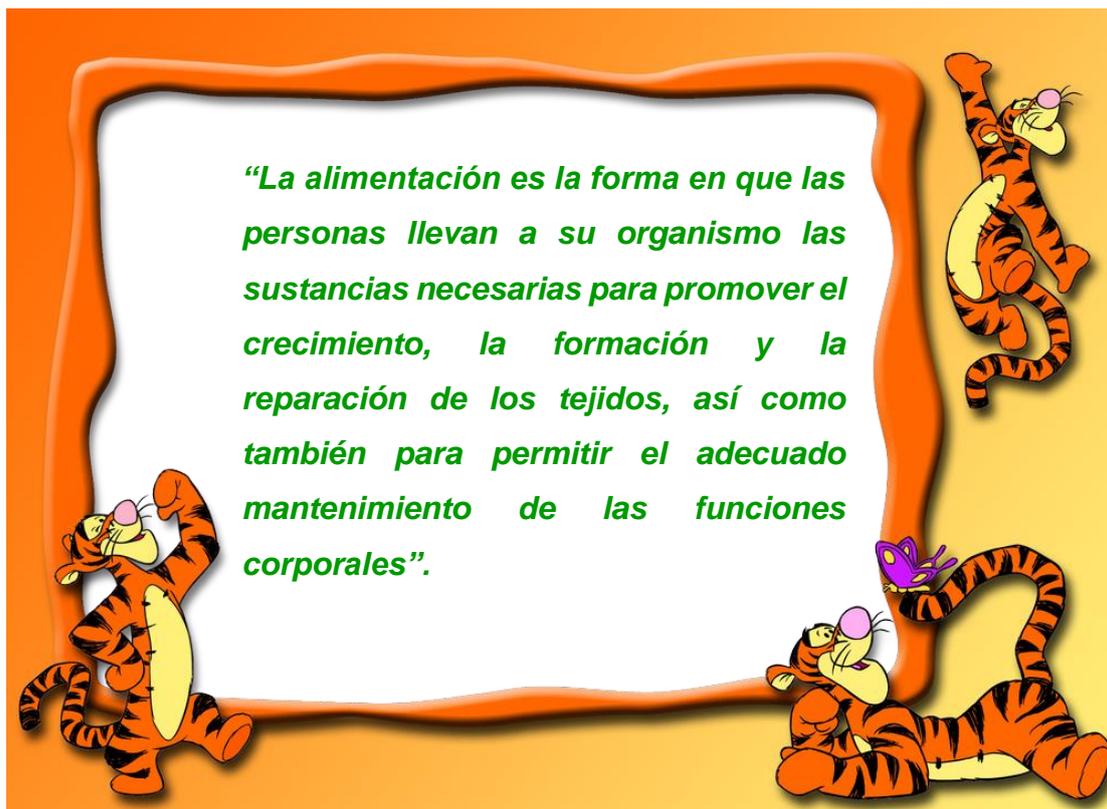
(PABLO NERUDA)

Fuente: (Giselle Farias, s.f.)

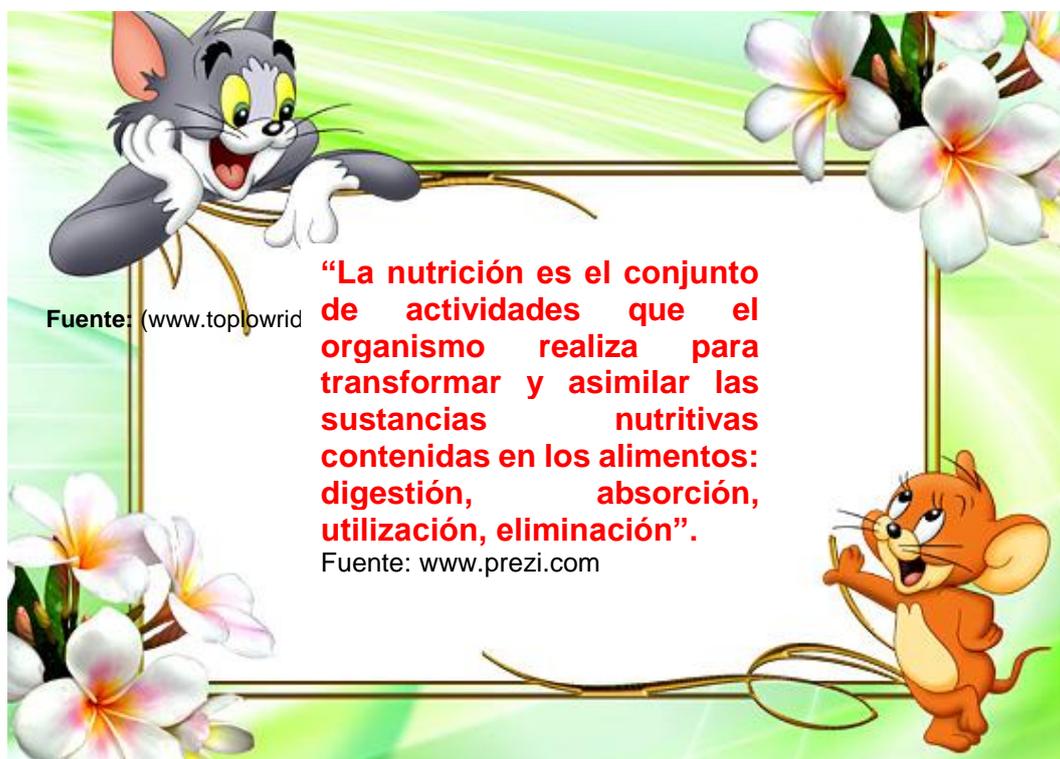


La nutrición de los niño/as es muy importante para que crezcan sanos y fuertes, lo que permitirá que en un futuro ellos puedan desarrollar sus actividades diarias sin ningún inconveniente; es por eso que a través de esta guía se indicará una pauta de cómo educar a los niño/as a nutrirse de forma correcta y rica.

Fuente: (Giselle Farias, s.f.)



Fuente: (Marcos gratis para fotografías, s.f.)



Fuente: (<http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-neproveryaemym-napisaniem>, s.f.)



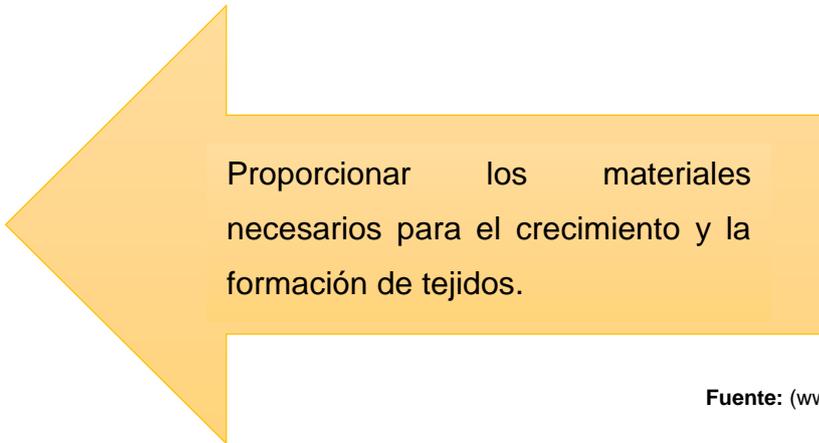
**FUNCIÓN
DE LOS
ALIMENTOS**

Fuente: (caratulasparaword.blogspot.com, 2012)



Fuente: (www.gifs-animados.es, 2014)

Proporcionar energía imprescindible para la vida, la actividad diaria y el ejercicio físico.



Proporcionar los materiales necesarios para el crecimiento y la formación de tejidos.

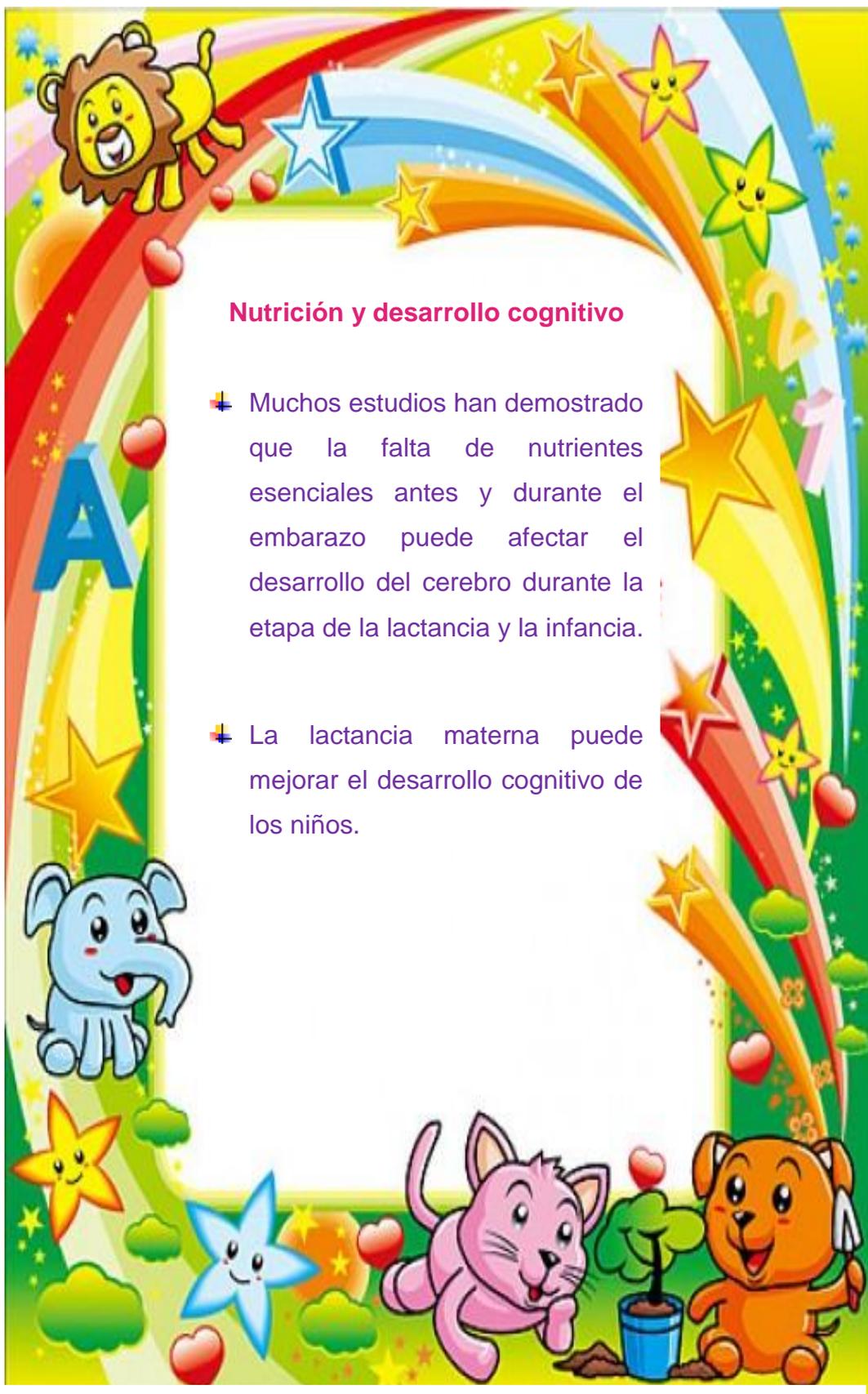


Fuente: (www.gifs-animados.es, 2014)



Fuente: (www.desdevilladecura.blogspot.com, 2014)

Por último, encontramos alimentos que tienen propiedades reguladoras que permiten que el cuerpo lleve a cabo las funciones necesarias para una vida saludable, como las vitaminas y los minerales.



Nutrición y desarrollo cognitivo

- ✚ Muchos estudios han demostrado que la falta de nutrientes esenciales antes y durante el embarazo puede afectar el desarrollo del cerebro durante la etapa de la lactancia y la infancia.
- ✚ La lactancia materna puede mejorar el desarrollo cognitivo de los niños.

Fuente: (<http://www.thetopfree.com/free-vectors/Animal/>, s.f.)



- ✚ Una dieta insuficiente puede afectar las etapas críticas del desarrollo, incluida la interacción entre el niño y los padres, el apego, el juego y el aprendizaje.

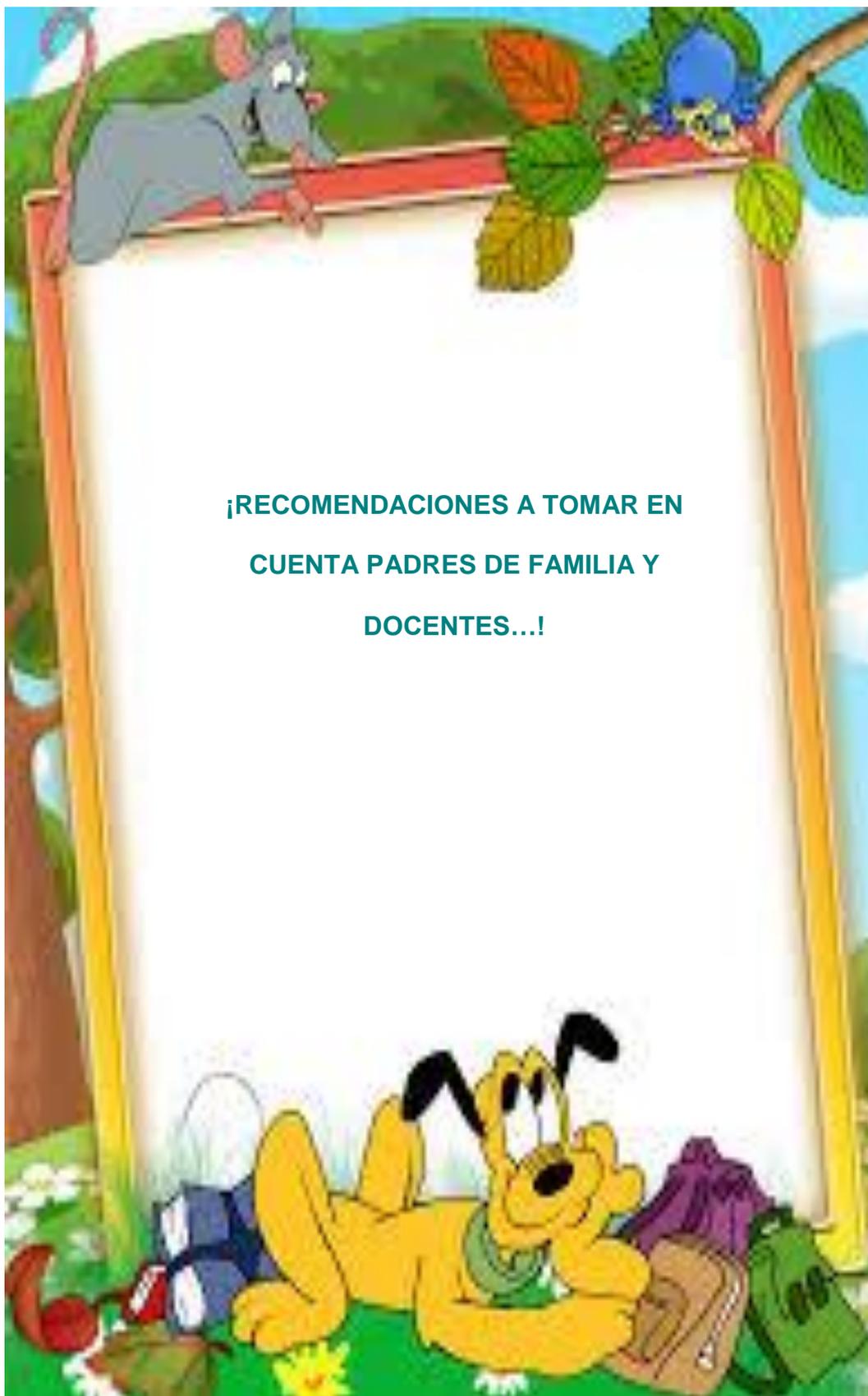
- ✚ Un estudio realizado recientemente demostró que la anemia por deficiencia de hierro puede afectar el desarrollo de las habilidades motoras gruesas y las habilidades sociales.

Fuente: (www.es.paperblog.com, 2014)



- ✚ La deficiencia de yodo durante el embarazo y en los primeros años de vida interfiere con el desarrollo normal del cerebro.
- ✚ La grasa es importante para el desarrollo del cerebro. La leche materna es buena fuente de grasa para los lactantes.
- ✚ Varios estudios han demostrado que el desayuno puede ayudar en el aprendizaje de los niños.

Fuente: (www.milideas2012.blogspot.com, 2012)



**¡RECOMENDACIONES A TOMAR EN
CUENTA PADRES DE FAMILIA Y
DOCENTES...!**

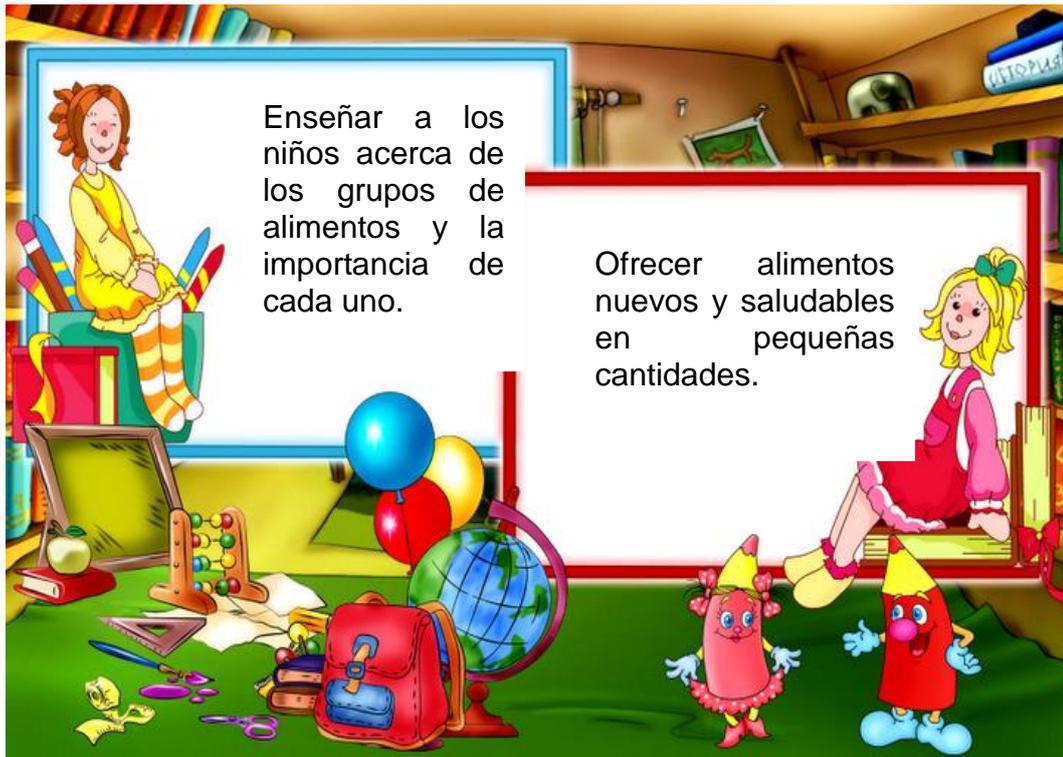
Fuente: (www.milideas2012.blogspot.com, 2012)



Fuente: (wordpress.com, s.f.)



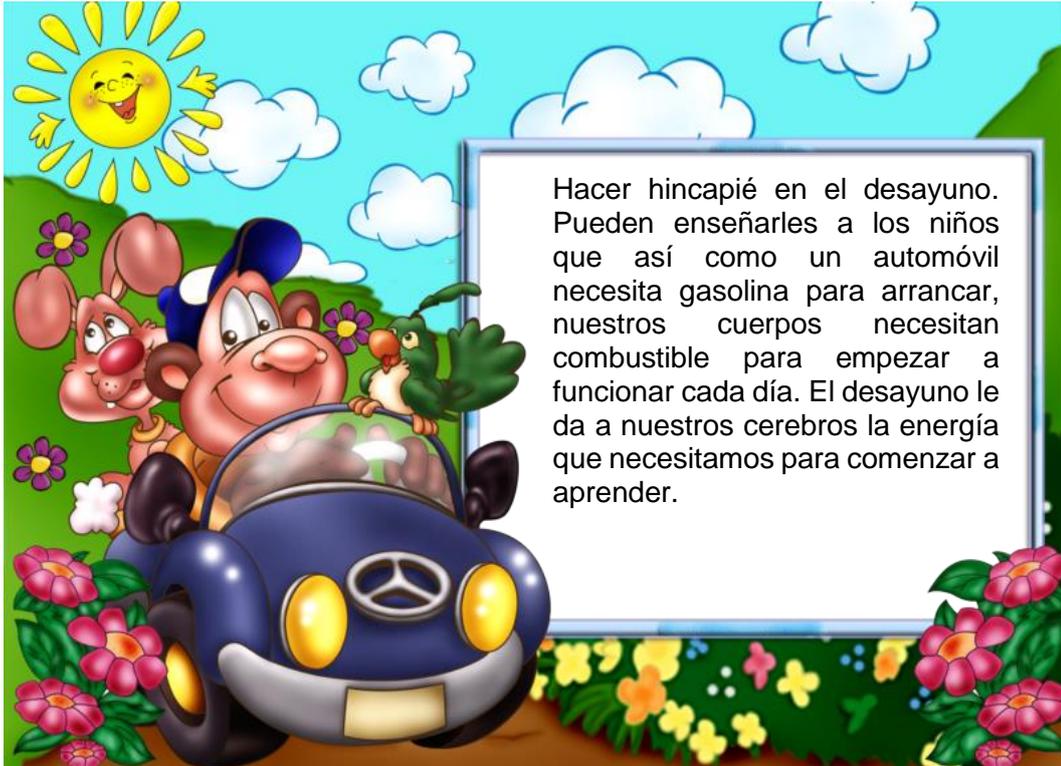
Fuente: (wordpress.com, s.f.)



Fuente: (wordpress.com, s.f.)



Fuente: (wordpress.com, s.f.)

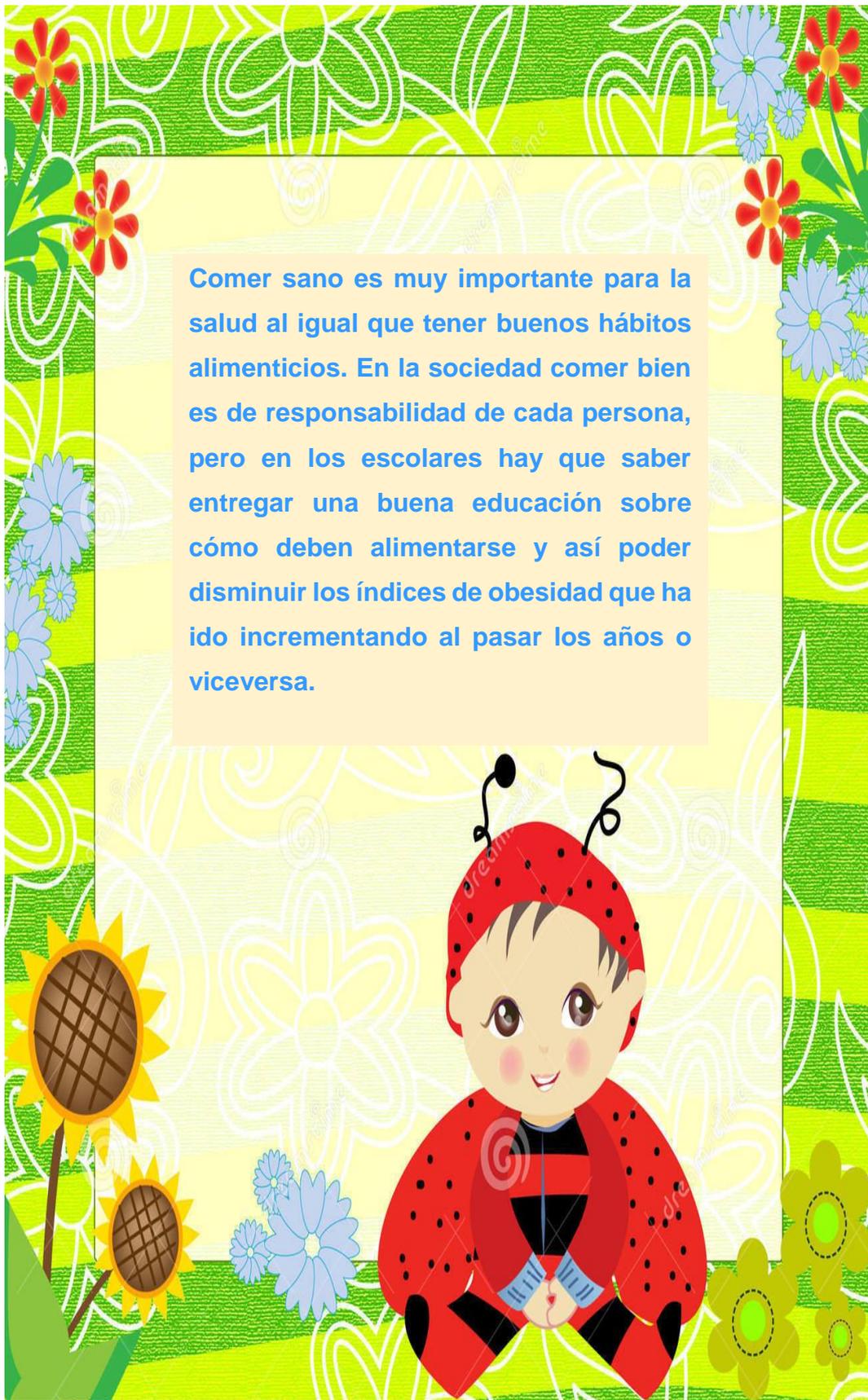


Fuente: (marcosphotoscape.blogspot.com, 2011)



Fuente: (cartoons-dibujosanimados-karikaturen.blogspot.com, 2012)

Comer sano es muy importante para la salud al igual que tener buenos hábitos alimenticios. En la sociedad comer bien es de responsabilidad de cada persona, pero en los escolares hay que saber entregar una buena educación sobre cómo deben alimentarse y así poder disminuir los índices de obesidad que ha ido incrementando al pasar los años o viceversa.



Fuente: (www.dreamstime.com, s.f.)



También es importante mencionar que en los establecimientos educativos los escolares están expuestos a consumir cualquier tipo de alimentos, generalmente los kioscos de los establecimientos son lo que venden en mayor proporción la llamada comida chatarra, las cuales sobrepasan las cantidades necesarias de calorías que necesitan y no les entregan los nutrientes correspondientes.

Fuente: (www.imagui.com, s.f.)



Fuente: (www.gopixpic.com, s.f.)

TALLER # 1

TEMA: TIPOS DE NUTRIENTES

Nutriente: es toda sustancia contenida en los alimentos que no puede ser creada en el organismo y cuyo fin es aportar energía, aminoácidos o elementos reguladores del metabolismo. (www.naos.aesan.msssi.gob.es, s.f.)

OBJETIVOS:

- Identificar cuáles son los hidratos de carbono.
- Identificar las grasas y proteínas saludables.
- Establecer el beneficio del agua y las vitaminas.

Actividades:

- Reconocer los minerales, hidratos de carbono, grasas, proteínas, agua y vitaminas.
- Exponer el significado de cada nutriente.
- Buscar la función de cada nutriente.

Minerales:

Son micronutrientes y se dividen en dos categorías: minerales y oligoelementos. Los minerales son: sodio, potasio, cloro, calcio, fósforo, magnesio y azufre. Los oligoelementos son: hierro, zinc, selenio, molibdeno, yodo, cobre, magnesio, flúor y cromo.

Su función principal es facilitar la coagulación sanguínea y ayudar a mantener el ritmo cardíaco normal.

Fuente: (www.imagui.com/, s.f.)

Hidratos de Carbono:

Los hidratos de carbono son macronutrientes proveedores de energía y su función principal es proveer glucosa (azúcar) al cerebro.



Fuente: (www.patxigimeno.es, s.f.)

Estos se dividen en dos tipos: simples y complejos. Los hidratos de carbono simples requieren poca energía para ser degradados y digeridos y se encuentran en las frutas; los complejos, requiere más energía para ser degradados y se encuentran en los cereales, los vegetales y los almidones.

Fuente: (www.imagui.com, s.f.)

Grasas:

Las grasas sirven para transportar y ayudar al cuerpo a absorber las vitaminas liposolubles A, D, E y K.

La grasa también protege los órganos de las lesiones y ayuda a regular la temperatura corporal. Las células grasas almacenan el exceso de energía y son quemadas cuando el cuerpo ha agotado todas las fuentes de energía inmediata de los alimentos.

Las grasas tienen aproximadamente 9 calorías por gramo y deben constituir aproximadamente del 20 al 30 por ciento de la ingesta calórica diaria.



Fuente: (www.botanical-online.com, s.f.)

Fuente: (www.imagui.com, s.f.)



Proteínas:

Las proteínas son tal vez el nutriente más esencial para el crecimiento ya que son los principales componentes estructurales del cabello, los músculos, los huesos, la sangre y las uñas.



Fuente: (www2.esmas.com, s.f.)

Fuente: (www.lapaginadeinesita.blogspot.com, 2014)

Agua:

El agua es conocida también como el nutriente "esencial". Es un macronutriente que principalmente tiene funciones regulatorias dentro del organismo.

Esta es la razón por la que es tan importante que cada día se consuma las 64 onzas (1,8 litros), u 8 vasos, de agua. El agua está presente prácticamente en cada rincón del cuerpo.



Fuente: (www.es.123rf.com, s.f.)

Fuente: (www.es.dreamstime.com, s.f.)



Vitaminas:



Fuente: (www.1001consejos.com, s.f.)

Su principal función es regular y controlar el crecimiento, mantener los tejidos corporales y ayudar a liberar la energía que se almacena en los alimentos para que pueda ser utilizada por el cuerpo. Algunas vitaminas también están involucradas en la producción de glóbulos rojos y hormonas.

Se disuelven en agua y su exceso se elimina como desecho, por lo que consumir más de lo que el cuerpo necesita puede ser dañino.

Fuente: (www.es.dreamstime.com, s.f.)

RECURSOS:

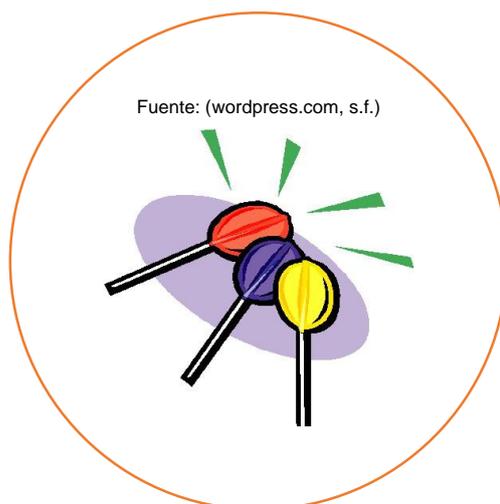
- ✚ Minerales
- ✚ Hidratos de carbono
- ✚ Grasas
- ✚ Proteínas
- ✚ Agua
- ✚ Vitaminas
- ✚ Fotos



Fuente: (www.historiadelarte-geka1.blogspot.com, 2012)



Fuente: (www.centros3.pntic.mec.es,



Fuente: (wordpress.com, s.f.)

Señalar el alimento saludable.

TALLER # 2

TEMA: TIPOS DE COMIDA

La comida son aquellos alimentos que se ingieren para subsistir.
(www.definicion.de/comida, s.f.)

OBJETIVOS:

- Conocer la importancia de los tipos de comida que deben de proveer a los infantes.
- Recomendar alimentos para el refrigerio.
- Estimular al niño al momento de alimentarse.

Actividades:

- Describir como aporta cada uno de los alimentos en la dieta diaria.
- Buscar diferentes menús de alimentos.

El desayuno

Es la primera ingesta de energía de la jornada. Para que sea nutritiva y equilibrada, los expertos recomiendan que sea variada. Debe contener lácteos, cereales, pan y frutas variadas.



Fuente: (www.gifs-animados.es, 2014)



Fuente: (www.marcosparaphotoshop.blogspot.com, 2012)



Refrigerio

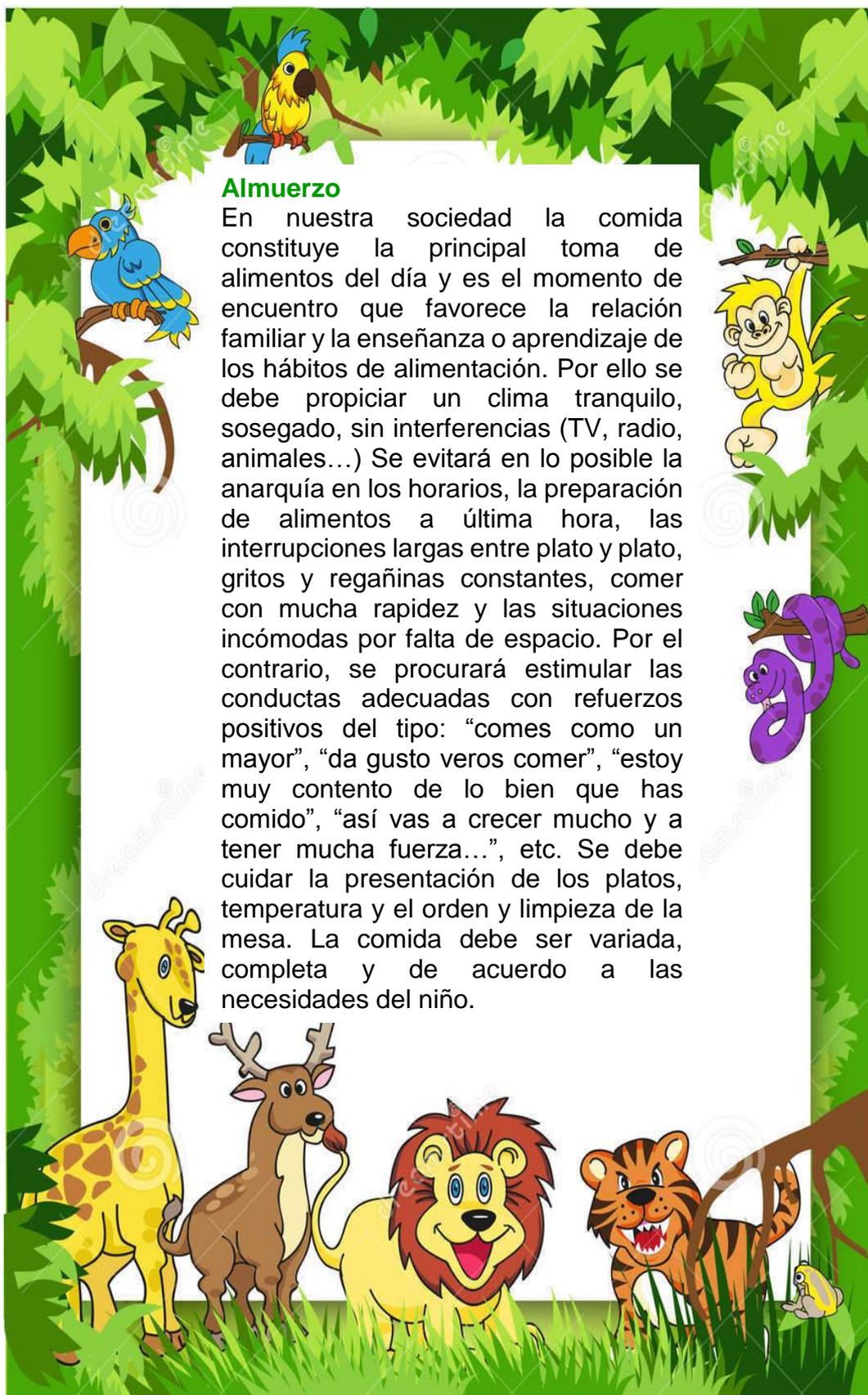
Se recomienda que sean ligeros para que den paso a la comida.

Limitar los productos de repostería industrial, snacks, refrescos y golosinas que “llenan” pero que no nutren (alimentos superfluos con un elevado contenido de calorías, a consumir en pequeña cantidad y esporádicamente).



Fuente: (www.imagui.com, s.f.)

Fuente: (www.colorearyaprender.com, s.f.)



Almuerzo

En nuestra sociedad la comida constituye la principal toma de alimentos del día y es el momento de encuentro que favorece la relación familiar y la enseñanza o aprendizaje de los hábitos de alimentación. Por ello se debe propiciar un clima tranquilo, sosegado, sin interferencias (TV, radio, animales...) Se evitará en lo posible la anarquía en los horarios, la preparación de alimentos a última hora, las interrupciones largas entre plato y plato, gritos y regañinas constantes, comer con mucha rapidez y las situaciones incómodas por falta de espacio. Por el contrario, se procurará estimular las conductas adecuadas con refuerzos positivos del tipo: "comes como un mayor", "da gusto veros comer", "estoy muy contento de lo bien que has comido", "así vas a crecer mucho y a tener mucha fuerza...", etc. Se debe cuidar la presentación de los platos, temperatura y el orden y limpieza de la mesa. La comida debe ser variada, completa y de acuerdo a las necesidades del niño.

Fuente: (www.dreamstime.com, s.f.)



Merienda:

Conviene que sea otro momento de encuentro alrededor de la mesa, en ambiente tranquilo y evitando distracciones. La merienda debe ser más ligera que el almuerzo, y lo antes posible para que dé tiempo de hacer la digestión y dormir bien.

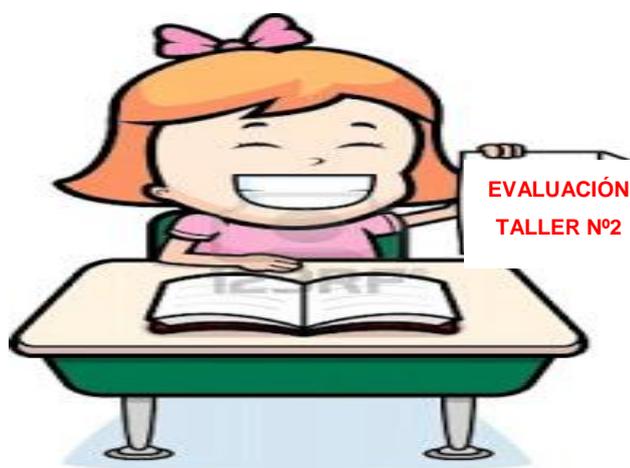


Fuente: (www.series-premium.dibujos.tv, s.f.)

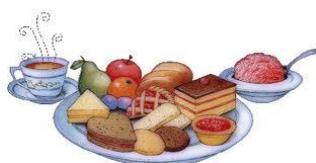
Fuente: (www.es.dreamstime.com, s.f.)

RECURSOS:

- ✚ Frutas
- ✚ Hortalizas
- ✚ Vegetales
- ✚ Lácteos
- ✚ Cárnicos
- ✚ Carbohidratos
- ✚ Fotos



Fuente: (www.fpilips000.blogspot.com, 2013)



Fuente: (www.cali.olx.com.co, s.f.)



Fuente: (www.dreamstime.com, s.f.)

Señalar los alimentos que deben consumir en el desayuno.



TALLER # 3

TEMA: TIPS PARA COCINAR Y CONDIMENTAR

Cocinar: Preparar un alimento para que quede listo para ser ingerido,

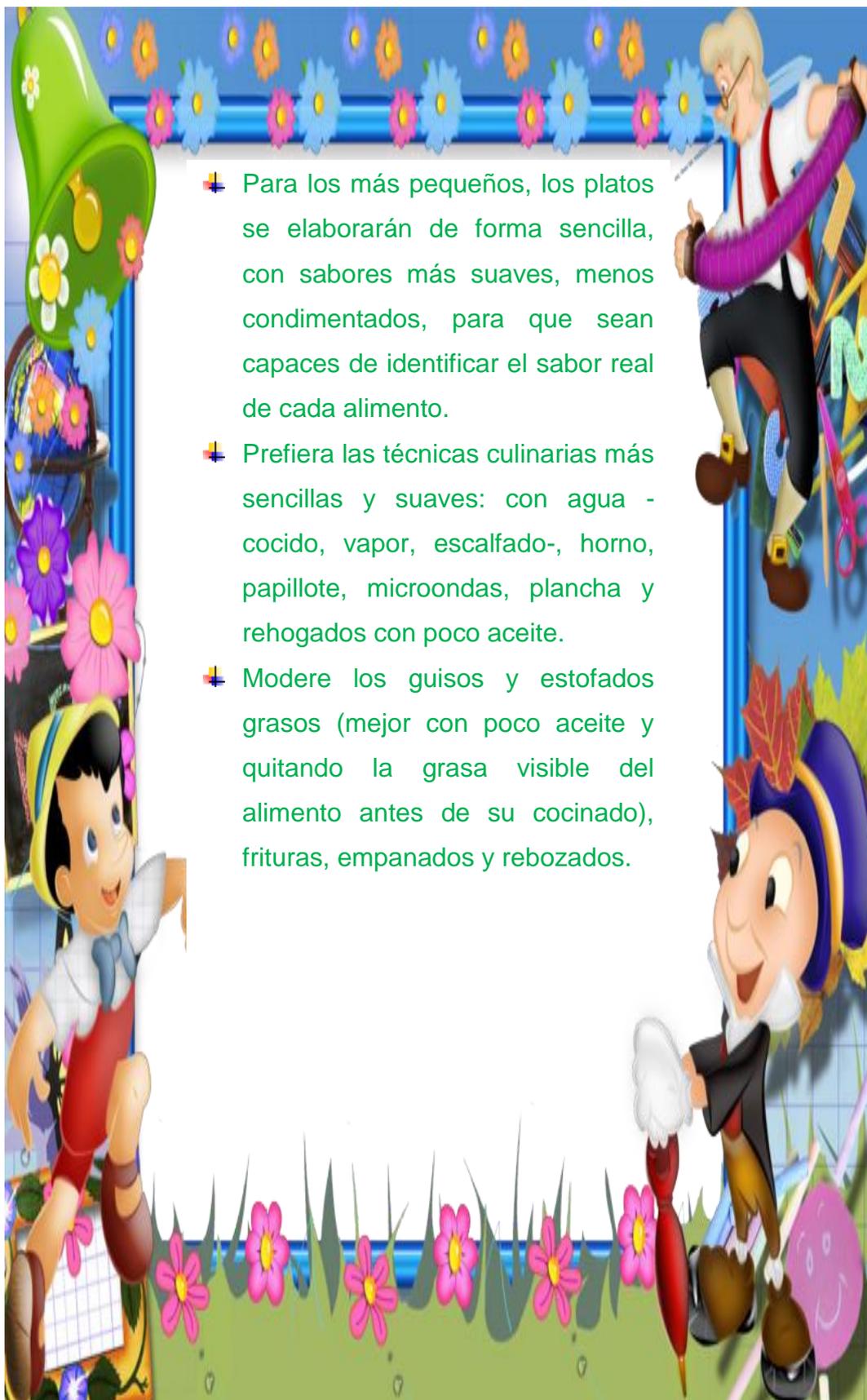
OBJETIVOS:

- Conocer varias maneras de cocinar y condimentar los alimentos para los más pequeños de la casa.
- Proponer condimentos saludables para las comidas.

ACTIVIDAD:

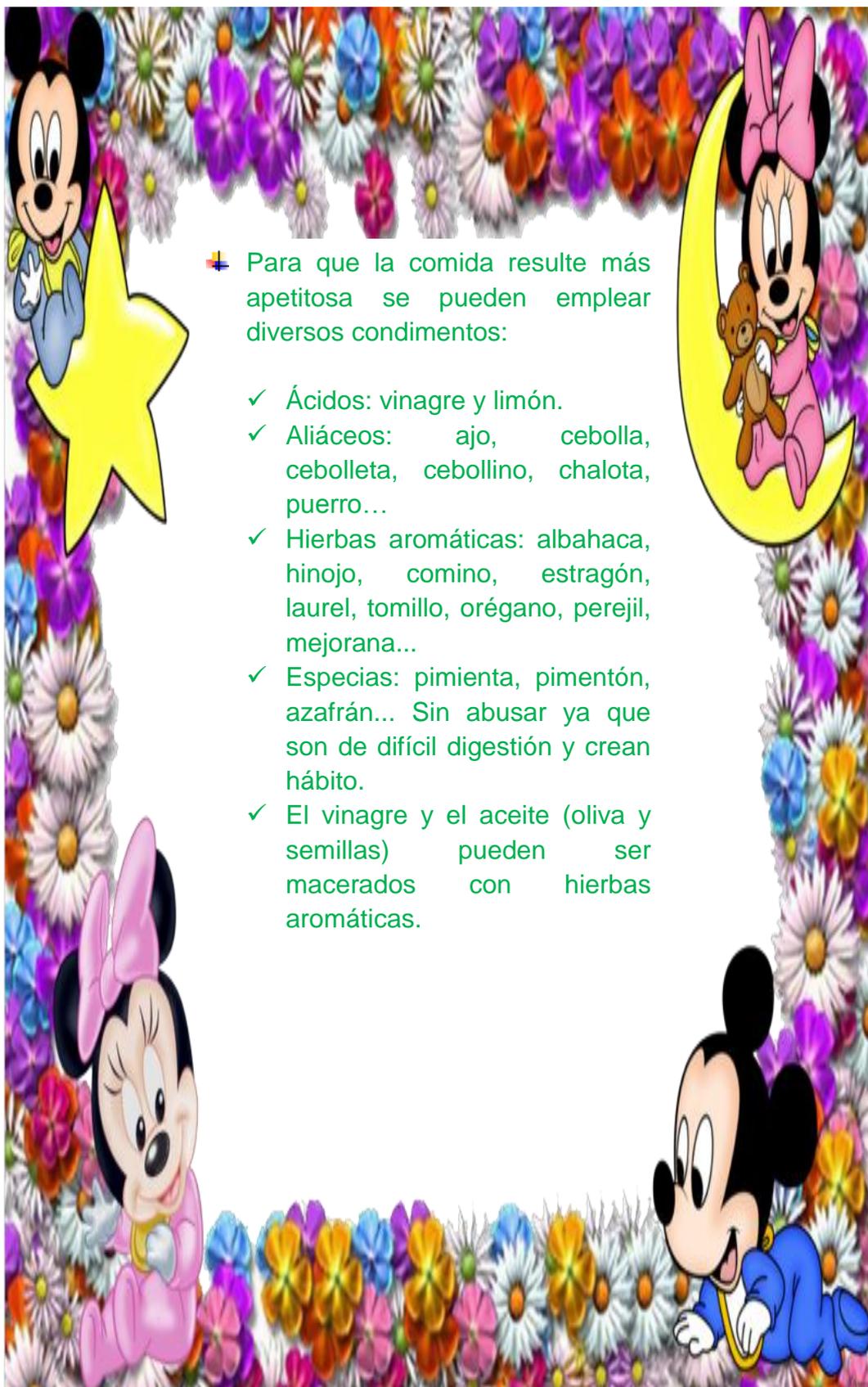
- Buscar condimentos naturales.

Fuente: (www.es.123rf.com, s.f.)



- ✚ Para los más pequeños, los platos se elaborarán de forma sencilla, con sabores más suaves, menos condimentados, para que sean capaces de identificar el sabor real de cada alimento.
- ✚ Prefiera las técnicas culinarias más sencillas y suaves: con agua - cocido, vapor, escalfado-, horno, papillote, microondas, plancha y rehogados con poco aceite.
- ✚ Modere los guisos y estofados grasos (mejor con poco aceite y quitando la grasa visible del alimento antes de su cocinado), frituras, empanados y rebozados.

Fuente: (www.marcosphotoscape.blogspot.com, s.f.)



✚ Para que la comida resulte más apetitosa se pueden emplear diversos condimentos:

- ✓ Ácidos: vinagre y limón.
- ✓ Aliáceos: ajo, cebolla, cebolleta, cebollino, chalota, puerro...
- ✓ Hierbas aromáticas: albahaca, hinojo, comino, estragón, laurel, tomillo, orégano, perejil, mejorana...
- ✓ Especies: pimienta, pimentón, azafrán... Sin abusar ya que son de difícil digestión y crean hábito.
- ✓ El vinagre y el aceite (oliva y semillas) pueden ser macerados con hierbas aromáticas.

Fuente: (www.marcosphotoscape.blogspot.com, s.f.)

RECURSOS:

- + Vegetales
- + Aceites
- + vinagretas naturales



Fuente: (www.muycomputerpro.com, 2010)

- Ajo
- Cebolla
- Comino
- Mostaza

Señale los condimentos saludables para condimentar la carne.



TALLER # 4

TEMA: CÓMO PREPARAR LONCHERAS NUTRITIVAS

Una lonchera saludable es una de las comidas recomendadas para satisfacer parte de la energía y de los nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento y desarrollo del niño. (www.alpina.com.co, s.f.)

OBJETIVOS:

- Conocer las maneras básicas de preparar una lonchera nutritiva y atractiva para la aceptación de los niños.
- Concientizar el uso de recipientes reutilizables para enviar las loncheras.

Actividades:

- ✓ Emplear recipientes reutilizables para loncheras.
- ✓ Buscar formas de presentación de las frutas y vegetales.
- ✓ Buscar alimentos fuentes de calcio.

No solo es importante una lonchera atractiva (en el caso de los más pequeños), sino además pensar “ecológicamente”, y enviar los alimentos en recipientes reciclables y/o reutilizables. Considere:



Fuente: (www.marcospictures.blogspot.com, s.f.)



Fuente:
(www.moshimoshistyles.blogspot.com, s.f.)



(www.ctv.es/USERS/disc
om, s.f.)



Fuente: (www.mehme.cl,
s.f.)

- ✓ Botella plástica para refrescos
- ✓ Termo para la conservación de alimentos calientes.
- ✓ Cajitas plásticas para guardar los alimentos (son ideales las que tienen divisores, ya que a los niños muchas veces no les gusta que sus alimentos se mezclen)
- ✓ Tenedores, cucharas y cuchillos plásticos reutilizables
- ✓ Servilletas de diseños atractivos (en el caso de los más pequeños)

Fuente: (www.marcosphotoscape.blogspot.com, s.f.)



Provisiones nutritivas

✓ Fuentes de proteína:



Fuente: (www.kunachia.com, 2013)

- Atún o pollo enlatado, en agua o con vegetales
- Embutidos livianos de pavo, pollo o cerdo
- Huevo duro, en rodajas con sal, en sándwich o en ensalada
- Frijoles molidos en sándwich o con tortilla de maíz
- Garbanzos para picar, o en ensalada
- Mantequilla baja en grasa.

Fuente: (www.marcosphotoscape.blogspot.com, s.f.)

FRUTAS:



Fuente: (www.lacelebracion.com, s.f.)

- Pincho de frutas
- Ensalada de frutas
- Come y bebe
- Almíbar de fresas
- Almíbar de tomate de árbol
- Mermeladas de fruta fresca



Fuente: (www.lacelebracion.com, s.f.)

Fuente: (www.canstockphoto.es, s.f.)

✓ **Vegetales:**



Fuente: (www.fotosoimagenes.com, s.f.)

Inclúyalos:

- En el sándwich
- Vegetales para picar
- Ensaladas con pollo, ensaladas de pasta con pollo o atún.
- Para favorecer su aceptación, córtelos de formas distintas.

Fuente: (www.es.dreamstime.com, s.f.)

✓ **Fuente de carbohidratos complejos:**

- Galletas de soda integrales
- Galletas con avena y elaboradas con harina integral
- Tortillas de maíz con queso blanco y/o frijoles molidos
- Palomitas de maíz bajas en grasa, palitos de ajonjolí o linaza, biscochos livianos
- Sándwich integral de jamón y queso, mano de piedra, mantequilla de maní o atún
- Cereales



Fuente: (www.infoescuela.com, s.f.)

Fuente: (www.freepik.es, s.f.)

✓ **Fuentes de calcio:**



Fuente: (www.enforma.salud180.com, s.f.)

- Leche descremada en cajita, yogurt líquido bajo en azúcar, batido de leche con fruta
- Jugo de naranja ó fruta fortificado con calcio
- Queso bajo en grasa: palitos de queso mozzarella.
- Opciones dulces moderadas en calorías:
- Queso seco, en un porción moderada.
- Cereal no azucarado ó con poca azúcar (≤ 6 g azúcar / porción)
- Frutas deshidratadas.
- Galletas de avena.
- Galletas sin relleno cremoso.
- Bebidas: Envíe bebidas que aporten nutrientes importantes para el crecimiento, y que no estén cargadas de azúcar.
- Leche descremada.
- Néctares fortificados con vitaminas y minerales.
- Fresco natural hecho en casa con poca azúcar.
- Agua.

¡¡¡Siempre sea creativo!!!



Fuente: (www.cosascositasycosotasconmesh.com, 2013)



Fuente: (www.roc21.blogspot.com, 2013)

RECURSOS:

- ✚ Frutas
- ✚ Vegetales
- ✚ Hortalizas
- ✚ Lácteos
- ✚ Carbohidratos
- ✚ Recipientes con diseños atractivos



EVALUACIÓN TALLER Nº 4

Escoja el recipiente en el que debe
enviar los jugos a su hijo.



Fuente: (www.fundamerani.org, s.f.)

a)



Fuente: (www.spanish.alibaba.com, s.f.)

b)



TALLER # 5

TEMA: QUÉ ALIMENTO NO INCLUIR EN LAS LONCHERAS NUTRITIVAS

Comida chatarra: es percibida como insalubre o con poco valor nutritivo, la cual contiene altos niveles de grasas, sal o carbohidratos y numerosos aditivos alimentarios; al mismo tiempo, con carencia de proteínas, vitaminas y fibra, entre otros (www.uees.la/comida-chatarra, s.f.)

OBJETIVOS:

- Conocer que tipos de alimentos no deben incluir en la alimentación de los niños para prevenir el sobrepeso.
- Incentivar a los padres de familia a practicar ejercicio.

ACTIVIDAD:

- ✓ Buscar alimentos considerados como chatarras.

QUÉ ALIMENTOS NO INCLUIR...



Fuente: (www.taringa.net, s.f.)

Con el fin de prevenir el sobrepeso y una alimentación con “calorías vacías”, no se recomienda incluir de manera rutinaria los siguientes alimentos:

- Paquetitos de galletas / chocolate / etc. de más de 150 kcal / porción
- Repostería
- Papas tostadas y/o similares
- Frescos artificiales altamente azucarados
- Además, dinero para que el niño compre
- a su antojo papas fritas, comidas rápidas, gaseosas y demás alimentos cargados de grasa, colesterol y azúcar.



Fuente: (yucatan.com.mx/gastronomia, s.f.)



Fuente: (www.personal.globered.com, s.f.)

No olviden que el ejercicio también es saludable...



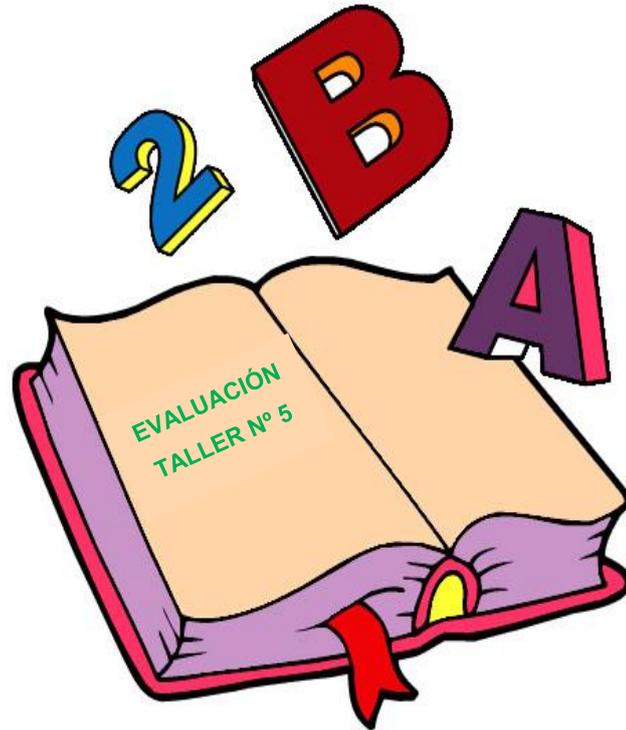
Fuente: (www.blogparamamas.com, s.f.)

Estimados padres y madres de familia:

1. No hay duda que la mejor manera de alimentar adecuadamente a nuestras hijas e hijos es ofrecerles una amplia variedad de alimentos de la zona en condiciones higiénicas.
2. Recuerde que las niñas y los niños aprenden imitando a sus padres, por eso usted debe dar el ejemplo.
3. No debe forzar a su hija o hijo a comer. Si tiene alguna dificultad con el consumo de algún alimento converse con ella o él y cámbielo por otro, recuerde que no hay alimentos indispensables.
4. A veces la prisa por llegar a la escuela y el sueño al inicio de la mañana, impide la toma de un desayuno adecuado, lo que puede causar una disminución de la atención y del rendimiento académico de sus hijos en las primeras horas de clase. Es por eso muy importante que la familia organice su tiempo para que los escolares puedan disfrutar de un desayuno sin prisa.
5. También es importante que las niñas y los niños realicen actividad física, esta no tiene que ser solo una actividad competitiva, sino relacionarla al juego y recreación al aire libre en familia.

RECURSOS:

- ✚ Chocolates
- ✚ Snacks
- ✚ Repostería
- ✚ Dulces
- ✚ Sodas



Fuente:(www.pixmac.es, s.f.)

Que alimentos no debo incluir en la alimentación de los niños.

TALLER # 6

TEMA: CONOCIENDO LOS DULCES SANOS

Dulces sanos. Son los derivados de las frutas.

OBJETIVOS:

- Conocer la importancia y valor nutritivo de las frutas y la función que cumplen en el organismo.
- Determinar el valor curativo de las frutas.

ACTIVIDADES:

- ✓ Seleccionar frutas más conocidas.
- ✓ Describir las características de cada fruta.



AGUACATE: Es de fácil digestión, ayuda en caso de problemas estomacales e intestinales y estimula e hígado.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

ALBARICOQUE: Regulan el metabolismo, son muy diuréticos y ayudan en las dietas adelgazantes.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



BANANA: Tiene funciones protectoras para el corazón y los vasos sanguíneos y ayuda a aliviar el síndrome premenstrual.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

CEREZA: Son recomendables para los niños por su alto contenido vitamínico, el cual fomenta el crecimiento y el desarrollo.



CIRUELA: Son energéticas (por su rico contenido en hidratos de carbono), diuréticas y laxantes (especialmente las ciruelas secas), y se recomiendan en casos de fatiga.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

FRAMBUESA: Son beneficiosas para la mala circulación, fortalecen los vasos capilares, tonifican el hígado, bajan la fiebre y son digestivas.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

FRESA: Las fresas tienen propiedades astringentes y diuréticas y regulan las funciones hepáticas y glandulares.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

HIGO: Los higos refuerzan el sistema nervioso y el cerebro, son eficaces contra los trastornos respiratorios y son beneficiosos para las úlceras bucales, los abscesos y la gingivitis debido a su alto contenido en calcio.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



KIWI: El kiwi contiene mucha vitamina C, Los kiwis tienen una enzima que disuelve las proteínas, facilita la digestión y ayuda a limpiar la sangre del colesterol.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



LIMÓN: El limón posee nutricionalmente todas las características de las frutas cítricas, aunque menos azúcares que las naranjas.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

MANZANA: Es excelente auxiliar para el estreñimiento y la diarrea. Tonifican y fortalecen el organismo en general y son muy buenas para los dientes, sobre todo si se comen a mordiscos, ya que protegen y limpian las piezas dentales y ayudan a desinflamar las encías. Son recomendadas para el cansancio, ya sea físico y mental, estrés, anemia y desmineralización.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



MELÓN: Los melones son diuréticos y laxantes y resultan útiles en los problemas de retención de líquidos y en casos de reuma o artritis. Son excelentes reguladores del nivel de ácido úrico y limpian los riñones.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

NARANJA: Las naranjas son estomacales, antiespasmódicas y digestivas, refuerzan el sistema inmunitario y actúan como purificador natural de la sangre y sedante del sistema nervioso.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



MANDARINA: Las mandarinas poseen un notable efecto calmante sobre el sistema nervioso, muy adecuado para evitar el insomnio.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

MANGO: Posee un valor energético que aumenta con la maduración del fruto.



También es un fruto con un alto contenido en potasio.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



MARACUYÁ: La pulpa y el zumo del maracuyá son ricos en calcio, hierro y fósforo, además de vitaminas A y C. Su jugo se recomienda para combatir la hipertensión, y tiene también ligero efecto sedante.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

PERA: Constituye la fruta más adecuada para tratar las afecciones de reuma, gota y artritis, ya que su combinación de azúcares naturales, pectina y taninos, disuelve el ácido úrico del organismo.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

Esta fruta es excelente para los niños, y por su sabor y textura, resulta ideal para que ellos se inicien en la costumbre de comer fruta fresca



PIÑA: Esta deliciosa fruta puede utilizarse para desintoxicación del organismo, y es una buena Fuente de vitamina C, contiene varias vitaminas del grupo. La piña resulta muy beneficiosa para las personas que sufren estreñimiento crónico o padecen inapetencia.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



SANDIA: Es una de las frutas más refrescantes. Es prácticamente agua, y su contenido en azúcares no llega ni a la mitad del melón. La sandía previene los procesos degenerativos, tiene propiedades diuréticas y limpia los riñones. Es una fruta muy depurativa que se digiere con facilidad.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

UVA: La uva es uno de los mejores frutos tonificantes para el sistema nervioso, muy útil para tratar la pérdida de energía, el cansancio y la fatiga. Las uvas también se recomiendan en casos de dispepsia, estreñimiento, hemorroides, trastornos hepáticos, alergias, diabetes, y retención de líquidos.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

RECURSOS:

✚ Frutas

EVALUACIÓN TALLER Nº 6



FUENTE:(www.imagenesy dibujosparaimprimir.com, 2011)

¿Qué beneficios tiene el consumo del higo?

TALLER # 7

TEMA: CONOCIENDO LAS VERDURAS Y HORTALIZAS

Verduras y hortalizas: son ricas en vitaminas, minerales, fibra y, en menor medida, en almidón y azúcares, hecho que explica su bajo aporte calórico. Son también una fuente indiscutible de sustancias de acción antioxidante. Por todo ello se consideran fundamentales para la salud e indispensables dentro del concepto de dieta equilibrada. (www.alimentacion-sana.org, s.f.)



FUENTE: (www.huercasa.com, s.f.)

OBJETIVOS:

- Conocer la importancia y valor nutritivo de las verduras y hortalizas.
- Identificar la función que cumple en el organismo el consumo de verduras y hortalizas.

ACTIVIDADES:

- ✓ Buscar las verduras y hortalizas más conocidas.
- ✓ Indagar las propiedades nutritivas de las hortalizas y verduras.



ALCACHOFA: Las alcachofas son energéticas, estimulantes y tonificantes, especialmente para el hígado y los riñones, lo que favorece el metabolismo de las grasas en general.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

APIO: Realza el sabor de jugos y batidos. Constituye un tónico estupendo para los nervios y remineraliza el organismo. Muy suave para el aparato digestivo, facilita la asimilación de otros alimentos. Es uno de los mejores remedios que existen contra la gota, el reumatismo, los cólicos nefríticos y la ictericia.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



BERRO: Empléelo en jugos, donde dará un contrapunto picante.

Si lo mastica lentamente evitará inflamaciones e infecciones en las encías.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

BRÓCOLI: es perfecta en jugo, ya que así conserva las vitaminas A, B y C que contiene, además de hierro, potasio, calcio, cobre y zinc.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

Se recomienda para la artritis, el reuma y para personas que padecen retención de líquidos.



CALABACIN: Si es tierno, no hace falta pelarlo. El calabacín es diurético y laxante, y si se utiliza en el anochecer, actúa como un buen sedante para el sistema nervioso

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

CALABAZA: La pulpa de la calabaza es expectorante, diurética y laxante. Las semillas son muy nutritivas y tienen efecto calmante sobre el sistema nervioso.



CEBOLLA: Es una incondicional en r FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)
cocina y es sumamente saludable. Si se consumen crudas, actúan como tónico y estimulante del sistema nervioso y del hígado.

COL: Rica en vitaminas A, B y C y en calcio, yodo, hierro, magnesio, fósforo, potasio y azufre. La col y las coles son muy eficaces en problemas respiratorios como asma, tos y



FUENTE: (www.cocinadehogar.com,



COLIFLOR: Cómprelos y úselos frescos, preferentemente crudos, para obtener el beneficio completo de las vitaminas.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

ESPARRAGOS: Los espárragos son diuréticos y purificadores. Se aconsejan asimismo, a las personas que padecen diabetes o hipoglucemia.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



ESPINACAS: Las espinacas contienen calcio para huesos y músculos. Las espinacas son buenas para el corazón, la anemia, los nervios las depresiones, la fatiga entre otros.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

LECHUGA: Rica en vitaminas. Es un gran remedio contra el insomnio, ya que tiene un notable efecto calmante sobre el sistema nervioso.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



NABO: El nabo es muy rico en calcio y también es una buena Fuente de magnesio, potasio y hierro. Se recomienda para recuperar un sistema nervioso cansado y deficiente, para desintoxicar el organismo y purificar la sangre.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

Los nabos deberían formar parte de la dieta de quienes sufren problemas asmáticos o alergias.

PATATAS-PAPA: Las patatas contienen muchos minerales, principalmente potasio, y contribuyen a la dieta diaria, aportando proteínas de gran calidad, fibra y vitaminas del grupo B. Las patatas disminuyen la acidez del organismo.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

Las patatas al horno son las más nutritivas y contienen fibra dietética muy valiosa. Para que se conserven todos sus nutrientes, también puede hervirlas con piel.



PEPINO: Contiene vitaminas A y C, calcio, hierro, magnesio, fósforo y potasio, pero su mejor función es que purifica la sangre y favorece la diuresis

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

PIMIENTOS: Son ricos en vitaminas A y C y minerales. Para preparar los pimientos, hay que lavarlos, secarlos y quitarles las semillas. Coma pimientos verdes y rojos crudos para obtener el máximo beneficio nutricional.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



TOMATE: El tomate es el abanderado de prácticamente todas las recetas, sobre todo en su modo de empleo, más popular, la salsa de tomate.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

El tomate constituye una buena Fuente vitamina C y un ingrediente impagable en la cocina, ya que resulta delicioso crudo, con el simple aderezo de sal y aceite de oliva, mezclado con todo tipo de verduras y hortalizas en ensaladas.

Son muy ricos en vitaminas y minerales, sobre todo potasio, pero su piel no es recomendable para estómagos delicados o para personas con tendencia a padecer de piedras en el riñón.

RABANO: Rico en vitamina B y C, calcio, yodo, hierro, fósforo y potasio. Posee propiedades expectorantes, combate la bronquitis, resfriados, gripes, y es antiséptico.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)



REMOLACHA: Hay que limpiarla y pelarla con cuidado para evitar que pierda la vitamina C. Es muy energética, fortalece el aparato digestivo, facilita el crecimiento de los huesos y tiene un efecto sedante de los nervios.

FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

ZANAHORIAS: Las zanahorias sirven para tratar numerosos problemas digestivos como colitis y diarrea. Estimula el hígado y fluidifican la bilis, refuerzan el sistema inmunitario, benefician a la piel y la sangre y son excelentes para mejorar la vista.



FUENTE: (www.cocinadehogar.com, s.f.)

RECURSOS:

✚ Hortalizas

✚ Verduras

EVALUACIÓN TALLER N° 7



¿Qué Hortaliza Proporciona
Vitaminas A, B, C?

FUENTE: (www.imagui.com, s.f.)

TALLER # 8

TEMA: ¡¡¡LA PATATA Y EL TOMATE!!!!

La patata: es una planta cuyo tubérculo comestible es uno de los principales alimentos de la humanidad. (www.guiametabolica.org, s.f.)

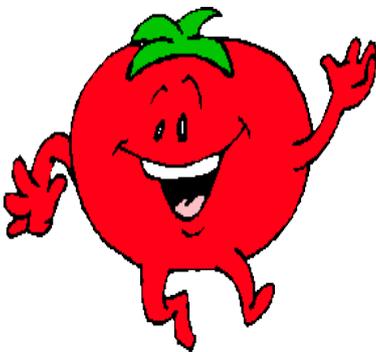
Tomate: es un fruto carnoso de color rojo, saludable y nutritivo.

OBJETIVOS:

- Escuchar el cuento y conocer la importancia de la variada alimentación.
- Identificar las diferentes verduras y legumbres del cuento.

Actividad:

- Contar el cuento con mímica.



Fuente: (www.imagui.com, s.f.)



Fuente: (zakuvavanje.org, s.f.)

Érase una vez una patata que creció mucho le salieron brazos y piernas pero la señora coliflor que era pequeña y no crecía. Ella quería crecer como la patata no podía. Un día la patata desapareció, se la comieron.

La señora coliflor se quedó muy triste pero no tardó en recuperarse porque nacieron más patatas.

Un señor que paso por ahí se llevó a la señora coliflor y se la comió.
Después nacieron más plantas, como un tomate, otra coliflor, una
lechuga, una cebolla, etc. Estas verduras no desaparecieron.
La patata y el tomate finalmente se hicieron novios, se compraron un
tractor y vivieron felices y comieron perdices.

Fuente: (www.cuentosinfantilescortos.net, 2013)

RECURSOS:

-  Cuentos infantiles
-  Tomate
-  Patata

EVALUACIÓN TALLER N° 8

¿Los alimentos provenientes de la tierra desaparecen?

TALLER # 9



TEMA: CANCIÓN SOMOS LAS VERDURAS

Las verduras: con el nombre de hortalizas o verduras se distingue a las plantas que tienen partes comestibles que pueden ser su raíz, tallo, hojas, flores y frutos. (www.esmas.com, s.f.)

OBJETIVOS:

- Escuchar y memorizar los versos de la canción y conocer la importancia de cada una de ellas.
- Incentivar al consumo de verduras por medio de una canción.

Actividades:

- Cantar la canción en forma grupal e individual.
- Cantar la canción junto con las maestras.



FUENTE: (todofondos.com, 2014)

Mami yo quiero comer verduras
dime mamita ¿qué puedo hacer?
mami yo quiero comer verduras
y una ensalada quiero yo hacer

escoge un tomatito
que chapeado esta
con su sombrero que elegante va

y la zanahoria, que coqueta esta
con su minifalda quiere impresionar

mira que chiquita esta la gordita
esa lechuguita para saborear
y el cara de papa tiene que salir
pues su trajecito quiere ya lucir

y la cebollita, mira qué bonita
esta chifladita pues se va a casar
con ese pepino, cara de pingüino
¿quién será el padrino?
no se quién será.

Fuente: musica.com

RECURSOS:

- 🎵 Reproductor de música
- 🎵 Canciones divertidas

EVALUACIÓN TALLER N° 9

Elaborar una ensalada de tomate, zanahoria, lechuga, cebolla y pepino.

TALLER # 10



TEMA: DRAMATIZACIÓN DE UNA CANCIÓN SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Dramatización: es una representación de una determinada situación o hecho.

OBJETIVOS:

- Escuchar y dramatizar los aspectos más importantes de la canción para conocer la importancia de los alimentos que se mencionan en ella.
- Aprender a rimar frases con las verduras.

Actividades:

- Confeccionar disfraces de verduras.
- Formar 2 grupos de personas.
- Cantar la canción colocándose el disfraz.

Somos las verduras, tus amigas queremos ser
Somos nutritivas, te cuidamos el cuerpo y la piel!!!



FUENTE: (www.todohalloween.net,

Yo soy la espinaca, flaca, flaca, flaca
Yo soy la lechuga uga, uga, uga
Yo soy el pepino
Yo la coliflor
Yo la calabaza
Y yo soy la col!!!

Soy la berenjena, buena, buena, buena

Yo soy el chayote y estoy muy grandote!!!
Los chiles aquí estamos!!!
La acelga ya llegó!!! Todos te ayudamos a la digestión.



Ricas ensaladas con nosotras podrás hacer
Siempre que nos uses, tú nos debes lavar muy bien!!!

Te damos minerales, agua y vitaminas,
si nos comes frescas será mucho mejor.

FUENTE: (www.cosascositasycosotasconmesh.com, 2013)

Nunca, nos olvides!!!

Pues nosotras tus amigas ya queremos ser comidas
cada día como hoy!!!

RECURSOS:

- + Reproductor de música
- + Canciones divertidas
- + Pinturas, cartulinas de color, fomix, marcadores
- + Disfraces

EVALUACIÓN TALLER N° 10

Disfrazarse de algún tipo de verdura en casa para motivar al niño a comer.

TALLER # 11
TEMA: COLLAGE DE ALIMENTOS SALUDABLES



El collage: es una técnica artística, consistente en el pegado de diversos fragmentos de materiales sobre una superficie; es decir en ensamblar elementos variados en un todo unificado. (www.ceibal.edu.uy, s.f.)

Objetivos:

- Realizar un collage para la clase y colgar como un recordatorio de la elección de alimentos saludables.
- Incentivar al niño al consumo de verduras a través de los colores.

Actividades:

- 🍎 Entregar a los niños una revista que contengan imágenes de comida.
- 🍎 Elegir revista con temas de cocina.
- 🍎 Entregar una hoja de tamaño A4 de cartulina con el diseño de una flor para la actividad.
- 🍎 Entregar a cada niño/a un par de tijeras y una barra de pegamento.
- 🍎 Ayuda a los niños elegir alimentos saludables y nutritivos para cortar y pegar en el cartel.
- 🍎 Hablar acerca de los beneficios de los alimentos nutritivos, a medida que los niños cortan y pegan.
- 🍎 Pegar dentro de la flor las imágenes recortadas.



Fuente: <http://cocina4aldeas.blogspot.com/2012/03/collage-de-los-alimentos-5-llanos.html>

RECURSOS:

- + Revistas
- + Tijeras
- + Cartulina de colores
- + Barra de goma

EVALUACIÓN TALLER Nº 11



Fuente: (salaamarilla2009.blogspot.com, 2009)

Recortar de revistas usadas alimentos saludables y pegarlas en la flor.

TALLER # 12
TEMA: ARMAR LA PIRÁMIDE ALIMENTICIA



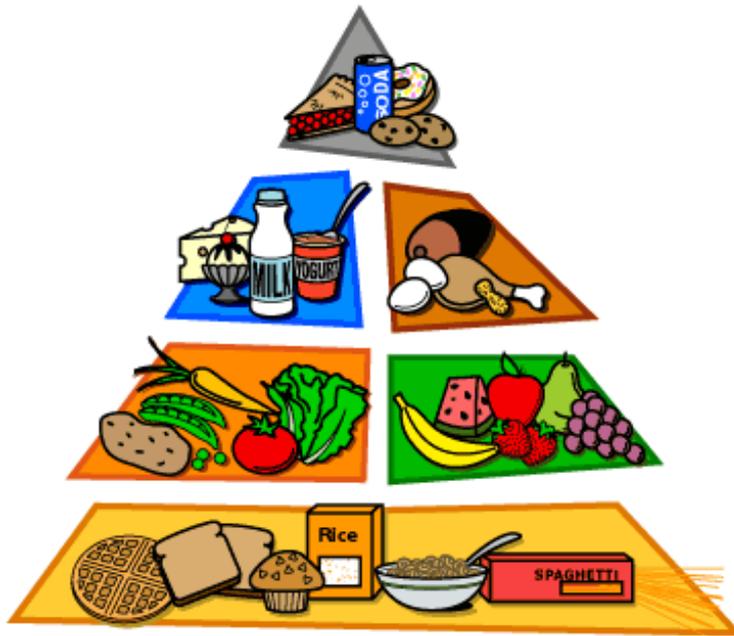
Pirámide alimenticia: constituye una guía alimentaria. Es una figura que orienta de forma sencilla a la población sobre el tipo de alimentos que son necesarios para llevar una dieta equilibrada y su frecuencia de consumo más recomendable. (www.pronaca.com, s.f.)

Objetivos:

- Enseñar a los niños acerca de los grupos de alimentos y porciones diarias recomendadas (nutritivos y chatarra).
- Armar la pirámide alimenticia escogiendo los alimentos más saludables.

Actividades:

- ✚ Observar el formato de la pirámide alimenticia
- ✚ Muestra a los alumnos los seis colores de la pirámide.
- ✚ Habla acerca de los alimentos representados por los colores.
- ✚ Dibujar líneas para dividir la forma en las secciones de la pirámide alimenticia.
- ✚ Entregar siluetas de alimentos a los niños para utilizarlos en la pirámide alimenticia.
- ✚ Ayudar a los niños a armar el color correcto de la pirámide para cada sección.
- ✚ Señalar y pronunciar los alimentos que constan en la pirámide.



FUENTE: (mentamaschocolate.blogspot.com, 2012)

RECURSOS:

- + Pinturas ó colores
- + Marcadores
- + Cartulinas
- + Diseños de frutas, verduras y hortalizas

EVALUACIÓN TALLER Nº 12



FUENTE: (fazendoanossafesta.com, 2012)

Señalar los alimentos que se deben consumir en mayor proporción.

TALLER # 13

TEMA: DRAMATIZACIÓN, JUGANDO AL MERCADO



OBJETIVOS:

- Establecer un juego de correspondencias para los niños a partir de alimentos de juguetes plásticos.
- Trabajar en equipo y reconocer alimentos saludables.

Si el ambiente de aprendizaje del juego de su salón no está equipada con grandes cantidades de comida de plástico, comprar un juego en una tienda donde se vendan juguetes.

Actividades:

- Para hacer el juego, revisar la pirámide de alimentos. Seleccionar los alimentos del juego en la pirámide alimenticia.
- Colocar los personajes para el desarrollo del juego y los demás niños hacer las veces de compradores.
- Poner la comida en una canasta de plástico.
- Dejar que los niños seleccionen los alimentos de juguete.
- Pedir a otros niños que participen en el juego.



FUENTE: (www.juguetesdivertidos.com, s.f.)

FUENTE: (www.amazon.es, 2011)

Recursos:

- ✚ Juguetes de plástico: frutas, verduras y hortalizas
- ✚ Canastas y/o recipientes.

EVALUACIÓN TALLER Nº 13

Reconocer las verduras, frutas y cereales.

TALLER # 14

TEMA: JUEGO DE ALIMENTACIÓN CON PLATOS DESECHABLES

OBJETIVOS:

- Concientizar a los niños a consumir alimentos nutritivos que le ayuden a crecer sanos y fuertes.
- Identificar los diferentes tipos de alimentos sanos.

Actividades:

- Obtener un montón de anuncios de comestibles en el mercado local antes de la presentación de la actividad de alimentación platos desechables a los niños.
- Dar a los niños platos desechables del tamaño de una comida nutritiva con alimentos de juguetes de plástico.
- Dejar que cada niño vea a través de un anuncio de comestibles para seleccionar juguetes de los elementos que componen una comida saludable.
- Hablar con los niños sobre cómo hacer buenas elecciones de alimentos en cada comida.
- Instruir a los niños para que ubiquen los juguetes seleccionados en los platos desechables.
- Dejar que cada niño exponga y describa su plato terminado en la clase.



FUENTE: (innerchildfun.com, 2011)

RECURSOS:

- ✚ Anuncios, volantes y/o revistas con contenido alimenticio
- ✚ Platos desechables
- ✚ Juguetes de plástico: frutas, verduras y hortalizas



EVALUACIÓN TALLER Nº 14

Detallar los alimentos que
contiene el plato.

TALLER # 15

TEMA: ADIVINANZAS



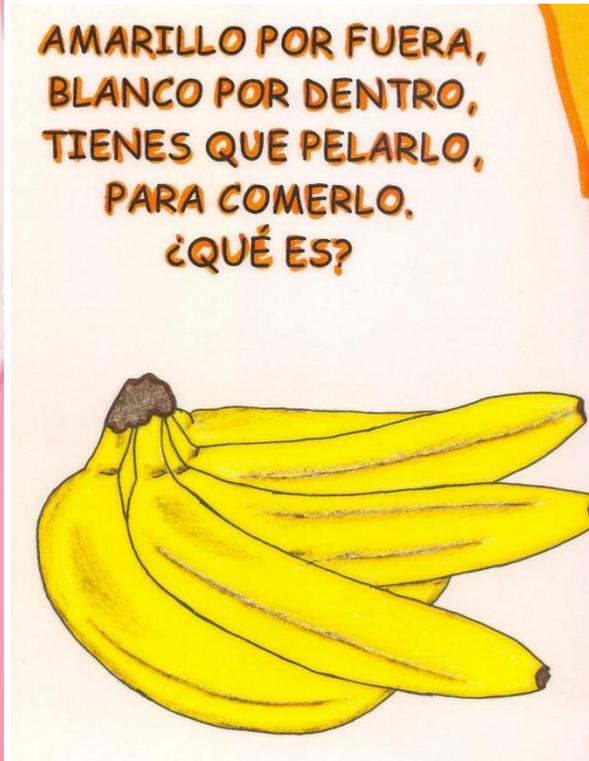
Adivinanzas: Las adivinanzas son dichos populares en verso en los que, de una manera encubierta, se describe algo para que sea adivinado por pasatiempo. Son juegos infantiles de ingenio que tienen como objetivo entretener y divertir a los niños pero que, además, contribuyen al aprendizaje, la enseñanza de nuevo vocabulario y a la difusión de las tradiciones. En las adivinanzas la poesía, el ingenio y la tradición popular se mezclan para crear un universo de enigmas y retos imaginativos para los niños. (www.elhuevodechocolate.com, s.f.)

OBJETIVOS:

- Retroalimentar el aprendizaje de una adecuada alimentación.
- Reconocer los alimentos entre frutas, verduras y hortalizas.

Actividades:

- ✓ Buscar adivinanzas fáciles de comprender.
- ✓ Incluir en la adivinanza el dibujo al cual pertenece.

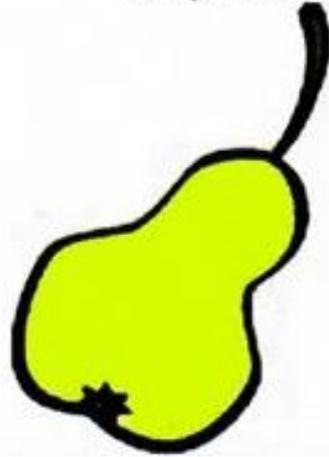


Fuente: (escuelaespecialabierta.blogspot.com,



Fuente: (escuelaespecialabierta.blogspot.com, 2010)

Blanca por dentro
y verde por fuera,
si quieres que te diga lo que
espera.



La pera

Fuente: (www.gopixpic.com, s.f.)



Fuente: (losduendesyhadasdeludi.blogspot.com, 2012)

Soy ave y no tengo alas,
llana es mi condición,
lo que más sabroso tengo,
es mi humilde corazón.



Es como algunas cabezas
y lleva dentro un cerebro
si la divido en dos piezas
y la como, lo celebro.

No toma té, ni
toma café, y está
colorado, dime
¿quién es?



Son de color chocolate,
se ablandan con el calor
y si se meten al horno
explotan con gran furor.



Adivinanzas



Fuente: (desvan-lectura.blogspot.com, 2009)

RECURSOS:

- + Adivinanzas
- + Juguetes de plástico: frutas, verduras y hortalizas

EVALUACIÓN TALLER Nº 15

Responder la siguiente adivinanza: Blanca por dentro, verde por fuera, si quieres que te lo diga lo que es pera.

Taller # 16
TEMA: ROMPECABEZAS



Rompecabezas: son piezas comúnmente planas que combinadas correctamente forman una figura, un objeto o una escena. (www.peques.com, s.f.)

OBJETIVOS:

- Desarrollar motricidad fina a través del rompecabezas.
- Reforzar la importancia de una buena nutrición que es la base fundamental de un buen aprendizaje.

Actividades:

- ✓ Incluir rompecabezas fáciles de armar.
- ✓ Incluir rompecabezas de alimentos sanos.



Fuente: (/itunes.apple.com, s.f.)

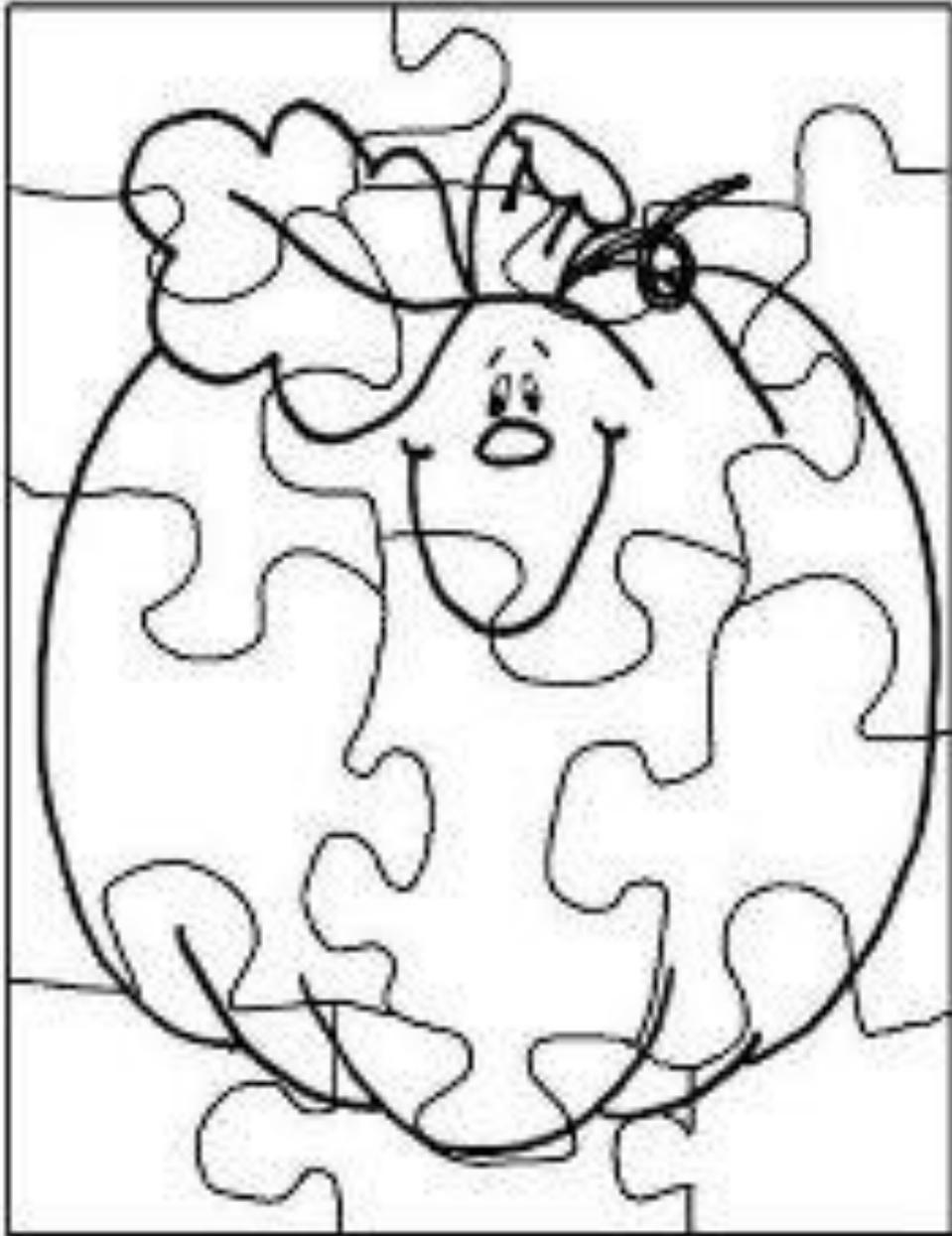


Fuente: (spanish.alibaba.com, s.f.)



Fuente: (play.google.com, s.f.)

EVALUACIÓN TALLER Nº 16



FUENTE: (cosquillitasenlapanza2011.blogspot.com, 2012)

RECURSOS:

 Rompecabezas

Armar y pintar el rompecabezas.

6.7. Impactos

6.7.1. Impacto Social.

La alimentación es el pilar fundamental donde se forman niños/as en forma integral, por esta razón la presente investigación es de gran importancia ya que los niños a través de canciones, cuentos, dramatizaciones, adivinanzas, casa abiertas, preparación de recetas nutritivas, se conseguirá un crecimiento óptimo y saludable, como la colaboración entre ellos, fomentando las relaciones interpersonales, logrando así que participen en el desarrollo de habilidades, destrezas, con otras personas, los niños crecen y se desarrollan adecuadamente si están sanos, se alimentan de acuerdo a sus requerimientos y se encuentran en un ambiente de protección y amor integrándose a la comunidad social y cultural a la que pertenecen.

6.7.2. Impacto Educativo.

Al ser la educación el medio más idóneo de resolver las grandes problemáticas sociales y constituirse como la mejor forma de desarrollo personal, una guía con estrategias metodológicas para una alimentación saludable en base a técnicas grafoplásticas, técnicas lúdicas juegos dramatizaciones y talleres, es el mecanismo que permite a los niños a su crecimiento en forma integral.

Una de las maneras de asegurar el crecimiento y desarrollo adecuado de los niños es realizar controles frecuentes con personal calificado, donde valorará en su peso, talla y estado nutricional.

6.7.3. Impacto Pedagógico.

Se considera que la educación es un proceso que prepara al hombre a enfrentar la vida, por ello, frente a la estrecha relación que existe entre educación, alimentación, y aprendizaje, se incentivará a los docentes, padres de familia y estudiantes, a poner en práctica la guía y la aplicación de estrategias metodológicas relacionadas con la alimentación saludable y su influencia en el aprendizaje.

6.8. Difusión

Esta investigación al ser una iniciativa didáctica con importantes aportes sobre estrategias para conseguir una alimentación saludable, en los niños de la Escuela Princesa Pacha, y del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” cuyo contenido estuvo orientado en beneficio de una alimentación saludable y su influencia en la adquisición del aprendizaje significativo, constituyéndose en herramientas de ayuda dentro de la labor educativa cuando sea puesta en práctica con los educandos.

6.9. Bibliografía.

- Aguilar, R. M. (2006). La guía didáctica, un material Educativo para promover el aprendizaje autónomo. (U. A. México, Ed.) Loja. Recuperado el 7 de 10 de 2014
- Avila, A., & Curiel, T. (2002). Libro de Alimentación. Montevideo: ByCadiexInternatioanal S.A,.
- Becerra Paquita. (2006). Currículo Institucional de Educación Inicial. Quito- Ecuador: Centro Gráfico.
- Beltrán, C., & Cadena, S. (2014). “Estrategias Metodológicas para Desarrollar la Inteligencia Lingüística en los Niños de Primer Año de Educación Básica Inferior de la Unidad Educativa “Dos de Marzo”, de la Ciudad de Atuntaqui en el año Lectivo 2012-2013. Ibarra: Universidad Técnica del Norte.
- Constitución de la República del Ecuador. (2008). Capítulo tercero Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria. Montecristi: Asamblea Nacional Constituyente.
- Contero, D. (2012). Diseño y aplicación de una guía didáctica de práctica de laboratorio de física para propiciar el aprendizaje significativo de los estudiantes de tercer año de bachillerato de la unidad educativa universitaria “Milton Reyes” durante el año lectivo 2011 – 2. Ecuador: Universidad Nacional de Chimborazo.
- Cristobal, C., Fornós, A., & etal. (2010). La atención temprana: un compromiso con la infancia y sus familias. Editorial UOC.
- Curiel, T. (2002).
- Espinoza Ana. (2007). Manual del Educador Infantil, Volumen 1, . Santafé de Bogota: McGRAW-HLL / INTERAMERICANA S.A.
- Gil, Á. (2010). Tratado de Nutrición: Nutrición Clínica. Ed. Médica Panamericana.
- Gisper, C. (2006). Medicina y Salud. Ediciones . Barcelona-España: Océano S. A.

- Hernández, O. (s.f.). Enfoque Histórico-Cultural, Complejidad y Desarrollo Humano.-en una Perspectiva Integradoratransdisciplinaria Y Emancipatoria. Obtenido de Ponencia al Encuentro Internacional Hóminis-02.
- Iglesias, M. J., & Sánchez, M. d. (2007). Diagnóstico e Intervención Didáctica del Lenguaje Escolar. España: Gesbiblo.
- Hoff, J. (2006). Los Alimentos. Madrid-España: HermannBlume Ediciones.
- MAG/FAO. (2001). Cumbre Mundial de Alimentación. Ecuador: Informe del Ecuador.
- Mendez Ramiro. (2003). Gran Libro de la Maestra de Preescolar. México: Euroméxico, S. A
- **Lincografía**
 - (s.f.). Obtenido de <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-neproveryaemym-napisaniem>
 - /itunes.apple.com. (s.f.). <https://itunes.apple.com/mx/app/toddler-puzzle-frutas-y-verduras/id510250497?mt=8>. Obtenido de <https://itunes.apple.com/mx/app/toddler-puzzle-frutas-y-verduras/id510250497?mt=8>
 - desvan-lectura.blogspot.com. (2009). <http://desvan-lectura.blogspot.com/2009/11/adivinanza.html>. Obtenido de <http://desvan-lectura.blogspot.com/2009/11/adivinanza.html>
 - Alimentarse bien y sentirse mejor,. (2000). Obtenido de <http://www.saludalia.com>
 - Cabanas, A. (09 de 2013). Enfoque Humanista. Obtenido de <https://psicomaldonado.files.wordpress.com/2013/09/humanismo.pdf>
 - caratulasparaword.blogspot.com. (2012). http://caratulasparaword.blogspot.com/2012_09_01_archive.html.

- Obtenido de http://caratulasparaword.blogspot.com/2012_09_01_archive.html
- Carl Rogers. (s/a).
 - cartoons-dibujosanimados-karikaturen.blogspot.com. (2012). http://cartoons-dibujosanimados-karikaturen.blogspot.com/2012_11_01_archive.html. Obtenido de http://cartoons-dibujosanimados-karikaturen.blogspot.com/2012_11_01_archive.html
 - cosquillitasenlapanza2011.blogspot.com. (2012). <http://cosquillitasenlapanza2011.blogspot.com/2012/03/rompecabezas-para-imprimir.html>. Obtenido de <http://cosquillitasenlapanza2011.blogspot.com/2012/03/rompecabezas-para-imprimir.html>
 - dibujalia-md.blogspot.com. (2009). Obtenido de <http://dibujalia-md.blogspot.com/2009/10/marco-para-fotos-del-rey-leon.html>
 - eduardosberrio.wikispaces.com. (s.f.). El cuerpo humano-Ap. Digestivo. Obtenido de <https://eduardosberrio.wikispaces.com/28.-+El+cuerpo+humano-Ap.+Digestivo>
 - Ellyn Setter. (2006).
 - es.scribd.com. (s.f.). Enfoque Pedagógico Socio Critico. Obtenido de <http://es.scribd.com/doc/28901964/Enfoque-Pedagogico-Socio-Critico>
 - escuelaespecialabierta.blogspot.com. (2010). <http://escuelaespecialabierta.blogspot.com/2010/05/adivanzas-de-frutasoficios-y.html>. Obtenido de <http://escuelaespecialabierta.blogspot.com/2010/05/adivanzas-de-frutasoficios-y.html>
 - fazendoanossafesta.com. (2012). <http://fazendoanossafesta.com.br/2012/04/chaves-kit-completo-com-molduras-para-convites-rotulos-para-guloseimas-lembrancinhas-e-imagens.html/>. Obtenido de <http://fazendoanossafesta.com.br/2012/04/chaves-kit-completo-com-molduras-para-convites-rotulos-para-guloseimas-lembrancinhas-e-imagens.html/>

com-molduras-para-convites-rotulos-para-guloseimas-
lembrancinhas-e-imagens.html/

- Giselle Farias. (s.f.).
http://pedagogiccos.blogspot.com/2014_01_01_archive.html.
Obtenido de
http://pedagogiccos.blogspot.com/2014_01_01_archive.html
- :
[http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/
Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D044.pdf](http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/cuba/cips/caudales05/Caudales/ARTICULOS/ArticulosPDF/07D044.pdf)
- [http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-
yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-
neproveryaemym-napisaniem](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-neproveryaemym-napisaniem). (s.f.). Obtenido de
[http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-
yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-
neproveryaemym-napisaniem](http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/russkii-yazyk/2012/01/10/didakticheskiy-material-slova-s-neproveryaemym-napisaniem)
- <http://www.thetopfree.com/free-vectors/Animal/>. (s.f.). Obtenido de
<http://www.thetopfree.com/free-vectors/Animal/>
- innerchildfun.com. (2011). [http://innerchildfun.com/2011/11/diy-
holiday-play-salad.html](http://innerchildfun.com/2011/11/diy-holiday-play-salad.html). Obtenido de
<http://innerchildfun.com/2011/11/diy-holiday-play-salad.html>
- López, V., & Pérez, A. (2011). Recuperado el 2013, de
[http://www.slideshare.net/erhetz/ausubel-el-aprendizaje-
significativo-como-alternativa-didactica](http://www.slideshare.net/erhetz/ausubel-el-aprendizaje-significativo-como-alternativa-didactica)
- losduendesyhadasdeludi.blogspot.com. (2012).
[http://losduendesyhadasdeludi.blogspot.com/2012/06/proyecto-mi-
huerto.html](http://losduendesyhadasdeludi.blogspot.com/2012/06/proyecto-mi-huerto.html). Obtenido de
[http://losduendesyhadasdeludi.blogspot.com/2012/06/proyecto-mi-
huerto.html](http://losduendesyhadasdeludi.blogspot.com/2012/06/proyecto-mi-huerto.html)
- Marcos gratis para fotografías. (s.f.). Obtenido de
[http://marcosgratisparafotografias.blogspot.com/2013/03/marcos-
de-foto-png-winnie-pooh-y-sus.html](http://marcosgratisparafotografias.blogspot.com/2013/03/marcos-de-foto-png-winnie-pooh-y-sus.html)

- marcosphotoscape.blogspot.com. (2011).
<http://marcosphotoscape.blogspot.com/2011/05/marcos-photoscape-marcos-con-dibujos-16.html>. Obtenido de <http://marcosphotoscape.blogspot.com/2011/05/marcos-photoscape-marcos-con-dibujos-16.html>
- mentamaschocolate.blogspot.com. (2012).
<http://mentamaschocolate.blogspot.com/2012/08/imagen-color-piramide-y-rueda.html>. Obtenido de <http://mentamaschocolate.blogspot.com/2012/08/imagen-color-piramide-y-rueda.html>
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (21 de Julio de 2014). Obtenido de <http://www.inclusion.gob.ec/en-el-ecuador-la-tasa-de-desnutricion-infantil-bajo-18-puntos-en-los-ultimos-20-anos/>
- Montse Bradford. (2007).
- Muñoz, A. (2014). Cómo hacer una buena alimentación. Obtenido de <http://motivacion.about.com/od/alimentacion/a/Los-Ingredientes-De-La-Alimentacion-Sana.htm>
- Musmanno Elena. (2006).
- Navas, L. (2010). Aprendizaje, desarrollo y disfunciones: implicaciones para la enseñanza. España: Editorial Club Universitario.
- Orquizo Eric. (2012). Guía de Alimentación Preescolar de 2 a 5 Años. . Quito: s/e.
- Pérez Lourdes. (2008). Guías de Alimentación del Componente Alimentario Nutricional, , . Quito-Ecuador: MIES-ORI.
- Perinat, A. (2007). La Teoría Histórico-Cultural de Vygotsky:. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona.
- Pilay, J. (2014). Macronutrientes y Micronutrientes enfermería 2014 preinternado. Obtenido de <http://es.scribd.com/doc/246116327/Macronutrientes-y-Micronutrientes-ENFERMERIA-2014-PREINTERNADO>

- Plan Nacional de Buen Vivir. (2013-2017). Mejorar la calidad de vida de la población. Quito: s/e.
- Plaul, R. L. (04 de abril de 2012). Obtenido de <http://redesoei.ning.com/profiles/blogs/lev-vigotsky-teor-a-socio-hist-rica>
- play.google.com. (s.f.). <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.brausoft.kidsslidepuzzle&hl=es>. Obtenido de <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.brausoft.kidsslidepuzzle&hl=es>
- repositorio.unemi.edu.ec. (24 de Julio de 2014). Obtenido de <http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/465/1/110%20ALIMENTACION%20SANA.pdf>.
- Robert Gagné. (s/a).
- Romano, L., & Casavalle, P. (2013). Comenzando a Comer. Primeros Pasos para una Alimentación Saludable. Editorial Dunken.
- Rosselló, M. J. (2011). La importancia de comer sano y saludable. España: Penguin Random House.
- salaamarilla2009.blogspot.com. (2009). <http://salaamarilla2009.blogspot.com/2010/05/y-si-jugamos-con-titeres.html>. Obtenido de <http://salaamarilla2009.blogspot.com/2010/05/y-si-jugamos-con-titeres.html>
- Salas Silva, R. E. (2008). Estilos de Aprendizaje a la Luz de la Neurociencia. Colombia: Coop. Editorial Magisterio.
- Sendra, J. A. (2009). Apoyo psicosocial, atención relacional y comunicativa en instituciones. Ideaspropias Editorial S.L.
- Sociedad Ecuatoiana de Medicina Familiar. (s.f.). Alimentación del escolar. Obtenido de <http://www.saluddealtura.com/todo-publico-salud/salud-nutricion-familia/nutricion/alimentacion-escolar/>
- Soriano, J. (2011). Nutrición básica humana. Valencia: Universitat de València.

- spanish.alibaba.com. (s.f.). <http://spanish.alibaba.com/products/fruit-paper-puzzle-puzzle-toy-puzzle-mat-promotional-gifts--364937910.html>. Obtenido de <http://spanish.alibaba.com/products/fruit-paper-puzzle-puzzle-toy-puzzle-mat-promotional-gifts--364937910.html>
- Toaza, N. G. (07 de septiembre de 2013). El Ambiente Potencializador y su Incidencia En el Proceso Enseñanza - Aprendizaje de los niños/as Delséptimo Grado Paralelos “A” Y “B” de Educación Generalbásica de la Escuela “Augusto Nicolás Martínez” del Cantón Píllaro Provincia de Tungurahua. Ambato: Universidad Técnica de Ambato. Recuperado el 02 de mayo de 2013, de <http://kevinsantiagoteoriasdelaprendizaje.blogspot.com/2010/09/jean-piaget.html>
- todofondos.com. (2014). <http://todofondos.com/f/33354>. Obtenido de <http://todofondos.com/f/33354>
- Vaca, R. (2013). Guía de estrategias para la enseñanza aprendizaje cooperativo para los docentes que trabajan en el área de ciencias naturales. Quito: Universidad Politécnica Salesiana .
- vida-alternativa.cl. (s.f.). Lo que debes saber. Obtenido de Una dieta vegetariana inteligente: <http://www.vida-alternativa.cl/dietabalance.html>
- wordpress.com. (s.f.). Obtenido de http://www.gopixpic.com/640/marcos-para-fotos-infantiles-%E2%80%93-disney-dibujos-animados/http:%7C%7Cmoterahd*files*wordpress*com%7C2010%7C07%7C94*.jpg/
- www.1001consejos.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.1001consejos.com/10-mejores-vitaminas-para-el-cabello/>
- www.alimentacion-sana.org. (s.f.). Obtenido de <http://www.alimentacion->

sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/verduras%20y%20hortalizas
1.htm

- www.alpina.com.co. (s.f.). Obtenido de www.alpina.com.co/nutricion/loncheras-saludables/#sthash.a8h3rYUL.dpuf
- www.amazon.es. (2011). <http://www.amazon.es/Goki-WM592-verduras-unidades-importado/dp/B000EGFL0E>. Obtenido de <http://www.amazon.es/Goki-WM592-verduras-unidades-importado/dp/B000EGFL0E>
- www.aprendiendomatematicas.com. (03 de 12 de 2011). Etapas de desarrollo cognitivo según Piaget. Obtenido de <http://aprendiendomatematicas.com/didactica/etapas-de-desarrollo-cognitivo-segun-piaget/>
- www.blogparamamas.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.blogparamamas.com/1454/navidad-mucho-mas-que-comida-y-regalos/>
- www.botanical-online.com. (s.f.). Obtenido de http://www.botanical-online.com/dibujo_aceite_de_soja.htm
- www.cali.olx.com.co. (s.f.). Obtenido de <http://cali.olx.com.co/desayunos-especiales-iid-123514144>
- www.calidadfernando.blogspot.com. (06 de 2012). Teoria de las Necesidades de Abram Maslow. Obtenido de http://calidadfernando.blogspot.com/2012/06/teoria-de-las-necesidades-de-abram_03.html
- www.canstockphoto.es. (s.f.). Obtenido de <http://www.canstockphoto.es/ni%C3%B1o-%C3%A1lbum-de-recortes-blanco-marco-2006344.html>
- www.ceibal.edu.uy. (s.f.). Obtenido de http://www.ceibal.edu.uy/contenidos/areas_conocimiento/expresion/090302_collage/definicin.html

- [www.centros3.pntic.mec.es](http://centros3.pntic.mec.es/sanped14/recetas/helado%20manzana.htm). (s.f.). Obtenido de <http://centros3.pntic.mec.es/sanped14/recetas/helado%20manzana.htm>
- [www.cocinadehogar.com](http://www.cocinadehogar.com/recetas-con-vegetales/propiedades-nutritivas-de-frutas-y-verduras.html). (s.f.). Obtenido de <http://www.cocinadehogar.com/recetas-con-vegetales/propiedades-nutritivas-de-frutas-y-verduras.html>
- [www.colorearyaprender.com](http://colorearyaprender.com/marcos-de-hojas-con-alimentos-para-ninos). (s.f.). Obtenido de <http://colorearyaprender.com/marcos-de-hojas-con-alimentos-para-ninos>
- [www.cosascositasycosotasconmesh.com](http://www.cosascositasycosotasconmesh.com/2013/11/desayunos-para-ninos-con-figuras.html). (2013). Obtenido de <http://www.cosascositasycosotasconmesh.com/2013/11/desayunos-para-ninos-con-figuras.html>
- [www.cosascositasycosotasconmesh.com](http://www.cosascositasycosotasconmesh.com/2013/11/desayunos-para-ninos-con-figuras.html). (2013). Obtenido de <http://www.cosascositasycosotasconmesh.com/2013/11/desayunos-para-ninos-con-figuras.html>
- [www.ctv.es/USERS/discom](http://www.ctv.es/USERS/discom/Pagina%20hosteleria.htm). (s.f.). Obtenido de <http://www.ctv.es/USERS/discom/Discom-pack/Pagina%20hosteleria.htm>
- [www.cuentosinfantilescortos.net](http://www.cuentosinfantilescortos.net/cuento-infantil-la-patata-y-las-verduras/). (23 de 12 de 2013). Obtenido de <http://www.cuentosinfantilescortos.net/cuento-infantil-la-patata-y-las-verduras/>
- [www.definicion.de/comida](http://definicion.de/comida-chatarra/). (s.f.). Obtenido de <http://definicion.de/comida-chatarra/>
- [www.dentrodeunpreescolar.wikispaces.com](http://dentrodeunpreescolar.wikispaces.com/La+construcci%C3%B3n+de+h%C3%A1bitos+sociales). (2014). Obtenido de <http://dentrodeunpreescolar.wikispaces.com/La+construcci%C3%B3n+de+h%C3%A1bitos+sociales>

- [www.desdevilladecura.blogspot.com](http://desdevilladecura.blogspot.com/2014/04/la-nina-y-la-flor-teatro-ecologico-de.html). (2014). Obtenido de <http://desdevilladecura.blogspot.com/2014/04/la-nina-y-la-flor-teatro-ecologico-de.html>
- [www.dreamstime.com](http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-photography-customers-buying-fast-food-image18902727). (s.f.). Obtenido de <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-photography-customers-buying-fast-food-image18902727>
- [www.dreamstime.com](http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-images-jungle-invitation-image17030499). (s.f.). <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-images-jungle-invitation-image17030499>. Obtenido de <http://www.dreamstime.com/royalty-free-stock-images-jungle-invitation-image17030499>
- [www.dreamstime.com](http://www.dreamstime.com/stock-image-ladybird-invitation-card-image13884321). (s.f.). <http://www.dreamstime.com/stock-image-ladybird-invitation-card-image13884321>. Obtenido de <http://www.dreamstime.com/stock-image-ladybird-invitation-card-image13884321>
- [www.dspace.unach.edu.ec](http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/123456789/612/1/FCE-EBQ-10A001.pdf). (s.f.). Guía Didáctica . Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/123456789/612/1/FCE-EBQ-10A001.pdf>
- [www.elhuevodechocolate.com](http://www.elhuevodechocolate.com/adivinanza/adivin38.html). (s.f.). Obtenido de <http://www.elhuevodechocolate.com/adivinanza/adivin38.html>
- [www.enforma.salud180.com](http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/5-super-alimentos-con-calcio-para-mujeres). (s.f.). Obtenido de <http://enforma.salud180.com/nutricion-y-ejercicio/5-super-alimentos-con-calcio-para-mujeres>
- [www.es.123rf.com](http://es.123rf.com/imagenes-de-archivo/agua_caricatura.html). (s.f.). Obtenido de http://es.123rf.com/imagenes-de-archivo/agua_caricatura.html
- [www.es.123rf.com](http://es.123rf.com/imagenes-de-archivo/chef_mujeres.html). (s.f.). Obtenido de http://es.123rf.com/imagenes-de-archivo/chef_mujeres.html
- [www.es.dreamstime.com](http://es.dreamstime.com/fotograf%C3%ADa-de-archivo-marco-de-la-gota-del-agua-image16396612). (s.f.). Obtenido de <http://es.dreamstime.com/fotograf%C3%ADa-de-archivo-marco-de-la-gota-del-agua-image16396612>
- [www.es.dreamstime.com](http://es.dreamstime.com/foto-de-archivo-libre-de-regal%C3%ADas-marco-de-la-fruta-de-kiwi-image228945). (s.f.). Obtenido de <http://es.dreamstime.com/foto-de-archivo-libre-de-regal%C3%ADas-marco-de-la-fruta-de-kiwi-image228945>

- [www.es.dreamstime.com.](http://es.dreamstime.com/foto-de-archivo-libre-de-regal%C3%ADas-liana-verde-y-uvaz-azules-image20995485) (s.f.). Obtenido de <http://es.dreamstime.com/foto-de-archivo-libre-de-regal%C3%ADas-liana-verde-y-uvaz-azules-image20995485>
- [www.es.paperblog.com.](http://es.paperblog.com/marcos-lindos-png-1480550/) (s.f.). Obtenido de <http://es.paperblog.com/marcos-lindos-png-1480550/>
- [www.es.paperblog.com.](http://es.paperblog.com/marcos-lindos-png-1480550/) (2014). Obtenido de <http://es.paperblog.com/marcos-lindos-png-1480550/>
- [www.esmas.com.](http://www.esmas.com/salud/home/recomendamos/454177.html) (s.f.). Obtenido de <http://www.esmas.com/salud/home/recomendamos/454177.html>
- [www.fotosoimágenes.com.](http://www.fotosoimágenes.com/4154/imagenes-de-vegetales-animados/) (s.f.). Obtenido de <http://www.fotosoimágenes.com/4154/imagenes-de-vegetales-animados/>
- [www.fpilips000.blogspot.com.](http://fpilips000.blogspot.com/2013/04/comunicacion-en-el-ambito-escolar.html) (2013). Obtenido de <http://fpilips000.blogspot.com/2013/04/comunicacion-en-el-ambito-escolar.html>
- [www.freepik.es.](http://www.freepik.es/foto-gratis/comida-sana--marco--marcos--pasteleria_324101.htm) (s.f.). Obtenido de http://www.freepik.es/foto-gratis/comida-sana--marco--marcos--pasteleria_324101.htm
- [www.fundamerani.org.](http://www.fundamerani.org/supertienda/inicio/index.php?route=product/product&path=35&product_id=822) (s.f.). Obtenido de http://www.fundamerani.org/supertienda/inicio/index.php?route=product/product&path=35&product_id=822
- [www.gifs-animados.es.](http://www.gifs-animados.es/animales-imagenes/caracoles/gifs-animados-caracoles-126832-147359/) (2014). Obtenido de <http://www.gifs-animados.es/animales-imagenes/caracoles/gifs-animados-caracoles-126832-147359/>
- [www.gopixpic.com.](http://www.gopixpic.com/750/pinocho-marcos-de-fotos-imprimir-y-vista-previa-mas-/http:%7C%7Cprint-it*disneyinternational*com%7Cassets%7Cprintables%7Ces-ES%7Cpinocchio%7Ces_pinocchio_pf01*.jpg/) (s.f.). Obtenido de http://www.gopixpic.com/750/pinocho-marcos-de-fotos-imprimir-y-vista-previa-mas-/http:%7C%7Cprint-it*disneyinternational*com%7Cassets%7Cprintables%7Ces-ES%7Cpinocchio%7Ces_pinocchio_pf01*.jpg/
- [www.gopixpic.com.](http://www.gopixpic.com/356/adivanzas-populares-de-tiempo/http:%7C%7Cjuegos*cuidadoinfantil*net%7Cfiles%7C2012%7C09%7Cdivanzas-populares-de-tiempo-dias-de-la-) (s.f.). http://www.gopixpic.com/356/adivanzas-populares-de-tiempo/http:%7C%7Cjuegos*cuidadoinfantil*net%7Cfiles%7C2012%7C09%7Cdivanzas-populares-de-tiempo-dias-de-la-

- semana*.jpg/. Obtenido de
http://www.gopixpic.com/356/adivanzas-populares-de-tiempo/http:%7C%7Cjuegos*cuidadoinfantil*net%7Cfiles%7C2012%7C09%7Cdivanzas-populares-de-tiempo-dias-de-la-semana*.jpg/
- www.guiametabolica.org. (s.f.). Obtenido de <http://www.guiametabolica.org/recurso/la-patata>
 - www.historiadelarte-geka1.blogspot.com. (2012). Obtenido de <http://historiadelarte-geka1.blogspot.com/2012/07/criterios-de-evaluacion-de-la.html>
 - www.huercasa.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.huercasa.com/author/admin/page/9/>
 - www.imagenesydibujosparaimprimir.com. (2011). Obtenido de <http://www.imagenesydibujosparaimprimir.com/2011/08/imagenes-animadas-preciosos-momentos.html>
 - www.imagui.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.imagui.com/a/etiquetas-de-ninos-para-cuadernos-cG6rkjEGX>
 - www.imagui.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.imagui.com/a/imagenes-en-movimiento-de-frutas-manzana-ijeaxA5zr>
 - www.imagui.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.imagui.com/a/de-tomates-animados-TyEaraxor>
 - www.imagui.com/. (s.f.). Obtenido de <http://www.imagui.com/a/marcos-para-foto-de-princesas-jasmin-ibKaG8RAB>
 - www.infoescola.com. (s.f.). Obtenido de <http://www.infoescola.com/nutricao/carboidrato/>

- [www.juguetesdivertidos.com.](http://www.juguetesdivertidos.com/Cocinitas/supermercado_molto.htm) (s.f.).
Obtenido de http://www.juguetesdivertidos.com/Cocinitas/supermercado_molto.htm
- [www.juguetesdivertidos.com.](http://www.juguetesdivertidos.com/Cocinitas/supermercado_molto.htm) (s.f.).
Obtenido de http://www.juguetesdivertidos.com/Cocinitas/supermercado_molto.htm
- [www.kunachia.com.](http://http://kunachia.com/2013/12/proteinas-vida/2013/12/proteinas-vida/) (2013). Obtenido de <http://http://kunachia.com/2013/12/proteinas-vida/2013/12/proteinas-vida/>
- [www.lacelebracion.com.](http://www.lacelebracion.com/home/204-aperitivos/1314-pinchos-de-frutas-congeladas) (s.f.). Obtenido de <http://www.lacelebracion.com/home/204-aperitivos/1314-pinchos-de-frutas-congeladas>
- [www.ladesnutricion-ueb.blogspot.com.](http://ladesnutricion-ueb.blogspot.com/) (2011). La Desnutrición. Obtenido de <http://ladesnutricion-ueb.blogspot.com/>
- [www.lahora.com.ec.](http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101294677/-1/Cuatro_de_cada_diez__ni%C3%B1os_desnutridos.html#.U815W-N5NWY) (21 de Julio de 2014). Obtenido de http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101294677/-1/Cuatro_de_cada_diez__ni%C3%B1os_desnutridos.html#.U815W-N5NWY
- [www.lapaginadeinesita.blogspot.com.](http://lapaginadeinesita.blogspot.com/2014/10/plantilla-para-fotos-alimentos.html) (2014). Obtenido de <http://lapaginadeinesita.blogspot.com/2014/10/plantilla-para-fotos-alimentos.html>
- [www.marcosparaphotoshop.blogspot.com.](http://marcosparaphotoshop.blogspot.com/2012/09/winnie-pooh.html) (2012). Obtenido de <http://marcosparaphotoshop.blogspot.com/2012/09/winnie-pooh.html>
- [www.marcosphotoscape.blogspot.com.](http://marcosphotoscape.blogspot.com/2010/09/marcos-photoscape-marco-con-dibujos-4.html) (s.f.). Obtenido de <http://marcosphotoscape.blogspot.com/2010/09/marcos-photoscape-marco-con-dibujos-4.html>

- [www.mehme.cl](http://www.mehme.cl/tonline/index.php?cPath=51). (s.f.). Obtenido de <http://www.mehme.cl/tonline/index.php?cPath=51>
- [www.milideas2012.blogspot.com](http://milideas2012.blogspot.com/2012/02/marcos-y-fondos-de-selva.html). (2012). Obtenido de <http://milideas2012.blogspot.com/2012/02/marcos-y-fondos-de-selva.html>
- [www.moshimoshistyles.blogspot.com](http://moshimoshistyles.blogspot.com/). (s.f.). Obtenido de <http://moshimoshistyles.blogspot.com/>
- [www.muycomputerpro.com](http://www.muycomputerpro.com/2010/05/11/actualidadnoticiasleda-mc-lanza-su-evaluacion-ps_we9erk2xxdaccip3820fv0bekywij3xc-9ktptagpuoichwc_-7hh0eqeixeuwf). (2010). Obtenido de http://www.muycomputerpro.com/2010/05/11/actualidadnoticiasleda-mc-lanza-su-evaluacion-ps_we9erk2xxdaccip3820fv0bekywij3xc-9ktptagpuoichwc_-7hh0eqeixeuwf
- [www.naos.aesan.msssi.gob.es](http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/csym/nutricion_saludable/nutrientes/). (s.f.). Obtenido de http://www.naos.aesan.msssi.gob.es/csym/nutricion_saludable/nutrientes/
- [www.odonegocios.blogspot.com](http://todonegocios.blogspot.com/2011/04/venta-de-menus-personalizados-y-comida.html). (2011). Obtenido de <http://todonegocios.blogspot.com/2011/04/venta-de-menus-personalizados-y-comida.html>
- [www.patxigimeno.es](http://patxigimeno.es/hidratos-de-carbono-ii-indice-glucemico/). (s.f.). Obtenido de <http://patxigimeno.es/hidratos-de-carbono-ii-indice-glucemico/>
- [www.peques.com](http://www.peques.com.mx/los_rompecabezas.htm). (s.f.). Obtenido de http://www.peques.com.mx/los_rompecabezas.htm
- [www.perseo.aesan.msssi.gob.es](http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/es/profesorado/secciones/guia_material_didactico.shtml). (s.f.). Material Didáctico. Obtenido de http://www.perseo.aesan.msssi.gob.es/es/profesorado/secciones/guia_material_didactico.shtml
- [www.personal.globered.com](http://personal.globered.com/cobs-adolescentes/categoria.asp?idcat=27). (s.f.). Obtenido de <http://personal.globered.com/cobs-adolescentes/categoria.asp?idcat=27>
- [www.pixmac.es](http://www.pixmac.es/imagen/cartoon+abc+letras+con+el+libro+abierto/000084071916). (s.f.). Obtenido de <http://www.pixmac.es/imagen/cartoon+abc+letras+con+el+libro+abierto/000084071916>.

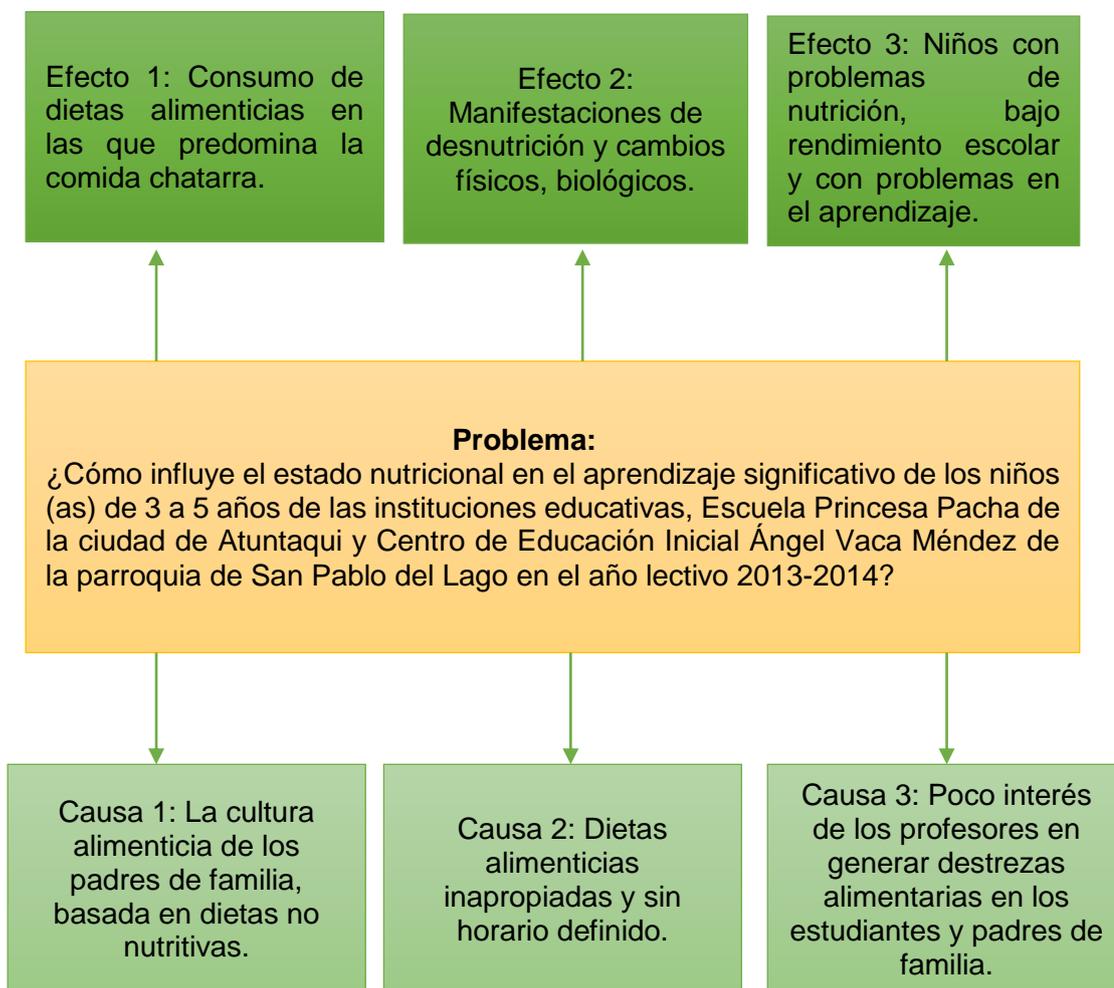
<http://www.pixmac.es/imagen/cartoon+abc+letras+con+el+libro+abierto/000084071916>

- www.pronaca.com. (s.f.). Obtenido de http://www.pronaca.com/site/principal.jsp?arb=499&utm_source=alimentarte_online&utm_medium=email&utm_term=boletines&utm_content=main_art&utm_campaign=noviembre_2008
- www.roc21.blogspot.com. (2013). Obtenido de http://roc21.blogspot.com/2013_10_01_archive.html
- www.series-premium.dibujos.tv. (s.f.). Obtenido de <http://series-premium.dibujos.tv/teo/14-teo-en-un-dia-de-fiesta-976.html>
- www.slideshare.net. (2010). Obtenido de <http://www.slideshare.net/wflanchiba/la-fundamentacin-pedaggica>
- www.slideshare.net. (10 de 05 de 2010). Recuperado el 06 de 03 de 2013, de <http://www.slideshare.net/gloryagarcia/fundamentos-pedagogicos>
- www.spanish.alibaba.com. (s.f.). Obtenido de <http://spanish.alibaba.com/product-gs/a067-300-500ml-cute-mini-children-plastic-water-drinking-bottle-with-straw-617676654.html>
- www.taringa.net. (s.f.). Obtenido de <http://www.taringa.net/posts/paranormal/9260710/Pitufos-asesinos-la-leyenda-el-original.html>
- www.teoriasdeaprendizajeuagrm.blogspot.com. (18 de 06 de 2011). Resumen de la Teoría Histórico cultural de Lev Vygotsky. Obtenido de <http://teoriasdeaprendizajeuagrm.blogspot.com/2011/06/resumen-de-la-teoria-historico-cultural.html>
- www.todohalloween.net. (s.f.). <http://www.todohalloween.net/>. Obtenido de <http://www.todohalloween.net/>
- www.toplowridersites.com. (s.f.). Obtenido de <http://toplowridersites.com/de-interes-marcos-de-fotos-de-mickey-mouse/>

- [www.uees.la/comida-chatarra.](http://www.uees.la/comida-chatarra/) (s.f.). Obtenido de <http://quees.la/comida-chatarra/>
- [www2.esmas.com.](http://www2.esmas.com) (s.f.). Obtenido de <http://www2.esmas.com/mujer/fotos/cuerpo-vegetales-proteinas-vegetariana-espinacas-col-champinones-pimiento-pepino/44720/>
- [yucatan.com.mx/gastronomia.](http://yucatan.com.mx/gastronomia) (s.f.). Obtenido de <http://yucatan.com.mx/gastronomia/donas-de-todos-los-sabores>
- [zakuvavanje.org.](http://zakuvavanje.org) (s.f.). [http://zakuvavanje.org/index.php/glavna-jela/krompir-sa-testeninom.](http://zakuvavanje.org/index.php/glavna-jela/krompir-sa-testeninom) Obtenido de <http://zakuvavanje.org/index.php/glavna-jela/krompir-sa-testeninom>

ANEXOS

Anexo 1. Árbol de Problemas



Anexo 2. Matriz de Coherencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL
<p>¿Cómo influye el estado nutricional en el aprendizaje significativo de los niños (as) de 3 a 5 años de las instituciones educativas, Escuela Princesa Pacha de la ciudad de Atuntaqui y Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la parroquia de San Pablo del Lago en el año lectivo 2013-2014?</p>	<p>Determinar la incidencia de la nutrición en el aprendizaje significativo de los niños/as de 3 a 5 años del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”.</p>
INTERROGANTES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”? • ¿Cuáles son los fundamentos teóricos sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo? • ¿Una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, contribuirá al correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años? • ¿La socialización de la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años permitirá que los padres de familia concienticen sobre la buena alimentación? 	<ul style="list-style-type: none"> • Diagnosticar el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha”. • Fundamentar teóricamente la información sobre el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar y su influencia en el aprendizaje significativo. • Diseñar una guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años. • Socializar la guía como recurso didáctico orientado a la alimentación, para el correcto desarrollo nutricional de los niños/as entre 3 y 5 años.

Anexo 3. Ficha de observación individual aplicada a los estudiantes

Nombre del Alumno:

Edad:.....

Paralelo:.....

CRITERIO E INDICADORES	Siempre	Casi siempre	Nunca
Trae lonchera el niño (@).			
La lonchera contiene alimentos nutritivos.			
Consumo los alimentos que le envía.			
Termina en su totalidad la alimentación enviada.			
La lonchera contiene comida denominada chatarra.			
El niño (@) presenta problemas de aprendizaje.			
Presenta sueño en la clase.			
Demuestra energía en las actividades diarias.			

Anexo 4. Encuesta de padres de familia

Universidad técnica del norte
Facultad de Educación Ciencia y Tecnología

Encuesta aplicada a Padres de Familia

Objetivo: Investigar el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” mediante el uso y aplicación de instrumentos de investigación para identificar su influencia en el aprendizaje significativo

Instructivo: Leer de manera comprensiva las preguntas que a continuación se presentan y colocar una X donde crea conveniente.

1.- Estado Nutricional

¿Qué entiende por Estado Nutricional?

- a.- Mantener su belleza física ()
- b.- Una adecuada alimentación. ()
- c.- Consumir solo vitaminas. ()
- d.- Consumo de determinados nutrientes. ()

2.-Factores de riesgo de alimentación y crecimiento en los niños.

¿A qué edad le dio la primera comida a su hijo?

- a.- A los 3 meses de edad. ()
- b. -A los 6 meses de edad. ()
- c. - A los 9 meses de edad. ()

3. ¿Cuántas comidas recibe su niño(a) al día?

- Una. ()
- Dos. ()
- Más de tres. ()

4. ¿Por qué cree usted que se presentan los factores de riesgo en la alimentación y crecimiento de los niños?

- a. -Por no consumir leche materna. ()
- b. -Por consumir conservas o papillas. ()

5. ¿En la hora de servirse los alimentos quienes se sientan en la mesa?

- a.-Sólo los hijos. ()
- b.-Toda la familia ().
- c.- Hijos con la madre. ()
- d.- Hijos con el padre. ()

3.-DESNUTRICIÓN:

Según su criterio desnutrición infantil significa:

- a.- Inadecuada alimentación. ()
- b.- Deshidratación que sufren los niños. ()
- c.-No haber consumido leche materna en su primera infancia. ()
- d.-Obesidad ()

¿Qué le gustaría que su hijo(a) comiera a medio día?

- a.- Productos de la tienda. ()
- b.- Comida nutritiva. ()

- c.- Comida rápida. ()
- d.- Dulces. ()

4.- Desviación Estándar

¿Conoce usted el significado de los colores que tiene el carné de vacunas de su hijo(a).

- a.-Sí. ()
- b.- No. ()

¿Qué precauciones tomaría si su niño(a) le detectan desnutrición grave

- a.- Acudiría al centro de salud más cercano. ()
- b.-Le suministraría remedios caseros. ()
- c.-Cumpliría con las recomendaciones dadas por el doctor. ()
- d.- Cambiar los alimentos que lleva en la lonchera. ()

5.- Determinación del Peso.

¿Cada qué tiempo lleva al Centro de Salud a realizar el control de peso y talla a su niño(a)?

- a.-Sólo cuando está enfermo. ()
- b.-Nunca. ()
- c.-A veces ()
- b.-Cumple con los controles en la Institución. ()

¿Conoce usted con que instrumentos pesan a su niño(a) en la Institución?

- a.-Balanza, cinta métrica, tallímetro. ()
- b.-Metro. ()

c.-Regla. ()

¿Ha recibido su familia desparasitantes cada qué tiempo?

- 6 meses. ()

- 4 meses. ()

- 2 meses. ()

6. Índices Antropométricos:

¿Conoce usted si el peso de su hijo(a) está acorde a su edad?

Si ()

No ()

¿Con qué fin realiza el control de peso y talla en sus hijos?

-Para que sean más inteligentes. ()

-Para saber si su crecimiento y desarrollo es normal. ()

-No se preocupa de realizar el control. ()

-Prevención de enfermedades ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 5. Encuesta a docentes

Universidad técnica del norte
Facultad de Educación Ciencia y Tecnología

Entrevista aplicada a docentes

Objetivo: Investigar el estado nutricional de los niños/as de edad preescolar del Centro de Educación Inicial “Ángel Vaca Méndez” y de la escuela “Princesa Pacha” mediante el uso y aplicación de instrumentos de investigación para identificar su influencia en el aprendizaje significativo

Instructivo: Leer de manera comprensiva las preguntas que a continuación se presentan, de manera clara y comprensible.

¿Qué consecuencia trae la mala alimentación en el aprendizaje de sus alumnos?

- Falta de atención y concentración
- Problemas de aprendizaje.
- Inconveniente para recordar nueva información
- Dificultad en el desarrollo de destrezas.

¿Por qué cree usted que se presenta problemas de aprendizaje en sus alumnos?

- Mala alimentación ()
- Poca energía para trabajar ()
- Presenta sueño ()
- Poca concentración. ()

2.-Desnutrición:

Según su criterio desnutrición significa:

- Inadecuada alimentación. ()
- Deshidratación que sufren los niños. ()
- No consumir legumbres ()
- Escases de alimentos ()

3.- Desviación Estándar:

¿Conoce el significado de los colores que tiene el certificado del carné de salud de sus alumnos?

-Si. ()

-No. ()

¿Qué actividades realiza cuando encuentra a sus alumnos en la escala de color rojo? (desnutrición grave).

-No le da importancia. ()

-Pide ayuda al Centro de Salud pública ()

-Trata de solucionar el problema por sí solo(a). ()

-Informa a sus padres. ()

4.- Determinación del Peso

¿Con qué objetivo realiza el control del peso y talla en sus alumnos?

- No se preocupa de realizar el control. ()

- Para saber si su crecimiento y desarrollo es estándar()

- Para que su aprendizaje sea mejor en el aula. ()

- Para prevenir enfermedades ()

¿Cada qué tiempo registra el control de peso y talla en sus alumnos?

- Nunca. ()
- Al inicio, al medio, al final del año lectivo ()
- Al inicio y al final del año lectivo. ()
- A veces. ()

¿Qué instrumentos utiliza para registrar el control de peso y talla en sus alumnos?

- Regla. ()
- Metro. ()
- Balanza digital, cinta métrica o tallímetro. ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 6 Certificación de Aplicación de Encuestas en la Unidad Educativa Princesa Pacha



**UNIDAD EDUCATIVA
"PRINCESA PACHA"**

Atuntaqui – Ecuador
Teléfono: 06 2906 229

Atuntaqui, 2015-02-04

**PROF. EDGAR REVELO BENAVIDES,
DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA
"PRINCESA PACHA" de LA CIUDAD DE
ATUNTAQUI, A PETICIÓN DE LA PARTE
INTERESADA.**

C E R T I F I C A :

Que la docente **Maldonado Noboa Verónica Elizabeth**, con cédula de identidad N° 1002859468, realizó la aplicación de la encuesta del proyecto **APRENDIENDO A COMER SANO** a docentes y padres de familia en el mes de enero del 2014

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente como a bien tuviere.

Prof. Edgar Revelo
DIRECTOR.- (E)

Anexo 7 Certificación de Socialización de la Guía “Aprendiendo a Comer Sano” en la Unidad Educativa Princesa Pacha



**UNIDAD EDUCATIVA
“PRINCESA PACHA”**

Atuntaqui – Ecuador
Teléfono: 06 2906 229

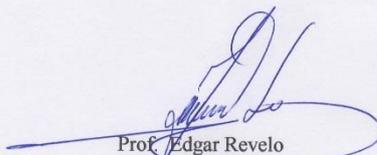
Atuntaqui, 2015-02-04

**PROF. EDGAR REVELO BENAVIDES,
DIRECTOR DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“PRINCESA PACHA” de LA CIUDAD DE
ATUNTAQUI, A PETICIÓN DE LA PARTE
INTERESADA.**

C E R T I F I C A :

Que la docente **Maldonado Noboa Verónica Elizabeth**, con cédula de identidad N° 1002859468, realizó la socialización de la guía **APRENDIENDO A COMER SANO** en los meses mayo y junio del 2014

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente como a bien tuviere.


Prof. Edgar Revelo
DIRECTOR.- (E)

Anexo 8 Certificación de Aplicación de Encuestas en el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la ciudad de Atuntaqui

San Pablo del Lago 20 de Junio del 2014.

CERTIFICACIÓN

Mediante la presente certifico que la señora Profesora, Núñez Nazate Erika Tatiana realizo la aplicación de encuestas a docentes, padres de familia en el mes de Enero del 2014 sobre el tema "ESTUDIO DEL ESTADO NUTRCIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DEL CENTRO DE EDUCACION INICIAL ANGEL VACA MENDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013- 2014"

Es todo lo que puedo certificar en honor a la verdad.

Atentamente



Lic. Lorena Rosero.

CI: 100259246-5

COORDINADORA DEL C.E.I.



Anexo 9 Certificación de Socialización de la Guía “Aprendiendo a Comer Sano” en el Centro de Educación Inicial Ángel Vaca Méndez de la ciudad de Atuntaqui

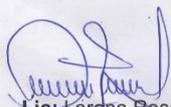
San Pablo del Lago 20 de Junio del 2014.

CERTIFICACIÓN.

Mediante la presente certifico que la señora Profesora, Núñez Nazate Erika Tatiana desarrollo la socialización de la guía de trabajo de grado “**APRENDIENDO A COMER SANO**” los meses de Mayo y Junio del presente la misma que se impartió a docentes padres de familia y niños/as del Centro de Educación Inicial “**ÁNGEL VACA MENDEZ**”

Es todo lo que puede certificar en honor a la verdad.

Atentamente.



Lic: Lorena Rosero.

CI: 100259246-5.

CORDINADORA DEL C.E.I.



Anexo 10 Jerarquía de las Necesidades de Abraham Maslow



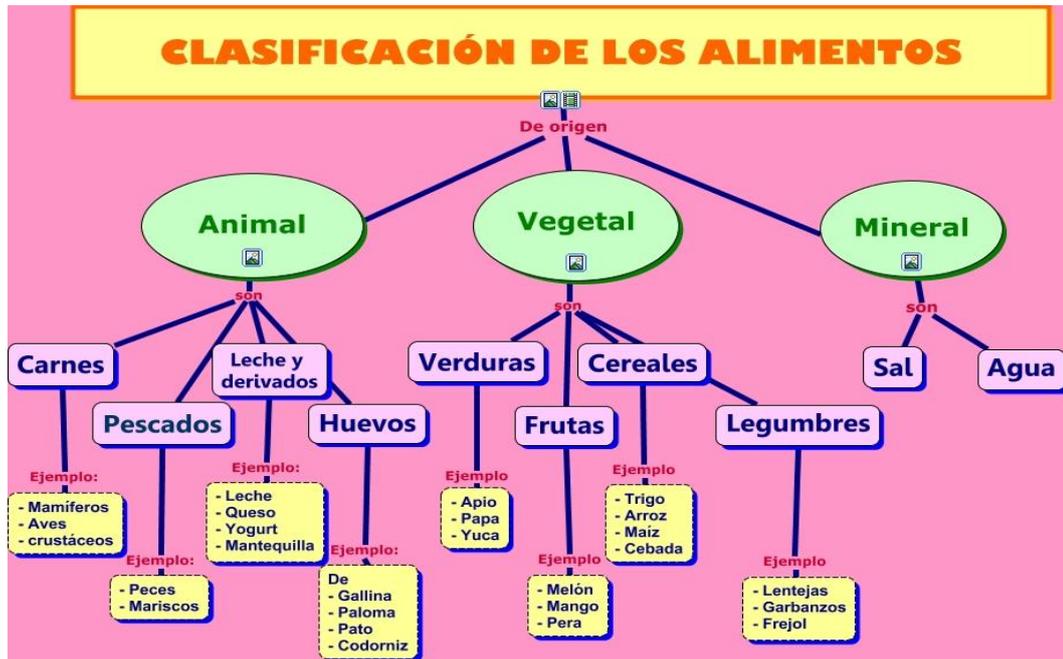
Fuente: (www.calidadfernando.blogspot.com, 2012)

Anexo 11 Alimentación Dietética



Fuente: (www.odonegocios.blogspot.com, 2011)

Anexo 12 Clasificación de los Alimentos



Fuente: (www.cmapspublic3.ihmc.us)

Anexo 13 Grupos de Nutrientes



Fuente: (www.eduardosberrio.wikispaces.com, s.f.)

Anexo 14 Pirámide de los Alimentos



Fuente: (www.imagui.com/, s.f.)

Anexo 15. Sección de Fotos



Docentes y estudiantes exponiendo láminas de comida nutritiva y no nutritiva.



Estudiantes degustando de una exquisita ensalada de frutas



Docente y estudiante preparando un jugo de naranja



Docentes y estudiantes señalando los elementos de la pirámide alimenticia.



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

**AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE**

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	1002859468	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH	
DIRECCIÓN:		PANA AMERICANA NORTE (OTAVALO)	
EMAIL:		Veroeliza16@hotmail.es	
TELÉFONO FIJO:	062903690	TELÉFONO MÓVIL:	0991826863

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014"
AUTOR (ES):	MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA
FECHA: AAAAMMDD	
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	LICENCIADA EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN PARVULARIA
ASESOR /DIRECTOR:	MSC. MARIETA CARRILLO

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH, con cédula de identidad Nro. 1002859468, en calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

La autora manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 30 días del mes de enero de 2015

(Firma) 

Nombre: MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH

C.C.:1002859468

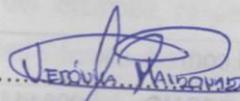


UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH, con cédula de identidad Nro.1002859468, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: "ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014". PROPUESTA ALTERNATIVA", que ha sido desarrollado para optar por el título de: LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN ESPECIALIDAD DOCENCIA PARVULARIA, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 30 días del mes de enero de 2015

(Firma) 

Nombre: MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH

Cédula: 1002859468



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	0401156476	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA	
DIRECCIÓN:		CALLE ABDON CALDERON Y ASCAZUBÍ (SAN PABLO DEL LAGO)	
EMAIL:		taty_leo2007@hotmail.com	
TELÉFONO FIJO:	062919445	TELÉFONO MÓVIL:	0981116869

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014"
AUTOR (ES):	MALDONADO NOBOA VERÓNICA ELIZABETH NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA
FECHA: AAAAMMDD	
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	LICENCIADA EN DOCENCIA EN EDUCACIÓN PARVULARIA
ASESOR /DIRECTOR:	MSC. MARIETA CARRILLO

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA, con cédula de identidad Nro.0401156476, en calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

La autora manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es la titular de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 30 días del mes de enero de 2015

(Firma):

Nombre: NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA

C.C.: 0401156476

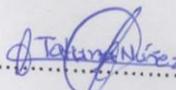


UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA, con cédula de identidad Nro. 0401156476, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado "ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR DE LA ESCUELA PRINCESA PACHA Y DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL ÁNGEL VACA MÉNDEZ Y SU INFLUENCIA EN LA ADQUISICIÓN DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DURANTE EL AÑO LECTIVO 2013-2014", que ha sido desarrollado para optar por el título de: LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN ESPECIALIDAD DOCENCIA PARVULARIA, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Ibarra, a los 30 días del mes de enero de 2015

(Firma) 

Nombre: NÚÑEZ NAZATE ERIKA TATIANA

Cédula: 0401156476