



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN
CARRERA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN EDUCACIÓN BÁSICA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**“LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL PROCESO ENSEÑANZA
APRENDIZAJE”**

Proyecto de Investigación presentado previo a la obtención del Título de
Licenciado en Ciencias de la Educación mención Educación Básica

Autor:

CHANGOLUISA ALMAGRO Cristian Fernando

Director:

VIZUETE TOAPANTA Juan Carlos Mgs.

Latacunga – Ecuador

Noviembre 2017

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

“Yo Changoluisa Almagro Cristian Fernando declaro ser autor del presente proyecto de investigación: LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE, siendo el Lic. Mgs. Juan Carlos Vizuite Toapanta director del presente trabajo; y eximo expresamente a la Universidad Técnica de Cotopaxi y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales.

Además certifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.



Cristian Fernando Changoluisa Almagro

0503794851

AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS

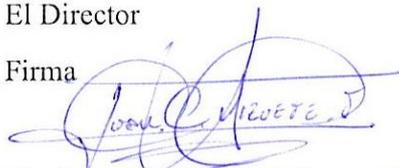
En calidad de Director del Trabajo de Investigación sobre el tema:

“LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE”, de Changoluisa Almagro Cristian Fernando , de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación , considero que dicho Informe Investigativo cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científico-técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Proyecto que el Honorable Consejo Académico de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Técnica de Cotopaxi designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga, Noviembre 2017

El Director

Firma



Lic. Mgs. Juan Carlos Vizúete Toapanta

CI: 0501960140

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN

En calidad de Tribunal de Lectores, aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Facultad de Ciencias Humanas y Educación; por cuanto, el postulante: Changoluisa Almagro Cristian Fernando con el título de Proyecto de Investigación: La alimentación en los estudiantes durante el proceso enseñanza aprendizaje; han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al a Sustentación de Proyecto.

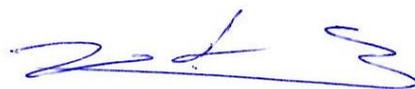
Por lo antes expuesto, se autoriza realizar los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Latacunga, Noviembre 2017

Para constancia firman:



Lic. Msc. Carlos Peralvo L.
050144950-8
LECTOR 1



Lic. Msc. Ángel Viera Z.
050115466-0
LECTOR 2



Ing. Msc. Mario Banda
050191685-2
LECTOR 3

AGRADECIMIENTO

Agradezco a la Universidad Técnica de Cotopaxi por permitirme culminar con una meta más en mi vida.

Cristian Fernando Changoluisa Almagro.

DEDICATORIA:

Dedico el presente trabajo de investigación a mi MADRE por ser el pilar fundamental en cada momento de mi vida.

Cristian Fernando Changoluisa Almagro.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

TITULO: “LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE”

Autor: Cristian Fernando Changoluisa Almagro

RESUMEN

La alimentación en los estudiantes durante la enseñanza aprendizaje juega un papel muy importante dentro de la escolaridad de las personas donde los actores principales son los estudiantes. La investigación se basa en una problemática que acontece en la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército” donde se ha visualizado de manera directa este inconveniente dentro del proceso de enseñanza aprendizaje, el objetivo que se ha planteado en la investigación es diagnosticar la situación actual del problema en la institución y cuáles son sus causas y consecuencias que acarrear dentro del sistema educativo. Este proyecto es importante porque permitió identificar el problema que radica en la institución educativa, puesto que la alimentación es considerada como un factor principal en el desarrollo del alumno y la participación que tienen los padres de familia para la solución del problema. El enfoque investigativo es el cuantitativo porque en esta se recopiló información mediante la aplicación de técnicas e instrumentos que permitieron establecer datos e información relevante sobre el tema. Además se empleó el método científico que se aplica en la fundamentación científica y técnica; el inductivo y deductivo el cual permitió determinar la problemática de la alimentación en el proceso escolar; analítico-sintético se lo utilizó para la construcción del marco teórico y el empírico para obtener datos mediante la aplicación del instrumento de la encuesta a los miembros de la comunidad educativa para proyectar conclusiones y recomendaciones que orienten solucionar posteriormente el problema.. Finalmente se puede evidenciar que la alimentación en la escolaridad es indispensable y tiene un aspecto positivo el mismo que contribuye de forma efectiva el desarrollo integral de las potencialidades de los discentes y llegando a proponer recomendaciones que puede ayudar a nuevos proyectos de este tipo y se contó activamente con la participación directa de toda la comunidad educativa.

Palabras clave: alimentación, proceso escolar, sistema educativo, escolaridad.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN

ABSTRACT

TITLE: “THE ALIMENTATION OF STUDENTS DURING TEACHING LEARNING PROCESS”

Author: Changoluisa Almagro Cristian Fernando

The alimentation of students during teaching learning process plays a very important role within the schooling of people where the main actors are the students. The research is based on a problem that happens in the Fiscal School "Army Aviation" where this problem has been directly visualized within the teaching-learning process, the objective that has been raised in the investigation is to diagnose the current situation of the problem in the institution and what are its causes and consequences that carry within the educational system. This project is important because it allowed to identify the problem that resides in the educational institution, take into account that the food is considered as a main factor in the development of student and the participation of the parents that have to solve this problem. The investigative approach is the quantitative because it permitted collect information through the application of techniques and instruments that allowed to establish data and relevant information on the subject. In addition, in this research are used scientific method that is applied in the scientific and technical foundation; The inductive and deductive which allowed to determine the problem of food in the school process; Analytic-synthetic was used for the construction of the theoretical framework and the empirical to obtain data through the application of the instrument ,survey, it was applied to the members of the educational community to project conclusions and recommendations that guide to solve later the problem . Finally it can be evidenced that nutrition in schooling is essential and has a positive aspect which contributes effectively to the development of the potential in students and proposes recommendations that can help new projects of this type and actively counted on participation direct from the entire educational community.

Key words: alimentation, educative system, school process,

ÍNDICE

Portada.....	i
DECLARACIÓN DE AUTORÍA	ii
AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA:.....	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
ÍNDICE.....	ix
ÍNDICE DE TABLAS.....	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xiii
1. INFORMACIÓN GENERAL	1
2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO	1
3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO	2
4. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO	3
5. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:	3
6. OBJETIVOS:.....	4
Objetivo General.....	4
Objetivos Específicos	4
7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS	4
8. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO TÉCNICA.....	5
8.1. La Salud.....	5
8.1.1. Tipos de salud.....	6
8.1.1.1. Salud preventiva	6
8.1.1.2. Salud integral	7
8.1.2. La Alimentación	8
8.1.2.1. Alimentación saludable	8
8.1.3. La alimentación y el rendimiento académico	9
8.1.4. Los hábitos alimenticios.	10
8.1.4.1. <i>Preferencia alimenticias</i>	10
8.1.4.2. <i>Elección alimenticia</i>	10
8.1.4.3. <i>Hábitos alimenticios</i>	10

8.1.4.4. <i>Costumbres alimenticias</i>	10
8.2. La Educación.-	11
8.2.1 Niveles de la educación	11
8.2.1.1. Nivel de educación inicial	11
8.2.1.2. Nivel de educación general básica.....	12
8.2.1.3. Nivel de educación bachillerato	12
8.2.2. La Escuela.-	12
8.2.2.1. Evolución de la escuela.-	13
8.2.2.2. Funciones de la escuela.-	13
8.2.2.2.1. Función socializadora.....	13
8.2.2.2.2. Función instructiva	14
8.2.2.2.3. Función educativa.....	14
8.2.3. Proceso de enseñanza aprendizaje.-.....	15
8.2.3.1. La Enseñanza.....	15
8.2.3.2. El aprendizaje	16
8.2.4. El rendimiento escolar.-.....	16
8.2.4.1. Tipos de rendimiento escolar.....	17
8.2.4.1.1. Rendimiento individual	17
8.2.4.1.2. Rendimiento general.....	18
8.2.4.1.3. Rendimiento específico	18
8.2.4.2. Causas de un rendimiento escolar bajo.....	18
9. PREGUNTAS CIENTIFICAS	18
10. METODOLOGÍAS Y DISEÑO EXPERIMENTAL:	19
10.1 Enfoque investigativo	19
10.2. Tipos de investigación.....	19
10.2.1. Exploratorio	19
10.2.2. Descriptiva.....	19
10.2.3. De campo.....	20
10.2.4. Bibliográfica	20
10.3. Métodos	20
10.3.1. Método Científico.....	20
10.3.2. Método empírico	20
10.3.3. Método analítico-sintético.	20
10.3.4. Método empírico	21
10.3.5. Método estadístico.....	21
10.4. Técnicas e instrumentos.....	21

10.4.1. Encuesta.....	21
10.4.2. Cuestionario.....	21
10.5. Población	21
11. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS:.....	22
12. IMPACTOS (TÉCNICOS, SOCIALES, AMBIENTALES O ECONÓMICOS):	46
13. PRESUPUESTO PARA LA PROPUESTA DEL PROYECTO:.....	47
14. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	47
14.1. CONCLUSIONES.....	47
14.2. RECOMENDACIONES	48
15. BIBLIOGRAFIA	49
16. ANEXOS.....	51
<i>ANEXO N° 1</i> Certificado de aplicación de encuestas.....	51
<i>ANEXO N° 2</i> Instrumentos de recolección de información.....	52
<i>ANEXO N° 3</i> Categorías científicas	55
<i>ANEXO 4</i> Operacionalización de las variables.....	56
<i>ANEXO 5</i> Hojas de vida	58

ÍNDICE DE TABLAS

<i>TABLA N° 1</i> Población	21
<i>TABLA N° 2</i> Estudiantes con trastornos alimenticios	22
<i>TABLA N° 3</i> Efectos de la alimentación.	23
<i>TABLA N° 4</i> Alimentos con normas de alimentación y nutrición.	24
<i>TABLA N° 5</i> Efectos de la alimentación en el aula.	25
<i>TABLA N° 6</i> Acciones para una cultura alimenticia.	26
<i>TABLA N° 7</i> Alternativas de solución a problemas de alimentación.	27
<i>TABLA N° 8</i> Incidencia de la alimentación en el P.E.A.	28
<i>TABLA N° 9</i> Alimentación en la educación general.	29
<i>TABLA N° 10</i> N° de comidas diarias	30
<i>TABLA N° 11</i> Preparación de alimentos en el hogar.	31
<i>TABLA N° 12</i> Preferencias alimenticias en el hogar.	32
<i>TABLA N° 13</i> Preferencias alimenticias fuera del hogar.	33
<i>TABLA N° 14</i> Consumo de verduras, hortalizas y legumbres.	34
<i>TABLA N° 15</i> Enfermedades por consumo de comida inadecuada.	35
<i>TABLA N° 16</i> Colación en los estudiantes.	36
<i>TABLA N° 17</i> Efectos de no consumir el desayuno.	37
<i>TABLA N° 18</i> Preparación de alimentos en el hogar.	38
<i>TABLA N° 19</i> Consumo de productos alimenticios.	39
<i>TABLA N° 20</i> Consumo de productos con grasas y azúcares.	40
<i>TABLA N° 21</i> Colación de estudiantes	41
<i>TABLA N° 22</i> Afectación por cuestiones alimenticias.	42
<i>TABLA N° 23</i> Enfermedades por cuestiones alimenticias.	43
<i>TABLA N° 24</i> Alimentación y desenvolvimiento escolar.	44
<i>TABLA N° 25</i> Alimentación en la escuela.	45

ÍNDICE DE GRÁFICOS

<i>GRÁFICO N° 1</i> Estudiantes con trastornos alimenticios.....	23
<i>GRÁFICO N° 2</i> Efectos de la alimentación.	24
<i>GRÁFICO N° 3</i> Alimentos con normas de alimentación y nutrición.....	25
<i>GRÁFICO N° 4</i> Efectos de la alimentación en el aula.	26
<i>GRÁFICO N° 5</i> Acciones para cultura alimenticia.	27
<i>GRÁFICO N° 6</i> Alternativas de solución a problemas de alimentación.....	28
<i>GRÁFICO N° 7</i> Incidencia de la alimentación en el P.E.A.....	29
<i>GRÁFICO N° 8</i> Alimentación en la educación general.	30
<i>GRÁFICO N° 9</i> N° de comidas diarias.....	31
<i>GRAFICO N° 10</i> Preparación de alimentos en el hogar.....	32
<i>GRÁFICO N° 11</i> Preferencias alimenticias en el hogar.	33
<i>GRAFICO N° 12</i> Preferencias alimenticias fuera del hogar	34
<i>GRÁFICO N° 13</i> Consumo de verduras, hortalizas y legumbres.....	35
<i>GRÁFICO N° 14</i> Enfermedades por consumo de comida inadecuada.....	36
<i>GRÁFICO N° 15</i> Colación de los estudiantes.	37
<i>GRÁFICO N° 16</i> Efectos de no consumir el desayuno.	38
<i>GRÁFICO N° 17</i> Preparación de alimentos en el hogar.....	39
<i>GRAFICO N° 18</i> Consumo de productos alimenticios	40
<i>GRÁFICO N° 19</i> Consumo de productos con grasas y azúcares.	41
<i>GRÁFICO N° 20</i> Colación de los estudiantes.	42
<i>GRÁFICO N° 21</i> Afectación por cuestiones alimenticias.....	43
<i>GRÁFICO N° 22</i> Enfermedades por cuestiones alimenticias.....	44
<i>GRÁFICO N° 23</i> Alimentación y desenvolvimiento escolar.	45
<i>GRAFICO N° 24</i> Alimentación en la escuela.....	46

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

1. INFORMACIÓN GENERAL

Título del Proyecto:

LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Fecha de inicio: Abril 2016

Fecha de finalización: Agosto 2017

Lugar de ejecución: Sigsipamba – Pifo – Quito – Pichincha – Zona 9
Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Facultad que auspicia: Facultad de Ciencias Humanas y Educación.

Carrera que auspicia: Educación Básica.

Proyecto de investigación vinculado:

Fenómenos educativos.

Equipo de Trabajo:

Tutor

Nombre: Lic. Mgs. Juan Carlos Vizuete T.

Numero de cedula: 0501960140

e-mail: juan.vizuete@utc.edu.ec

Número de Celular: 0987520753

Estudiante:

Nombre: Cristian Fernando Changoluisa Almagro.

Numero de cedula: 050379485-1

e-mail: naranjito666_@hotmail.es

Área de Conocimiento: Educación.

Línea de investigación:

Educación y comunicación para el desarrollo humano y social

Sub líneas de investigación de la Carrera:

Formación y desarrollo profesional docente

2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

Dentro del proceso educativo la alimentación escolar es un tema de vital importancia en la formación de una sociedad; ya que esta problemática de la alimentación tiene muchas

consecuencias las cuales se ven evidenciadas dentro del trabajo en las aulas en el rendimiento académico de los estudiantes, al ser un factor primordial en el desarrollo del ser humano como una necesidad básica para poder mantenerse estables dentro de cualquier proceso o ámbito que desarrolle el individuo.

El proyecto busca establecer causas y consecuencias que se producen en el proceso educativo por esta problemática y que está afectando a los estudiantes directamente en el desarrollo cognitivo, psicomotriz y afectivo pues esto de la nutrición adecuada es una de los factores que incide en el desenvolvimiento escolar.

Es fundamental mencionar que la alimentación en el ámbito educativo juega un rol muy importante, en cuanto al desarrollo adecuado de los seres humanos en especial de los niños y niñas, ya que en la escuela es donde el estudiante incorpora conocimientos iniciales que le sirven para el desarrollo evolutivo de su vida.

3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

En la actualidad los hábitos alimenticios inciden a nivel del cuidado de la salud corporal de un individuo dentro de la sociedad. La falta de conocimientos sobre el tema y el olvido a los hábitos de alimentación es un aspecto negativo por lo que esta investigación es factible pues en la institución educativa se ha evidenciado un sinnúmero de falencias dentro de las mismas que impiden el avance del proceso escolar grupal y colectivo de los educandos fruto de esta problemática.

Esta investigación será la base del levantamiento de información de la situación actual que viene suscitando en la institución en el ámbito de alimentación y el aprendizaje escolar; de igual manera se podrá determinar las causas de la nutrición actual de cómo los estudiantes vienen a las aulas de la institución y generar una cultura de hábitos alimenticios adecuados para el ser humano y generar costumbres de alimentación apropiada en los discentes.

Los beneficiados de esta investigación será comunidad educativa, puesto que está enfocado este estudio para detectar las causas y consecuencias de la problemática actual de la institución. La investigación es factible porque en la institución donde se realizara el levantamiento de la información existe la apertura por parte de la autoridad institucional, docentes, estudiantes y padres de familia que ven como la realidad social en ámbitos de la alimentación inciden directamente en el rendimiento académico de quienes laboran en esta institución.

El proyecto busca fomentar una alimentación adecuada el mismo que le servirá como aprendizaje de cuidado, protección y respeto de su propio cuerpo, es importante también recordar que los mejores aprendizajes son los de la escuela y debemos poner de parte para poder desarrollar buenos hábitos de alimentación en los niños.

4. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO

Los beneficiarios directos son 58 estudiantes de la básica media de la institución, de ellos 26 niñas y 32 niños; y como beneficiarios indirectos serán 45 padres de familia, 8 docentes y un directivo.

5. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:

Los malos hábitos alimenticios producen enfermedades como obesidad y sobrepeso. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), los índices de esos males en Ecuador son impresionantes y constituyen una dolencia en marcha. Uno de cada tres niños en edad escolar y dos de cada diez adolescentes ecuatorianos padecen de sobrepeso u obesidad, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2011-2013, que también señala que entre 1986 y 2012, el sobrepeso en Ecuador se incrementó 104%. Esto se debe a que la mayor parte de la población consume alimentos elaborados con un alto grado de azúcares y grasas lo que produce el problema ya mencionado.

Según datos de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT-ECU 2011-2013): Ecuador registra un 8,6% de niños menores de cinco años con exceso de peso, mientras que en las edades entre 5 y 11 años, este índice se triplica, llegando al 29,9% y en el caso de los adolescentes, hasta el 26%.

Este problema radica en la clase de alimentación que se da en la actualidad debido a diferentes hábitos alimenticios que han adquirido la sociedad y a la adquisición de enfermedades que a la corta o larga repercutirá en las personas. Además cabe mencionar que la alimentación que recibió en la niñez determinará la calidad de vida en su adultez.

En la provincia de Pichincha el 28 % de los niños menores de cinco años de edad presenta una mala alimentación debido a la forma del como son alimentados en sus hogares y a causa de los productos que consumen en las instituciones educativas. Sobre este nivel, los indicadores más altos y preocupantes en niños y niñas hijos de hogares en los que padre y madre trabajan y dejan a los niños a custodia de familiares o de los hijos mayores. En el caso de Quito, el grado de la

mala alimentación es mayor que a nivel provincial (30%) y con similares diferenciales con respecto a los valores que presenta la provincia, aunque con niveles un poco más altos.

En la institución donde se realizara el levantamiento de la información para determinar el diagnóstico situacional se ha visualizado de manera directa que la forma de alimentarse de los estudiantes se debe a diferentes factores como lo son: la presencia de vendedores ambulantes los cuales expenden productos poco nutritivos o alimentos con altos índices de grasas y azúcares, lo cual propicia a la proliferación de nuevas enfermedades en los discentes y la práctica de malos hábitos alimenticios.

Además existe el poco interés sobre el tema por parte de los padres de familia, los cuales por motivos de trabajo han olvidado su rol en la institución y envían dinero como colación a sus hijos sin saber en qué productos son adquiridos con este.

6. OBJETIVOS:

Objetivo General

Establecer un diagnóstico situacional del aspecto de la alimentación en el proceso de aprendizaje escolar de los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Objetivos Específicos

- Fundamentar referentes teóricos en relación a la alimentación y el proceso enseñanza aprendizaje.
- Diseñar instrumentos de investigación que permitan recolectar información válida acerca de la alimentación en la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”.
- Analizar los resultados obtenidos para plantear conclusiones y recomendaciones.

7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ACTIVIDAD	RESULTADO DE LA ACTIVIDAD	MEDIOS DE VERIFICACIÓN
Objetivo 1 Fundamentar referentes teóricos en relación a la	Búsqueda de información bibliográfica.	Información bibliográfica suficiente.	Revisiones bibliográficas

alimentación y el proceso enseñanza aprendizaje.	Organización de la información.	Categorizar la información.	Redacción de citas bibliográficas e información.
	Redacción de los fundamentos científicos teóricos del proyecto.	Redactar, argumentar.	Redacción de la fundamentación científica técnica.
Objetivo 2 Diseñar instrumentos de investigación que permitan recolectar información valida acerca de la alimentación en la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”.	Determinación de la población.	Conteo simple	Establecimiento de la población Unidades de estudio
	Selección de métodos de investigación y técnicas de recolección de información.	Técnica e instrumento adecuado.	Encuesta, cuestionario
Objetivo 3 Analizar los resultados obtenidos para plantear conclusiones y recomendaciones.	Aplicación de instrumentos.	Información.	Aplicación de encuesta, entrevista, cuestionario.
	Tabulación de resultados.	Datos más relevantes.	Tabulaciones y análisis.
	Análisis e interpretación de resultados.	Datos más relevantes.	Exposición de resultados.
	Conclusiones y recomendaciones	Obtención de resultados reales.	Conclusiones y recomendaciones.

Elaborado por: Cristian Changoluisa

8. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO TÉCNICA

8.1. La Salud

Uno de los elementos de los hábitos alimenticios es la salud integral su importancia radica en que busca la prevención de enfermedades, el equilibrio entre la mente, las emociones y el cuerpo físico son tres pilares donde la salud se apoya.

En la actualidad existen gran cantidad de problemas relacionados a los malos hábitos alimenticios de los niños, el sedentarismo la comida rica en grasas e hidratos de carbono provocan un malestar en los estudiantes, esto no permite un desarrollo adecuado en los mismos.

Para un desarrollo armónico e integral de la persona es indispensable que esta se encuentre en un equilibrio total de su cuerpo y espíritu, para ello es importante que cada individuo cuide su cuerpo con un verdadero tesoro, si hay algo que no se puede comprar ni vender es la salud corporal y emocional.

Una de las definiciones de salud comúnmente aceptada, es la propuesta por la OMS, promulgada en 1946 y ratificada en 1978 (Alma Atta): “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad o padecimiento”, (pág. 32).

Según Feldenkrais, (1980) "La salud se mide por el shock (el impacto) que una persona pueda recibir sin comprometer su sistema de vida. Así, el sistema de vida se convierte en criterio de salud,... una persona sana es aquella que puede vivir sus sueños no confesados plenamente.", (pág. 22)

Dentro de este contexto la salud está considerada como un medio para llegar a un fin, la misma que permite a las personas llevar una vida individual, social y económicamente productiva. La salud es el pilar fundamental para el diario vivir de las personas. Si una persona no goza de una buena salud no tendrá un buen estilo de vida y por concomitantemente no podrá tener un desarrollo adecuado en las actividades que realiza diariamente ya sea individual o colectivamente, por eso es de vital importancia cuidar la salud

8.1.1. Tipos de salud.- La salud se ocupa de varios ámbitos, que va desde la salud física, salud mental y salud social; sin embargo de aquello dentro de la salud física es necesario la prevención de enfermedades y es aquí cuando se habla de salud preventiva.

8.1.1.1. Salud preventiva.- El complejo concepto de salud preventiva hace referencia a todas aquellas prácticas que las personas realizan para, justamente, prevenir la presencia de enfermedades o de diferentes situaciones en las que la salud se puede poner en peligro:

Decimos que es una noción compleja ya que es usualmente difícil establecer una clara línea entre la medicina preventiva y la medicina curativa (aquella que ejerce actividades de cura) porque en cierto sentido también la medicina curativa busca prevenir que aquella condición de ausencia de salud total se vuelva aún peor. Sin embargo, podemos comprender que la medicina preventiva es aquella en la que todavía no se ejercen sobre el organismo ningún tipo de tratamiento o cura sino más bien cuidados previos que tienen que ver con una mejor calidad de vida. (Alvarado, 2014 : pág. 12).

Por esta razón una de las acciones más importantes y definitorias de la salud preventiva es la creación de hábitos y costumbres que hagan que las personas lleven una calidad de vida más saludable, segura y duradera. En este sentido, en las instituciones educativas la prevención se puede realizar a través de campañas y de la generación de espacios en los que se difunda la información correspondiente a estudiantes y padres de familia sobre la prevención de enfermedades comunes en los niños y adolescentes y las medidas de prevención; porque es preferible prevenir que curar.

Así, la salud preventiva se vuelve especialmente importante y vital en aquellos ámbitos en los que no se cuenta con espacios de hábitat higiénicos, saludables y seguros. Los sectores donde viven los grupos sociales más humildes requieren, por tanto, mucha más presencia de la salud preventiva que, si actúa correctamente y logra resultados efectivos, aliviana mucho más el trabajo de la salud curativa.

Cando una persona alcanza el equilibrio total de su salud en todos estos ámbitos decimos que ha alcanzado la salud integral.

8.1.1.2. Salud integral.- La OMS (1948) define como Salud Integral " como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Esta definición incluye un componente subjetivo importante que se debe tener en cuenta en las evaluaciones de los riesgos para la salud" (pág.12).

Para Procosi, (2003), "salud Integral es un proceso dinámico de interrelación entre el individuo y su entorno social, económico, cultural, ambiental y político; que contribuye a su bienestar físico, mental, social y espiritual" (pág. 23).

Lo expuesto por la Precosi se puede decir que la salud integral es un todo, porque debe existir una interrelación entre el individuo y su entorno social lo que permite un bienestar físico, mental, social y espiritual de las personas.

Según Dubas & Pines, (1974)"la verdadera medida de la salud no es la ausencia de enfermedad o invalidez, sino la capacidad de funcionar efectivamente dentro de un determinado medio ambiente" (pág. 3).

Según Oblitas, (2006), la salud integral es el "bienestar físico, psicológico y social y va mucho más allá del sistema biomédico, abarcando la esfera subjetiva y del comportamiento del ser humano" (pág. 27).

En este sentido se considera pertinente para que las personas tengan un adecuado desarrollo físico, intelectual y psicológico es indispensable que tengan salud, estas permiten el desarrollo de capacidades y habilidades únicas y propias de los seres humanos, es decir las personas deben tener un equilibrio entre lo físico, psicológico y lo social lo que hará que se encuentren bien y se desenvuelvan adecuadamente. La salud integral solo se logra cuando existe un equilibrio entre los factores biológicos, físicos, mentales sociales, espirituales los mismos que permiten un desarrollo adecuado a lo largo de la vida de las personas haciendo de los mismos seres individuales y único capaces de desenvolverse dentro de la sociedad competitiva.

8.1.2. La Alimentación

Una de las necesidades básicas de todo ser vivo es la alimentación, pues sin alimentación el destino de todo organismo es la extinción, de ahí la importancia que reviste el presente tema de estudio debido a que es un factor de mucha importancia en la vida asolar de una persona.

Para la fraternidad Muprespa (2010) la alimentación es “el acto de proporcionar al cuerpo alimentos, un proceso consciente y voluntario. La calidad de la alimentación depende principalmente de factores económicos y culturales de las personas” (pág. 23). Para llevar a cabo todos los procesos de alimentación y nutrición, el organismo humano necesita un suministro continuo de alimentos que deben ser ingeridos por las personas. Sin embargo, estos nutrientes no se ingieren directamente, sino que forman parte de los alimentos que son consumidos diariamente.

En este contexto la etapa escolar de las personas se caracteriza principalmente por una importante adquisición de conocimientos y por el desarrollo físico del niño. Durante esta época el aprendizaje de unos buenos hábitos alimentarios será clave y determinará su comportamiento alimentario en la edad adulta. Prevenir entonces que adquieran unos malos hábitos alimentarios y mantener una buena alimentación es el mejor remedio para disminuir la incidencia de enfermedades no transmisibles en la edad adulta, puesto que la posibilidad de minimizar la aparición de estas enfermedades comienza en la infancia.

8.1.2.1. Alimentación saludable.- Para la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (2013), una alimentación saludable es aquella que “permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, conservar o restablecer la salud, disminuir el riesgo de padecer enfermedades, asegurar la reproducción, la gestación y la lactancia, y que promueve un crecimiento y desarrollo óptimos. Debe ser satisfactoria, suficiente, completa, equilibrada, armónica, segura, adaptada, sostenible y asequible”, (pág. 55).

De este modo el estado de salud de las personas depende de la calidad de vida, la calidad de alimentos que consumen, de la pureza del agua y los hábitos alimenticios de los mismos, esto permite alcanzar un funcionamiento óptimo del organismo, conservar la salud, para ello es necesario conocer la composición de cada uno de los alimentos, los nutrientes que nos aportan, de la cantidad de calorías que cada uno de ellos nos proporciona y qué funciones desempeñan en nuestro organismo.

8.1.3. La alimentación y el rendimiento académico.- Una de las grandes preocupaciones por las que atraviesan los sistemas educativos de todo el mundo es la obsesión por la calidad educativa.

Cada vez más, los recursos económicos de un país son destinados todos los años para la educación. Sin embargo, frente a este período de optimismo pedagógico, se vive hoy a nivel mundial un momento de replanteamiento crítico del sentido de la escuela en esta nueva época, es decir la formación integral del ser humano, una formación que trata de profundizar en problemáticas tan complejas como la carencia de un proceso nutricional apto e ideal que conlleven a que los niños aprendan sin problemas en un ambiente adecuado a sus necesidades.

Weber, (2009) en su obra “Nutrición y educación” se plantea la siguiente pregunta: “¿Cómo enseñarle a un niño que está hambriento?” (pág. 34). El mismo autor llega a la conclusión de que es importante y valioso que los estudiantes deben estar bien alimentados para que el proceso enseñanza aprendizaje sea ideal.

Los signos psicológicos que siempre encontramos en la desnutrición son: Alteración en el desarrollo del lenguaje, alteración en el desarrollo motor y alteración en el desarrollo del comportamiento (irritabilidad, indiferencia u hostilidad).

Bajo estos parámetros se ha determinado que un niño desnutrido tiene serias complicaciones para adaptarse en el proceso educativo.

Los signos físicos que acompañan a la desnutrición son:

- Déficit del peso y de la estatura que se espera para la edad
- Atrofia muscular (se observa un desarrollo inadecuado de los músculos)
- Retardo en la pubertad

La afirmación anterior invita a tener una óptica innovadora, el sistema educativo no puede permanecer al margen de estos trascendentales problemas en el ámbito de la vida diaria y tiene la necesidad, obligatoriedad, de responder a estas nuevas demandas sociales.

8.1.4. Los hábitos alimenticios.

Hoy en día es común observar en las escuelas niños con sobrepeso y algunos casos marcada obesidad, precisamente el factor de origen de este problema se ubica en los malos hábitos de alimentación que viene desde su hogar. Para abordar este tema es necesario puntualizar algunos conceptos relacionados a la alimentación. Así Yudkin (1993) define los siguientes conceptos:

8.1.4.1. Preferencia alimenticias: *son alimentos especiales que le gustan o no a los individuos.*

8.1.4.2. Elección alimenticia: *son los alimentos elegidos por el individuo en un momento determinado.*

8.1.4.3. Hábitos alimenticios: *son la suma de alimentos elegidos por un individuo y constituye su dieta total.*

8.1.4.4. Costumbres alimenticias: *este concepto se refiere a los patrones de consumo de poblaciones o grupos, quizá de una familia. No obstante dichos patrones se le conoce con frecuencia hábitos alimenticios. (pág. 12)*

Al asociar estos términos parecerían ser sinónimos, la realidad desvirtúa este criterio no siempre las preferencias o la elección de los alimentos consolidan un buen hábito alimenticio, muy por el contrario estos se los ha ido adquiriendo por costumbre dentro de la alimentación de un hogar o familia.

Según Bourgues, (1990) “El conocimiento profundo sobre la naturaleza de los hábitos alimenticios y de cómo se generan y evolucionan es la piedra angular para comprender la conducta alimenticia y modificarla en caso necesario” (pág. 20).

Según Fuentes, (2000) define a hábito “al modo especial de conducirse o proceder, este se puede adquirir por repetición de actos semejantes o iguales que tienen un origen en tendencia instintivas. También se puede considerar como la facilidad que se adquiere al paso del tiempo y con una constante práctica en una misma actividad o ejercicio”, (pág.23).

En conclusión se puede decir que los hábitos alimenticios son conductas y actitudes que tienen las personas para alimentarse. Es evidente que entorno a los hábitos alimenticios juegan diversos factores como son: las preferencias alimenticias, elección alimenticia, costumbres alimenticias que determinan el gusto y las preferencias de los alimentos que consumen

usualmente o diariamente cada uno de los individuos. También depende de la cultura, tradiciones, creencias, clima, vegetación, economía de las personas ligadas al medio geográfico y a la disponibilidad de alimentos con la que cuente. Bien puede decirse entonces que los hábitos alimenticios es la suma de alimentos que elige una persona para su dieta diaria.

8.2. La Educación.-

Una de las condiciones básicas del ser humano es su capacidad de socialización y el aprendizaje continuo; este segundo elemento se produce en la persona en la familia, el medio social y en las instituciones educativas.

La palabra educación viene del latín **educere** que significa conducir, guiar, orientar, aunque también es posible relacionarla con la palabra **educere**: sacar hacia fuera, llegando a la definición etimológica de "conducir hacia fuera".

“La educación puede definirse como el proceso de socialización de los individuos. Al educarse, una persona asimila y aprende conocimientos. La educación también implica una concienciación cultural y conductual, donde las nuevas generaciones adquieren los modos de ser de generaciones anteriores” (Bolaños, 2009: pág. 13).

De este concepto se infiere que la educación desarrolla una serie de habilidades y valores, que producen cambios intelectuales, emocionales y sociales en el individuo. De acuerdo al grado de concienciación alcanzado, estos valores pueden durar toda la vida o sólo un cierto periodo de tiempo.

La educación puede ser de dos vías: la educación informal y la educación formal; cuando se habla de educación informal se refiere a los aprendizajes que la persona adquiere en los medios sociales como la familia y la comunidad; mientras tanto que la educación formal se adquiere en las instituciones educativas. El Mineduc, (2011) establece los siguientes niveles en la educación esolarizada:

8.2.1 Niveles de la educación. - *En la mayoría de los sistemas educativos de todo el mundo la educación formal se encuentra dividida en tres niveles, estos niveles son: el inicial, educación básica y bachillerato.*

8.2.1.1. Nivel de educación inicial. - *El nivel de educación inicial es el proceso de acompañamiento al desarrollo integral que considera los aspectos cognitivo, afectivo, psicomotriz, social, de identidad, autonomía y pertenencia a la comunidad y región de los niños y niñas desde los tres años hasta los cinco años de edad, garantiza y respeta sus derechos, diversidad cultural y lingüística, ritmo propio de crecimiento y aprendizaje, y potencia sus capacidades, habilidades y destrezas.*

8.2.1.2. Nivel de educación general básica. - *La educación general básica desarrolla las capacidades, habilidades, destrezas y competencias de las niñas, niños y adolescentes desde los cinco años de edad en adelante, para participar en forma crítica, responsable y solidaria en la vida ciudadana y continuar los estudios de bachillerato. La educación general básica está compuesta por diez años de atención obligatoria en los que se refuerzan, amplían y profundizan las capacidades y competencias adquiridas en la etapa anterior, y se introducen las disciplinas básicas garantizando su diversidad cultural y lingüística.*

8.2.1.3. Nivel de educación bachillerato. - *El bachillerato general unificado comprende tres años de educación obligatoria a continuación de la educación general básica.*

Tiene como propósito brindar a las personas una formación general y una preparación interdisciplinaria que las guíe para la elaboración de proyectos de vida y para integrarse a la sociedad como seres humanos responsables, críticos y solidarios. Desarrolla en los y las estudiantes capacidades permanentes de aprendizaje y competencias ciudadanas, y los prepara para el trabajo, el emprendimiento, y para el acceso a la educación superior. (pág. 57-58).

Desde luego que la aspiración del Estado y de los mismos individuos es cruzar por todos estos niveles y complementarlos con la Educación Superior en pos de alcanzar un título profesional que les permita defenderse en la vida a través del desempeño de un trabajo digno y con una buena calidad de vida.

8.2.2. La Escuela.-

La escuela como centro educativo específico se ha dado multitud de definiciones a lo largo de la historia. Una de las primeras definiciones de la escuela giraba en torno a ésta como reunión voluntaria de un grupo profesional pedagógico junto a un grupo de individuos inmaduros, teniendo los primeros la misión de instruir y de educar y los segundos la de aprender y educarse. En la actualidad, la escuela es considerada como la forma de vida de la comunidad, es decir, la escuela transmite aquellos aprendizajes y valores que se consideran necesarios en la comunidad y que llevan a los alumnos a utilizar y mejorar sus capacidades en beneficio tanto de la sociedad como en el suyo propio.

“Podemos entender como escuela la comunidad educativa específica que como órgano se encarga de la educación institucionalizada. La escuela es el lugar donde se realiza la educación, donde se cumple la educación, donde se ordena la educación”. (Crespillo, 2010).

En cualquiera de las definiciones que se realizan de la escuela, siempre encontramos una serie de elementos fundamentales que intervienen y que hacen la escuela como institución, por ello, maestros y alumnos se encuentran siempre incluidos dentro de las distintas definiciones; profesores y estudiantes cuyas acciones y formas de actuar están supeditadas a un orden social y cultural del que la propia escuela toma su organización. Por ello, la escuela siempre va a ser

un órgano dependiente de la sociedad en la que se inserta, de la que forma parte. Es por tanto, una institución social destinada, dentro del área específica de la educación, a administrar la educación sistemática y que condiciona la formación y organización de grupos representados por educadores y educandos.

8.2.2.1. Evolución de la escuela.-

La escuela tal y como la conocemos actualmente no ha existido siempre sino que es el fruto de un largo desarrollo histórico. Según (Crespillo, 2010):

La educación en las sociedades primitivas era una educación espontánea, difusa, sin ningún tipo de organización e impulsada y promovida desde la propia familia y la comunidad en la que se desarrollaba el individuo, sin embargo, con el paso del tiempo se empezaron a dar distintas manifestaciones que evolucionarían hasta la educación sistemática. Destacando entre otros muchos procesos históricos la llegada de la Revolución Francesa donde se impone la Escuela Primaria, difundida y constatada durante los siglos XIX y XX y el actual siglo XXI. (pág. 57).

Sin embargo, muchas veces nos encontramos con que la relación de la escuela con la época suele ser más un ideal que una realidad porque muchas veces las escuelas crecen paralelas a la sociedad sin implicarse en los problemas de la época en la que le toca vivir, dedicándose fundamentalmente y casi exclusivamente a la transmisión de contenidos. La consecuencia de esto es que los alumnos ingresan y pasan por la escuela como si pasaran por un mundo totalmente distinto al suyo y que muchas veces es incapaz de prepararlos para la vida de la sociedad en la que se encuentran, la vida auténtica, la vida real con que se van a encontrar fuera de la escuela como institución.

8.2.2.2. Funciones de la escuela.-

La escuela es una institución multifuncional que desempeña distintos cometidos en relación con el sistema social global o sus subsistemas más relevantes. La escuela como institución tiene unas determinadas funciones dentro del sistema educativo, (Vizcaíno, 2010) destaca las siguientes funciones:

8.2.2.2.1. Función socializadora.- Se trata del aprendizaje de los jóvenes, de valores, normas, comportamientos, actitudes o aptitudes, enfocados a la cultura social dominante, en el contexto político y económico al que pertenece. Todos los procesos de socialización, condicionan a las nuevas generaciones, las formas de actuar, (Vizcaíno, 2010: 126).

Ahora bien, no debemos ocultar, otras funciones menos rimbombantes pero no menos dignas de ser consideradas. La primera de ellas, es la función de custodia, que sirve para permitir a las madres salir de los hogares “incorporación de la mujer al trabajo”, y para sacar a los jóvenes de las calles. Se trata de la tarea de la escuela, en custodiar y que los niños estén seguros mientras los padres trabajan.

En resumen la escuela es una institución que gestiona colectivos más que individuos, y los alumnos aprenden en ella a comportarse como miembros de aquéllos porque así es como la sociedad espera de ellos que se comporten el día de mañana. Las escuelas, son escenarios, de formas de participación que reproducen en mi natura, aunque con modificaciones la estructura general del Estado.

8.2.2.2.2. Función instructiva.- La escuela también tiene un papel instructivo, que lamentablemente es la función que más presente está en el sistema educativo, descuidando por completo las otras funciones sustantivas.

Para Palacios, Marchesí y Coll (2004) “La actividad de enseñanza-aprendizaje, sistemática e intencional, perfecciona el proceso de socialización espontáneo. Se desarrolla a través de unas actividades instructivas, y de los modos de organización de la convivencia y las relaciones interindividuales” (pág. 3).

En este sentido es ingenuo pretender que la escuela consiga la superación de tales desigualdades económicas y culturales, pero sí puede y debe ofrecer la posibilidad de compensar algunos defectos, como la discriminación en el espacio del currículo común y de una escuela obligatoria y gratuita, diversificando las orientaciones, los métodos y los ritmos de modo que los alumnos desarrollen actitudes, conceptos, estrategias alejados de la cultura pública, y puedan incorporarse a ese proceso de recrear, vivir, y reproducir.

8.2.2.2.3. Función educativa.- A título personal se considera la función más importante de la escuela. Para Melce, (2013) la función educativa:

Requiere una comunidad de vida, de participación democrática, de búsqueda intelectual de diálogo y aprendizaje. Una comunidad educativa que rompa las barreras ratificales entre la escuela y la sociedad, un espacio de cultura donde se aprenden los conceptos, herramientas técnicas y códigos de la cultura de la humanidad. Como consecuencia de la participación activa en el intercambio de significados, deseos y comportamientos con los compañeros y adultos (pág.32).

Por lo tanto la función educativa, requiere autonomía e independencia intelectual, y se caracteriza por el análisis crítico de los mismos procesos incluso legitimados democráticamente. La tarea educativa de la escuela se propone, la utilización del conocimiento y la experiencia más depurados. La potenciación del sujeto.

8.2.3. Proceso de enseñanza aprendizaje.-

Cuando se enfoca la acción central de la educación, sin duda alguna hay que referirse al proceso enseñanza aprendizaje, para la enciclopedia cubana Ecured, (2014) el proceso enseñanza aprendizaje:

Se entiende a la educación como un proceso consiente, organizado y dialéctico de apropiación de los contenidos y las formas de conocer, hacer, vivir y ser, construidos en la experiencia socio- histórico, como resultado de la actividad del individuo y su interacción con la la sociedad en su conjunto, en el cual se producen cambios que le permiten adaptarse a la realidad, transformarla y crecer como Personalidad, (pág. 12).

El proceso de enseñanza aprendizaje se concibe como el espacio en el cual el principal protagonista es el alumno y el profesor cumple con una función de facilitador de los procesos de aprendizaje. Son los alumnos quienes construyen el conocimiento a partir de leer, de aportar sus experiencias y reflexionar sobre ellas, de intercambiar sus puntos de vista con sus compañeros y el profesor. En este espacio, se pretende que el alumno disfrute el aprendizaje y se comprometa con un aprendizaje de por vida.

Dicho de otro modo el proceso enseñanza aprendizaje es la acción sustancial de la educación, donde existe una persona que enseña (el profesor) y otra que aprende (los estudiantes); ellos son los protagonistas, los paradigmas pedagógicos en la nueva educación establece un rol activo a los alumnos, ellos son quienes construyen su propio conocimiento en base a lo aprendido.

8.2.3.1. La Enseñanza.-

La enseñanza netamente es la acción pedagógica ejercida por el docente, mediante la relación dialógica del currículo y la didáctica, en este marco Navarro, (2013), afirma que la enseñanza es un” proceso mediante el cual se comunican o transmiten conocimientos especiales o generales sobre un tema. Tiene por objeto la formación integral de las personas, En este sentido la educación comprende la enseñanza propiamente dicha”, (pág. 34).

Según la enciclopedia cubana Ecured (2014) el proceso de enseñanza “produce un conjunto de transformaciones sistemáticas en los individuos, una serie de cambios graduales cuyas etapas

se suceden en orden ascendente. Es, por tanto, un proceso progresivo, dinámico y transformador”, (pág. 23).

Visto desde esta perspectiva la enseñanza es un proceso que busca transmitir conocimientos a las personas de temas que le ayuden en su diario vivir. La misma que es progresiva ya que va avanzando de acuerdo a su edad, dinámica porque busca diversas formas de llegar a los estudiantes y transformadora porque su objetivo es modificar su pensamiento.

8.2.3.2. El aprendizaje.-

En correlación al tema definido en los párrafos anteriores, el aprendizaje es el resultado de la acción del docente, es decir el logro pedagógico sobre los estudiantes. En palabras de Schmeck (1988), “el aprendizaje es un sub-producto del pensamiento... Aprendemos pensando, y la calidad del resultado de aprendizaje está determinada por la calidad de nuestros pensamientos”. (p. 171).

De acuerdo con Pérez Gómez (1992) “el aprendizaje se produce también, por intuición, o sea, a través del repentino descubrimiento de la manera de resolver problemas”, (pág. 14).

Según la enciclopedia cubana Ecured (2014) el aprendizaje es:

Un proceso de naturaleza extremadamente compleja, cuya esencia es la adquisición de un nuevo conocimiento, habilidad o capacidad. Para que dicho proceso pueda considerarse realmente como aprendizaje, en lugar de una simple huella o retención pasajera, debe poder manifestarse en un tiempo futuro y contribuir, además, a la solución de problemas concretos, incluso diferentes en su esencia a los que motivaron inicialmente el desarrollo del conocimiento, habilidad o capacidad.

De acuerdo con Pérez Gómez (1992) el aprendizaje se produce también, por intuición, o sea, a través del repentino descubrimiento de la manera de resolver problemas.

De allí pues el aprendizaje es un proceso que ayuda a la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades y capacidades, que perdura a lo largo de toda la vida de las personas. Inclusive el aprendizaje en algunas ocasiones puede ser repentino o informal, puede surgir también, por intuición, o sea, a través del repentino descubrimiento de la manera de resolver problemas.

8.2.4. El rendimiento escolar.-

En la actualidad se puede observar como los adultos deben realizar múltiples tareas para sostenerse a sí mismos y a sus familias, lo que ha llevado a que los padres descuiden a sus hijos y no puedan estar alertas en el día a día de los mismos con respecto al desempeño escolar de

sus hijos. La mayoría de los padres de familia asocian el éxito o el fracaso escolar de sus hijos con premios o castigos es decir si el niño obtiene buenas calificaciones lo premian y si el niño obtiene malas notas lo castigan.

Cuando el niño muestra en casa su bajo rendimiento académico los padres empiezan a buscar culpables ocasionando más problemas al niño de los que ya tenía, pero también el castigo muchas de las veces viene impartido desde la escuela debido a que ya lo catalogaron como un niño problema, estas situaciones en definitiva lo único que logran es marcar al estudiante y hacer que pierdan la confianza en los potenciales de sí mismo.

Ruiz, (2002), dice al respecto “El rendimiento escolar es un fenómeno vigente, porque es el parámetro por el cual se puede determinar la calidad y la cantidad de los aprendizajes de los alumnos y además, porque es de carácter social, ya que no abarca solamente a los alumnos, sino a toda la situación docente y a su contexto”. (pág. 52).

Según Cortez, (s.f.) lo define como: “Nivel de conocimiento de un alumno medido en una prueba de evaluación. En el rendimiento académico, intervienen además del nivel intelectual, variables de personalidad (extroversión, introversión, ansiedad...) y motivacionales, cuya relación con el rendimiento académico no siempre es lineal, sino que está modulada por factores como nivel de escolaridad, sexo, actitud.” (pág. 65).

La conclusión derivada de las definiciones anteriores, permite resaltar que el desempeño escolar de los estudiantes depende en gran parte del ambiente socio-familiar por el que se encuentra rodeado y en la niñez depende del medio social que más incide sobre ellos, los problemas en la escuela son expresiones de que algo está sucediendo con el estudiante en su convivencia familiar o escolar.

8.2.4.1. Tipos de rendimiento escolar.- Existen diferentes tipos de desempeño escolar los cuales se mencionara a continuación, resumiendo lo escrito por Navarro, (2012) el desempeño puede ser: individual, general y específico.

8.2.4.1.1. Rendimiento individual.- Se da por manifiesto en la adquisición de conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes. Mediante esto el maestro puede tomar decisiones pedagógicas para un futuro. El rendimiento individual tiene su fundamento en la exploración de los conocimientos y hábitos culturales, también tiene mucho que ver el campo cognoscitivo o intelectual del estudiante.

8.2.4.1.2. Rendimiento general.- se manifiesta mientras el estudiante acude a la institución educativa, en el aprendizaje de las líneas de acción educativa y los hábitos culturales junto con su comportamiento y conducta dentro de la misma.

8.2.4.1.3. Rendimiento específico.-Se manifiesta en la resolución de los problemas del estudiante, el desarrollo de su vida familiar, social que se les presentara en un futuro. Si se evalúa la vida afectiva del alumno se debe tomar en cuenta su conducta.

Es pertinente considerar que en todos estos tipos de desempeño el docente tiene mucho que ver con sus niveles, pues mediante su acción pedagógica se garantiza o pone en duda la concreción de metas educativas. Por lo tanto el desempeño no solamente es el reflejo de la dedicación del estudiante o el grupo de estudiantes, también depende en gran medida del profesionalismo del sujeto que medía el conocimiento.

8.2.4.2. Causas de un rendimiento escolar bajo.- En la actualidad se señalan varias causas por las que los estudiantes tienen un desempeño escolar bajo. Las mismas que pueden ser la familia el ambiente que lo rodea su autoestima.

Krauskopf (2007) menciona que “Para una exitosa inserción escolar es necesario que los y las adolescentes cuenten con una elevada autoestima, buenas habilidades sociales, intelectuales y de aprendizaje, eficientes mecanismos de resolución de problemas, metas y un entorno académico que actúe como medio para el desarrollo personal y social”, (pág. 13).

Martínez (2007) se refiere a la familia como un factor importante dentro del desempeño escolar de educando, tanto por las relaciones que se establecen en el hogar, como por los estímulos intelectuales, culturales, que se brindan, así como la forma que le enseñan al niño para ocupar el tiempo libre. Ya que la familia es la instituciones natural más importante en la formación del educando. (2007).

En estas circunstancias no se requiere ser especialista para avizorar que el éxito educativo del alumno depende de factores sociales, psicológicos, emocionales, pedagógico, funcionales y de infraestructura que armonizados en un todo único llevan al éxito o fracaso escolar.

9. PREGUNTAS CIENTIFICAS:

- ¿Cuál es el fundamento teórico que sustentaran la investigación acerca de la alimentación y el proceso de aprendizaje?

- ¿Qué diseño metodológico se empleara para la recolección de información acerca de la temática planteada?
- ¿Qué proceso de análisis de resultados obtenidos deriva en el diagnóstico de las conclusiones y recomendaciones del proyecto?

10. METODOLOGÍAS Y DISEÑO EXPERIMENTAL:

10.1 Enfoque investigativo

En la presente investigación el enfoque a utilizarse en la investigación es el cuantitativo porque en esta se recopiló información mediante la aplicación de una técnica y su instrumento que permitieron establecer datos e información; estas fueron la encuesta aplicada al directivo institucional, docentes, padres de familia y estudiantes de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”.

Además se utilizó la estadística para elaborar las tablas y los gráficos la cual ayudo al análisis e interpretación de resultados que fueron extraídos.

10.2. Tipos de investigación

10.2.1. Exploratorio.-

Este tipo de investigación permitió acercarse a la realidad actual del objeto a investigarse e ingresar al contexto en el que se desarrolla el fenómeno, buscando las causas que originan el problema de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en los estudiantes del subnivel básica media de la institución.

10.2.2. Descriptiva

Esta investigación es de tipo descriptivo porque se pudo especificar las propiedades, características, y perfiles de personas, grupos o comunidades procesos, objetos o cualquier otro fenómeno. También porque se describen los datos obtenidos y nos permite dar conclusiones y recomendaciones, generando un impacto positivo en los beneficiarios.

10.2.3. De campo

La investigación se realizó en la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”, para alcanzar la información requerida dentro de la institución se utilizó la encuesta y de esa manera se obtuvo información real este instrumento se aplicó a la autoridad educativa, docentes, estudiantes y padres de familia, con el fin de recopilar los datos necesarios sobre la problemática obteniendo información real y actual del problema de estudio, que será posteriormente analizada y discutida, en búsqueda de conclusiones.

10.2.4. Bibliográfica

Este tipo de investigación se utilizó en el desarrollo del marco teórico ya que se acudió a fuentes digitales escritas tales como revistas, textos, tesis y páginas electrónicas referentes al tema de estudio, con un aporte investigativo a desarrollarse en el mismo lugar donde se producen los acontecimientos para el diagnóstico de la realidad del sistema educativo vigente.

10.3. Métodos

Para la realización del presente proyecto se ha empleado los siguientes métodos:

10.3.1. Método Científico.

El presente método de investigación se aplica en la fundamentación científica y técnica, de fuentes bibliográficas como libros, revistas, páginas electrónicas; permitiendo registrar información verídica y confiable referente al tema de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje y en el desarrollo de todo el proceso de elaboración del proyecto.

10.3.2. Método empírico

Para el desarrollo del proyecto se utilizó el método empírico para obtener datos mediante el instrumento la encuesta, la misma que se aplicó a la autoridad educativa, docentes, estudiantes y padres de familia de la institución, para de esta manera conocer las causas y consecuencia que produce la problemática de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje.

10.3.3. Método analítico-sintético.

Este método se utilizó para la selección de información para la construcción del marco teórico, así como también para analizar, sintetizar y discutir de los datos obtenidos después de la aplicación del instrumento de recolección a la autoridad educativa, docentes, estudiantes y padres de familia de la institución

10.3.4. Método empírico

Para el desarrollo del proyecto se utilizó el método empírico para obtener datos mediante la encuesta, la que permitió aplicarla a la autoridad educativa, docentes, estudiantes, y padres de familia de la escuela para de esta manera conocer cuáles son los factores que están causando la problemática de la alimentación en la institución.

10.3.5. Método estadístico

En este proceso de investigación se utilizó el método estadístico, fue fundamental para comparar, describir y analizar los datos obtenidos, que permitió realizar un análisis profundo de las encuestas aplicadas a la autoridad educativa, docentes, estudiantes y padres de familia, esto permitió diagnosticar la incidencia de la problemática en el proceso de enseñanza aprendizaje.

10.4. Técnicas e instrumentos

10.4.1. Encuesta.

Esta técnica se utilizó para obtener un resultado de la población investigada, se aplicó directamente con su respectivo instrumento a la autoridad institucional, docentes, estudiantes y padres de familia de la institución, para identificar sus conocimientos interpersonales sobre el tema que necesita saber el investigador.

10.4.2. Cuestionario.

Este instrumento se formuló con una serie de preguntas precisas para obtener información del tema a investigar a la autoridad institucional, docentes, estudiantes y padres de familia, que consistían en preguntas relacionadas a la problemática de la alimentación en los estudiantes durante el proceso de enseñanza aprendizaje.

10.5. Población

Los partícipes en esta investigación se descomponen en:

TABLA N° 1 Población

GRUPOS	POBLACIÓN	PORCENTAJE (%)
DIRECTIVO Y DOCENTES	9	8%
ESTUDIANTES	61	51%
PADRES DE FAMILIA	50	42%

TOTAL	120	100%
-------	-----	------

Elaborado por: Cristian Changoluisa

11. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS:

ENCUESTA DIRIGIDA A AUTORIDAD EDUCATIVA Y DOCENTES DE LA ESCUELA FISCAL “AVIACIÓN DEL EJÉRCITO”

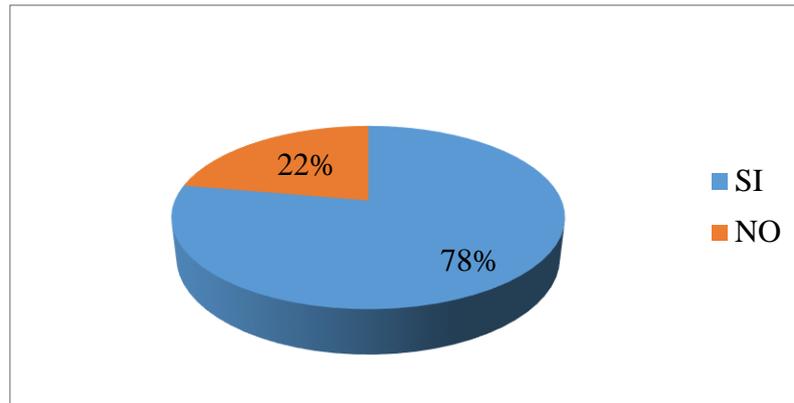
1. Dentro de la institución conoce de estudiantes que tengan trastornos alimenticios?

TABLA N° 2 Estudiantes con trastornos alimenticios

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	7	78%
NO	2	22%
TOTAL	9	100%

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 1 Estudiantes con trastornos alimenticios

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el primer indicador de la encuesta aplicada se determina que el 78% de los docentes aseveran que existen trastornos alimenticios en los estudiantes, y un 22% manifiestan que no existen este tipo de deficiencias en los estudiantes.

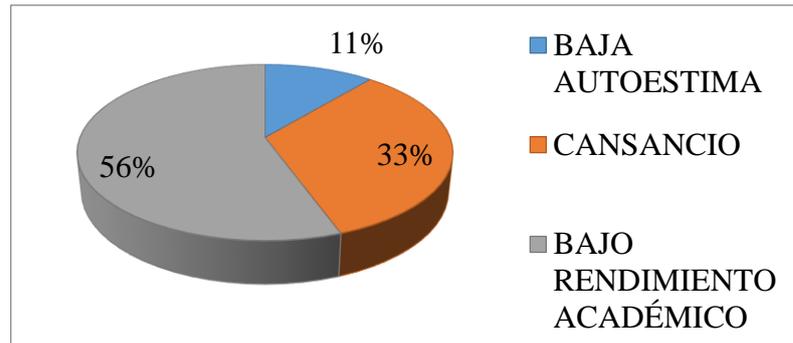
Los trastornos alimenticios de los estudiantes en la institución se determina como un factor influyente en el desenvolvimiento pedagógico de los niños, esto se puede deber, a diferentes factores que pueden incidir en el desarrollo psíquico, fisiológico, social, cultural, emocional y dificultades en la dinámica escolar de los estudiantes que verán retrasados aspectos propios del aprendizaje y del trabajo en el aula de clase y fuera de ella.

2. ¿Qué efectos ha notado en los estudiantes en referencia a la educación?

TABLA N° 3 Efectos de la alimentación.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
BAJA AUTOESTIMA	1	11%
CANSANCIO	3	33%
BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO	5	56%
TOTAL	9	100%

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 2 Efectos de la alimentación.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador de la encuesta aplicada a docentes y autoridad educativa el 56% de afirma que el bajo rendimiento académico como efectos de la alimentación; mientras que en un 33% afirma al cansancio y el 11% hace referencia a la baja autoestima.

Se puede determinar que los efectos de la alimentación repercute en todos los ámbitos de la sociedad, y como no en el ambiente educativo el rendimiento escolar es fundamental para el la escolaridad de las personas, donde los estudiantes con este inconveniente tendrá muchos inconvenientes en su educación formal y se evidenciara esta falencia en las aulas de clase como una problemática que afecte a la educación general de las personas.

3. ¿Los alimentos que se comercializan dentro y fuera de la institución cuentan con normas de alimentación y nutrición?

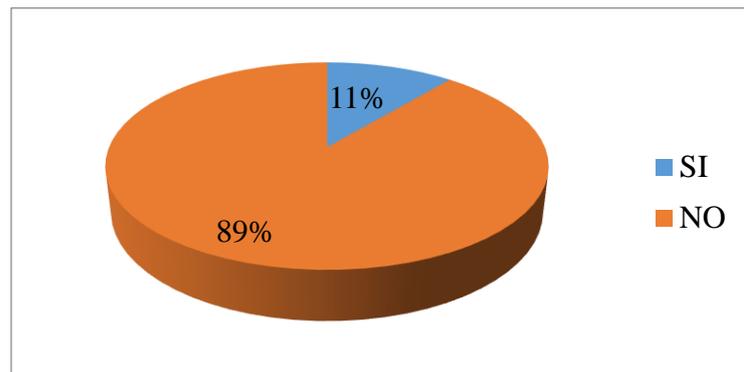
TABLA N° 4 Alimentos con normas de alimentación y nutrición.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	1	11
NO	8	89
TOTAL	9	100

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 3 Alimentos con normas de alimentación y nutrición.



Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente indicador se puede evidenciar que el 89% de docentes confirman que los alimentos que se comercializan fuera de la institución no cuentan con las respectivas normas de alimentación y nutrición; mientras que el 11% manifiesta que si a esta problemática.

Todos los alimentos deben tener las respectivas normas de alimentación y nutrición para la prevención de enfermedades en los estudiantes, en la parte exterior de la institución existe la presencia de vendedores los mismos que en su mayoría no brindan productos saludables. A esta problemática se puede solicitar que vendan productos que brinden a los discentes alimentos que aporten con vitaminas y nutrientes para el desarrollo físico e intelectual de los educandos.

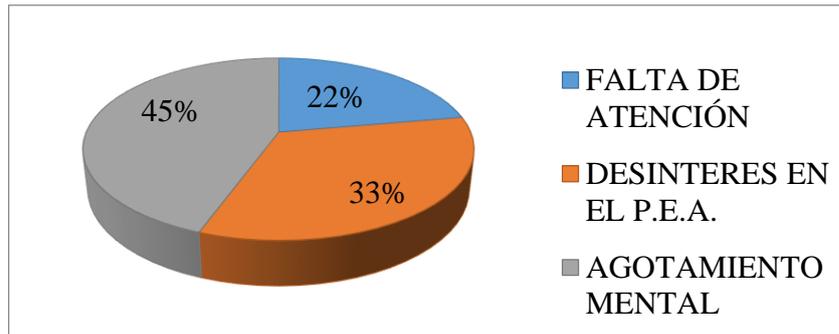
4. ¿Cómo se evidencia la falta de una alimentación dentro del aula?

TABLA N° 5 Efectos de la alimentación en el aula.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
FALTA DE ATENCIÓN	2	22%
DESINTERES EN EL P.E.A.	3	33%
AGOTAMIENTO MENTAL	4	44%
TOTAL	9	100%

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 4 Efectos de la alimentación en el aula.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Se determina según la encuesta que el 45% de docentes mencionan que el efecto de la alimentación dentro del aula es el agotamiento mental; mientras que en un 33% esta problemática se observa en el desinterés en el proceso enseñanza aprendizaje y en un 22% afecta en la falta de atención de los estudiantes.

La alimentación de los seres humanos debe ser balanceada la misma que está compuesta de la siguiente manera: baja en grasas, pobre en calorías, deficiente en vitaminas y minerales; como consecuencia de problemática se puede identificar el agotamiento mental en los discentes que es visualizado directamente en las aulas de clase, lo que posteriormente este inconveniente causara otros inconvenientes que no permitirá el desarrollo adecuado del proceso de enseñanza aprendizaje en la escolaridad.

5. ¿Ha realizado acciones o actividades dentro y fuera del aula para generar una cultura alimenticia en los estudiantes?

TABLA N° 6 Acciones para una cultura alimenticia.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	8	89%
NO	1	11%
TOTAL	9	100%

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 5 Acciones para cultura alimenticia.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El análisis del presente indicador el 89% de los docentes menciona que realiza diversas actividades dentro y fuera del aula para promover una cultura alimenticia en los estudiantes, mientras que el 11% determina lo contrario.

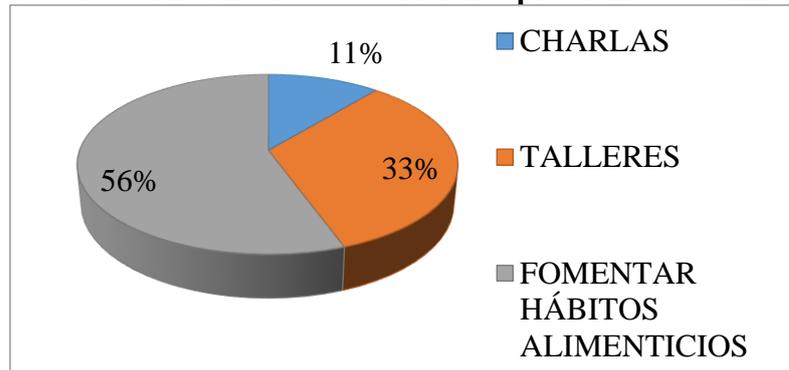
Los hábitos alimenticios inadecuados en los estudiantes se pueden mejorar con el trabajo de docentes en el aula y motivar a los padres de familia que fomenten una cultura alimenticia donde esta no sea una tarea del docente o de sus progenitores, sino sea un trabajo conjunto y como resultado los discentes diferencien a hábito, costumbre, cultura, y preferencia alimentaria, como términos desemejantes.

6. ¿Qué alternativas de solución se puede dar en estos casos?

TABLA N° 7 Alternativas de solución a problemas de alimentación.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
CHARLAS	1	11%
TALLERES	3	33%
FOMENTAR HÀBITOS ALIMENTICIOS	5	56%
TOTAL	9	100%

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 6 Alternativas de solución a problemas de alimentación.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador representa al 56% de los docentes encuestados que manifiesta como una solución al problema de la alimentación en la institución fomentar hábitos de alimentación en los estudiantes. Mientras que el 33% propone concientizar de la problemática con talleres para viabilizar de mejor manera a este inconveniente y finalmente el 11% propone charlas sobre la problemática a los discentes.

Las soluciones para esta problemática son muchas y estas deben ser promovidas en el hogar de los educandos y direccionadas de forma adecuada en la institución, puesto que los hábitos alimenticios son conductas y actitudes que tienen las personas para alimentarse, esto se puede lograr aplicando diferentes alternativas y el trabajo conjunto de toda la comunidad educativa.

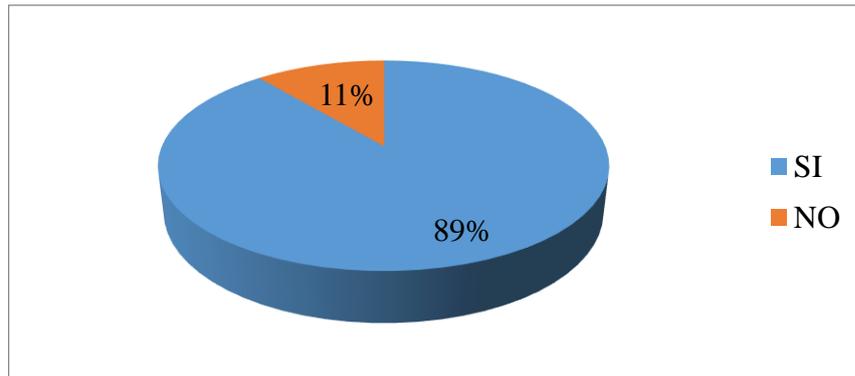
7. ¿Considera Ud. que la alimentación incide en el proceso de enseñanza aprendizaje?

TABLA N° 8 Incidencia de la alimentación en el P.E.A.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	8	89
NO	1	11
TOTAL	9	100

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 7 Incidencia de la alimentación en el P.E.A.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El 89% de los docentes mencionan que la alimentación inadecuada de los educandos incide dentro del Proceso Enseñanza Aprendizaje. Y el 11% determina que esto no repercute en las aulas de clase.

Los factores que influencia en la escolaridad de los seres humanos son muchos y uno de vital importancia es la alimentación, en el proceso de enseñanza aprendizaje es fundamental ya que se considera al proceso de enseñanza aprendizaje al espacio en el cual los principales protagonistas son los alumnos y el profesor. En este espacio se procura que el estudiante disfrute el aprendizaje para lo cual debe tener una alimentación diaria adecuada y balanceada.

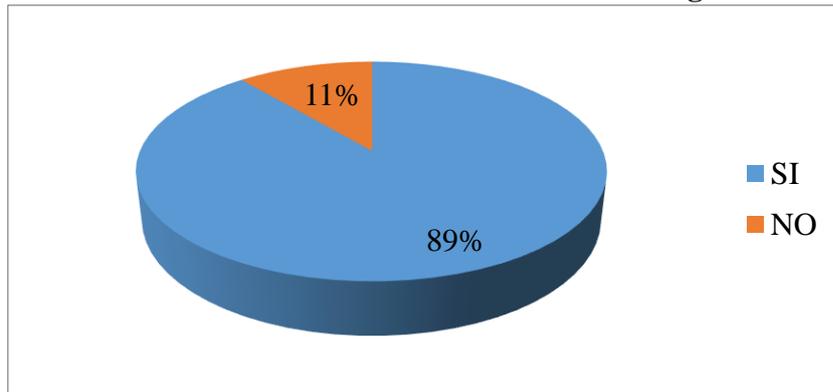
8. ¿Considera Ud. que la alimentación es uno de los factores que influncian en la educación a nivel general?

TABLA N° 9 Alimentación en la educación general.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	8	89
NO	1	11
TOTAL	9	100

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 8 Alimentación en la educación general.

Fuente: Docentes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

La encuesta determina que el 89% de los docentes encuestados afirma que la alimentación es uno de los factores que influyen en la educación general. Mientras el 11% no asevera a este indicador.

La educación a nivel general se considera a todos los niveles de educación formal que las personas reciben a lo largo de su vida, los estudiantes en edad escolar necesitan de una alimentación adecuada para un buen desenvolvimiento dentro de las aulas de clase donde se desarrolla la enseñanza y aprendizaje.

ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FISCAL “AVIACIÓN DEL EJÉRCITO”

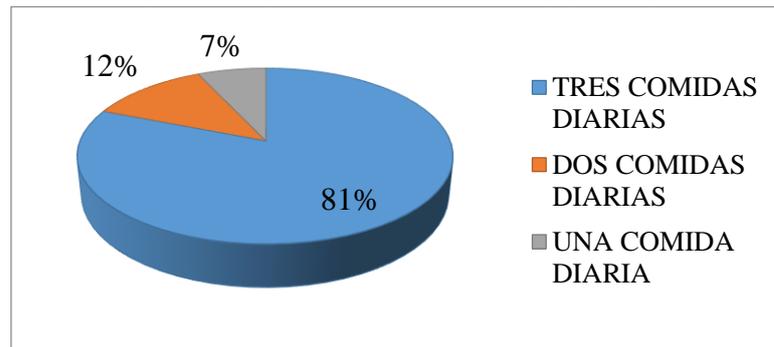
1. Tú en el hogar cuantas comidas consumes?

TABLA N° 10 N° de comidas diarias

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
TRES COMIDAS DIARIAS	47	81
DOS COMIDAS DIARIAS	7	12
UNA COMIDA DIARIA	4	7
TOTAL	58	100

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 9 N° de comidas diarias

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el primer indicador de la encuesta aplicada a estudiantes determina que el 81% consume diariamente las tres comidas básicas, mientras que el 12% menciona que solo consume dos y el 7% afirma que solo tiene como alimentación diaria una de las comidas.

El desarrollo de la sociedad se debe a la alimentación que reciben los individuos, una persona necesita alimentarse de tres comidas en el día, la ingesta de una alimentación completa es importante para el desenvolvimiento adecuado del ser humano en el medio que lo rodea, además cumplir con nutrientes y vitaminas para el desarrollo adecuado del cuerpo humano, en la institución donde se realizó el levantamiento de esta información si cumplen la mayor incidencia en los estudiantes de la escuela.

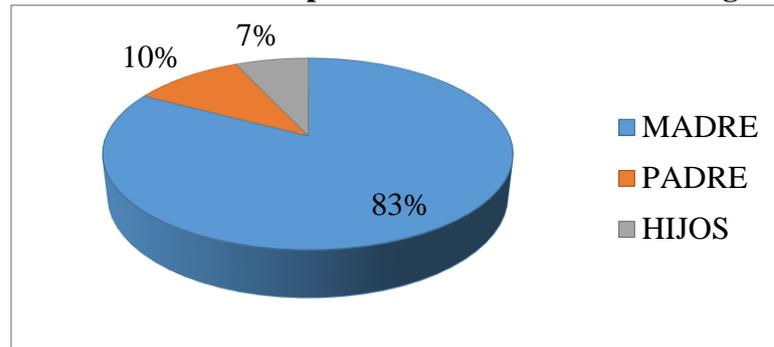
2. ¿Quién prepara los alimentos en el hogar?

TABLA N° 11 Preparación de alimentos en el hogar.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
MADRE	48	83%
PADRE	6	10%
HIJOS	4	7%
TOTAL	58	100%

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRAFICO N° 10 Preparación de alimentos en el hogar.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador de la encuesta los estudiantes aseveran con el 83% que en casa la madre es la encargada de la preparación de los alimentos; mientras que el 10% determina la misma actividad al padre de familia y el 7% de dicentes sus hermanos son quienes cumplen con esta función.

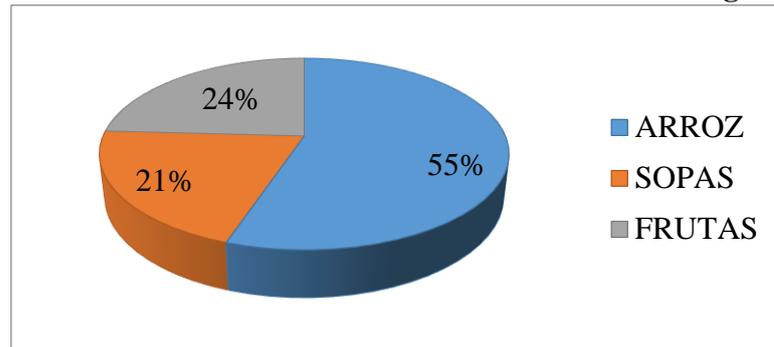
La alimentación adecuada es aquella que permite alcanzar un funcionamiento óptimo del organismo, conservar la salud, para ello es necesario conocer la composición de cada uno de los alimentos, en la institución donde se realizó el levantamiento de esta información existen muchos factores por los cuales todos los miembros de la familia se encargan de esta actividad, pero en su mayoría la principal encargada es figura materna del hogar siendo así la encargada de mantener en cuenta los nutrientes que nos aportan a nuestro organismo.

3. ¿Qué comidas consumen más en casa?

TABLA N° 12 Preferencias alimenticias en el hogar.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
ARROZ	32	55%
SOPAS	12	21%
FRUTAS	14	24%
TOTAL	58	100%

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 11 Preferencias alimenticias en el hogar.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Se puede determinar que dentro de las preferencias alimenticias de los estudiantes está el arroz con el 55%, mientras que el 24% determina las frutas como su producto preferido en dieta diaria y el 24% consume sopas.

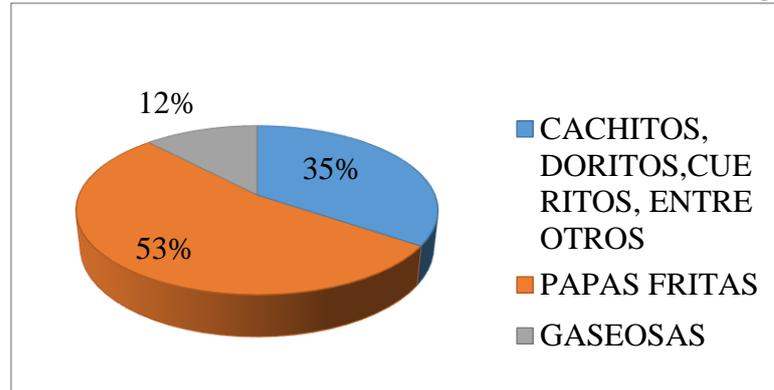
En la institución existen elección alimentaria por parte de los estudiantes ya que este término hace referencia a los alimentos elegidos por el individuo en un momento determinado de alimentarse, en la institución muchos de los estudiantes consumen carbohidratos en su dieta diaria, y por este motivo puede generar otros inconvenientes para la salud de toda una sociedad.

4. ¿Cuál de los siguientes productos te gustan?

TABLA N° 13 Preferencias alimenticias fuera del hogar.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
CACHITOS, DORITOS, CUERITOS, ENTRE OTROS	20	34%
PAPAS FRITAS	31	53%
GASEOSAS	7	12%
TOTAL	58	100%

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRAFICO N° 12 Preferencias alimenticias fuera del hogar

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador el 53% de estudiantes menciona como preferencia alimenticia fuera del hogar a las papas fritas, el 35% consume snacks como (cachitos, doritos, cueritos, entre otros) y el 12% determina que bebe gaseosas.

Las preferencias alimenticias son los alimentos especiales que le gustan o no a los individuos, en la institución se ha visualizado como favoritismo alimenticio de los estudiantes el consumo de papas fritas la misma que es perjudicial en la salud de los educandos al ser este un alimento que contiene altos niveles de grasas saturadas de debe controlar el puesto que puede acarrear un sinnúmero de enfermedades en el cuerpo de los alumnos.

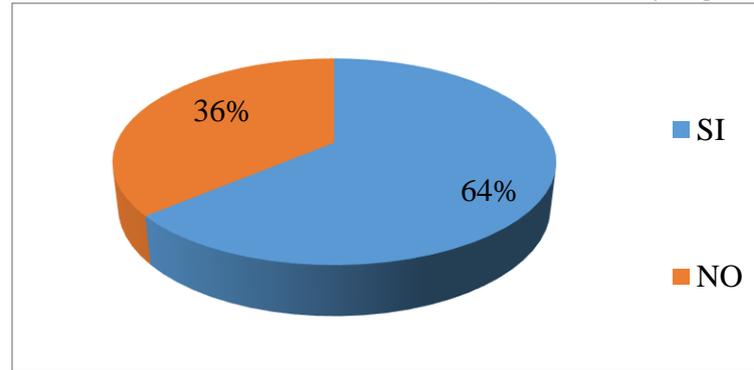
5. ¿Consumes con frecuencia productos como: verduras, hortalizas y legumbres?

TABLA N° 14 Consumo de verduras, hortalizas y legumbres.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	37	64
NO	21	36
TOTAL	58	100

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 13 Consumo de verduras, hortalizas y legumbres.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente cuadro indica que el 64% de los estudiantes si consumen alimentos como verduras, hortalizas y legumbres; mientras que el 36% determina lo contrario.

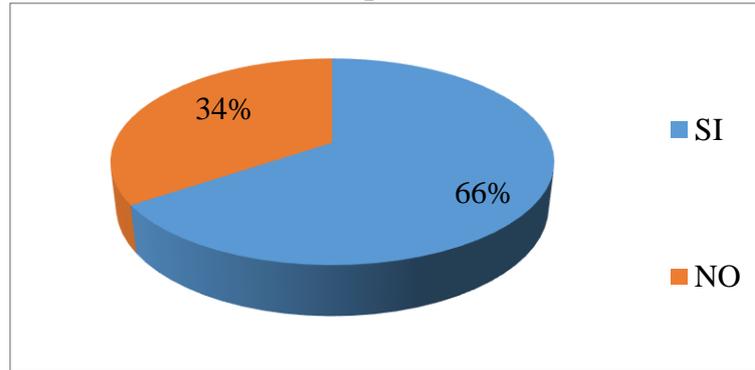
Los hábitos alimenticios son la suma de alimentos elegidos por un individuo y constituye una dieta total de los individuos, los productos como verduras, hortalizas y legumbres son una fuente de vitaminas y minerales que aportaran al cuerpo humano por lo cual en la institución educativa se debe promover el consumo en la dieta diaria de los estudiantes.

6. **Te has enfermado por consumir por consumir productos como: cachitos, doritos, cueritos, papas fritas, gaseosas entre otros.**

TABLA N° 15 Enfermedades por consumo de comida inadecuada.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	38	66
NO	20	34
TOTAL	58	100

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 14 Enfermedades por consumo de comida inadecuada.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En la gráfica determina que el 66% de los estudiantes encuestados manifiesta que si se han enfermado por el consumo de comidas inadecuadas, mientras que el 34% mencionan lo contrario.

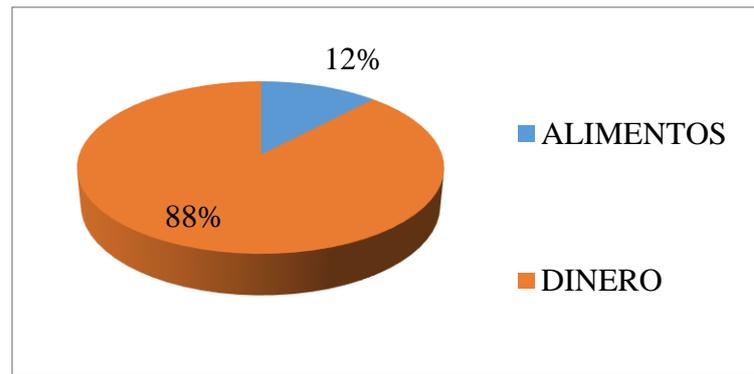
Una buena alimentación permite alcanzar y mantener un funcionamiento óptimo del organismo, conservar o restablecer la salud, disminuir el riesgo de padecer enfermedades, en la institución se determina los estudiantes se han enfermado por el consumo de productos como: cachitos, doritos, cueritos, papas fritas, gaseosas entre otros. Esto se debe a la gran cantidad de grasas, azúcares que contienen estos productos y por este motivo pueden convertirse en un riesgo para la salud de las personas en edad escolar.

7. ¿Qué llevas a la escuela para alimentarte?

TABLA N° 16 Colación en los estudiantes.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
ALIMENTOS	7	12
DINERO	51	88
TOTAL	58	100

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 15 Colación de los estudiantes.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente indicador determina que el 88% de estudiantes lleva dinero para alimentarse en la escuela; mientras que el 12% de los encuestados menciona que parte de su colación son alimentos

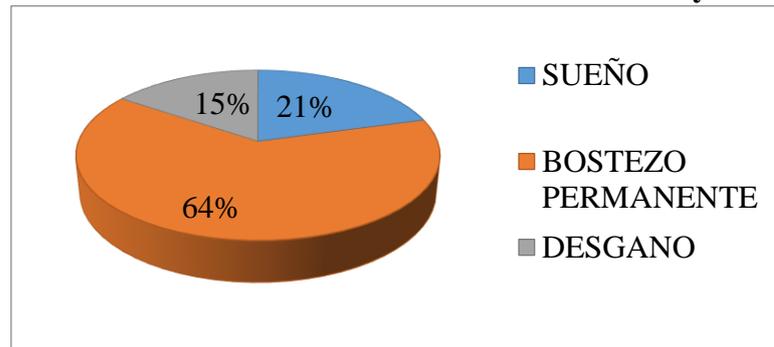
La alimentación es importante en el desarrollo académico de los estudiantes, y es una responsabilidad de los padres de familia el saber cómo se alimentan fuera del hogar, puesto que es aquí donde no existe el control en los productos que consumen; en las instituciones se debe promover que los alimentos que adquieren los discentes cuenten con nutrientes los mismos que permitirán un bienestar físico, mental, social de los educandos.

8. ¿Cuándo no has desayunado has tenido alguno de estos aspectos en el aula como:

TABLA N° 17 Efectos de no consumir el desayuno.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SUEÑO	12	21%
BOSTEZO PERMANENTE	37	64%
DESGANO	9	15%
TOTAL	58	100%

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 16 Efectos de no consumir el desayuno.

Fuente: Estudiantes Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

Este indicador representa al bostezo permanente con el 64% en los estudiantes, mientras que el 21% de los encuestados afirma que esto le produce sueño y el 15% representa al desgano por parte de los discentes.

La alimentación es un factor indispensable en el desarrollo de las personas en el proceso de enseñanza aprendizaje, la falta de uno de estos en el proceso de alimentación diaria repercute en las actividades cotidianas de escolaridad produciendo efectos como el bostezo, sueño y desgano al momento de realizar las diferentes actividades dentro del aula de clase.

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DE LA ESCUELA FISCAL “AVIACIÓN DEL EJÉRCITO”

1. ¿Quién prepara los alimentos en casa?

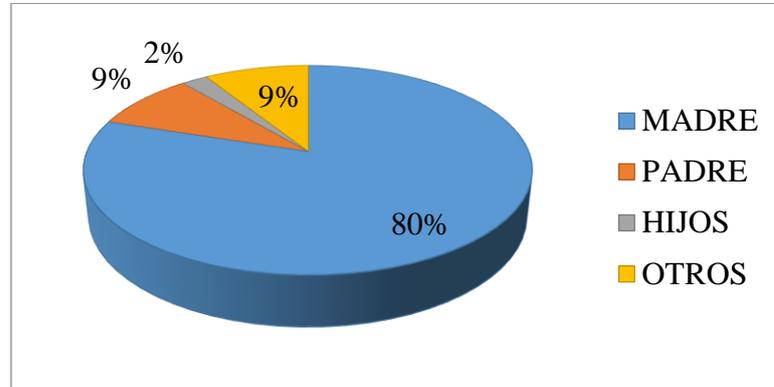
TABLA N° 18 Preparación de alimentos en el hogar.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
MADRE	36	80
PADRE	4	9
HIJOS	1	2
OTROS	4	9

TOTAL	45	100
-------	----	-----

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 17 Preparación de alimentos en el hogar.



Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador de la encuesta aplicada a padres de familia de la institución el 80% manifiesta que la madre es quien prepara los alimentos en el hogar, el 9% indica que los padres realizan esta actividad, mientras que el 2% lo realiza los hijos y finalmente el 9% lo ejecutan otras personas.

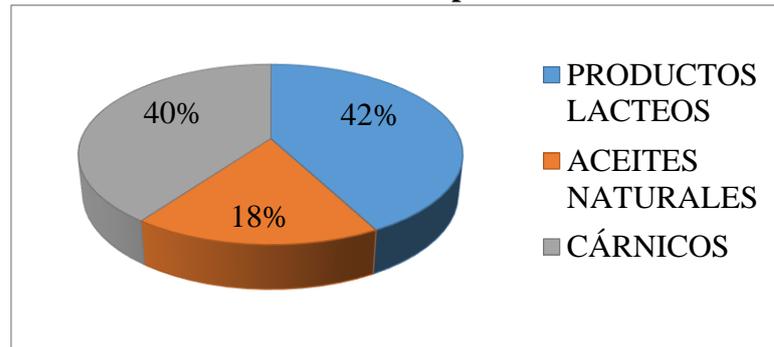
La alimentación debe cumplir con los respectivos nutrientes para el desarrollo adecuado de las personas por tal motivo es de vital importancia la forma de cómo se prepara, tomando en cuenta los nutrientes que deben contener por tal motivo se hace referencia a la madre quien prepara de forma apropiada los alimentos para todos los miembros del hogar, caso contrario esto causaría inconvenientes en la salud de los estudiantes.

2. ¿Cuál de estos alimentos permite que consuman sus hijos?

TABLA N° 19 Consumo de productos alimenticios.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
PRODUCTOS LACTEOS	19	42%
ACEITES NATURALES	8	18%
CÁRNICOS	18	40%
TOTAL	45	100%

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRAFICO N° 18 Consumo de productos alimenticios

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador el 42% de padres de familia brinda productos lácteos; del mismo modo el 40% provee de productos cárnicos a la dieta diaria; mientras que 18% establece la presencia de aceites naturales en la alimentación cotidiana.

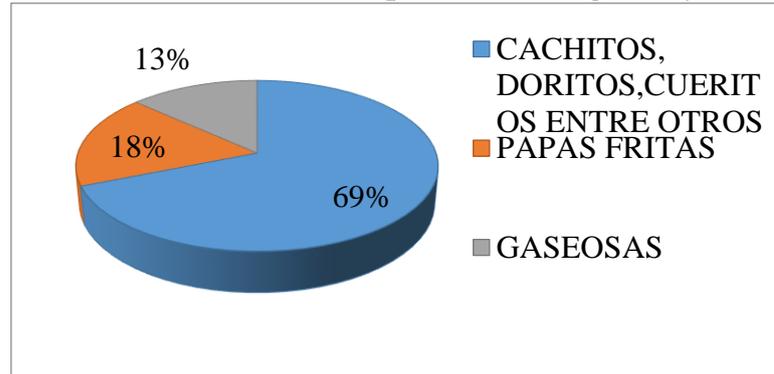
El cuidado de la salud de los estudiantes es una tarea muy responsable de los padres de familia y por este mismo motivo se deben consumir productos que ayudan al desarrollo del cuerpo humano; por esta razón es importante brindar al cuerpo alimentos que contengan vitaminas y nutrientes como es el caso de los lácteos que aportan gran variedad de macro y micronutrientes; además son ricos en proteínas, calcio y fuente de energía para el cuerpo humano

3. ¿Cuál de los siguientes productos permite que consuma sus hijos?

TABLA N° 20 Consumo de productos con grasas y azúcares.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
CACHITOS, DORITOS, CUERITOS ENTRE OTROS	31	69%
PAPAS FRITAS	8	18%
GASEOSAS	6	13%
TOTAL	45	100%

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 19 Consumo de productos con grasas y azúcares.

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este indicador el 69% de padres de familia menciona que permite que sus hijos accedan a alimentos como cachitos, doritos entre otros, mientras que el 18% admite el consumo de papas fritas y el 13% cede el consumo de gaseosas.

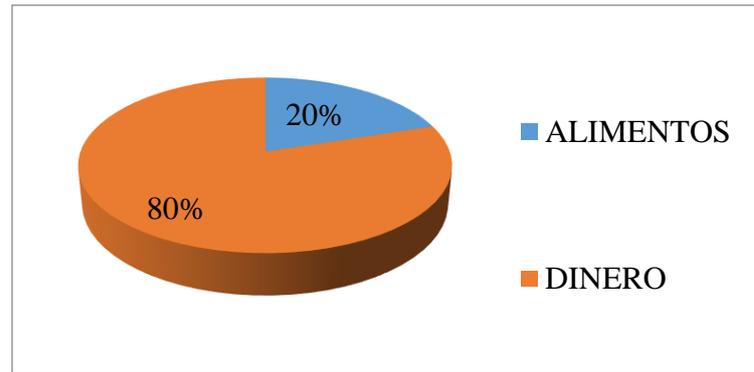
La alimentación de una manera adecuada permite el desenvolvimiento adecuado de la persona en todo ámbito de la vida, sin embargo el consumo de productos que contienen azúcares, grasas y conservantes son un riesgo para la salud de las personas que lo consumen ya que estos en la mayoría no brindan los nutrientes necesarios para el desarrollo físico e intelectual de los seres humanos.

4. ¿Qué envía para alimentarse a sus hijos a la escuela?

TABLA N° 21 Colación de estudiantes

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
ALIMENTOS	9	20%
DINERO	36	80%
TOTAL	45	100%

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 20 Colación de los estudiantes.

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En el presente indicador los padres de familia el 80% aseveran que envía como colación dinero a sus hijos, mientras que el 20% de los encuestados menciona que envía dinero,

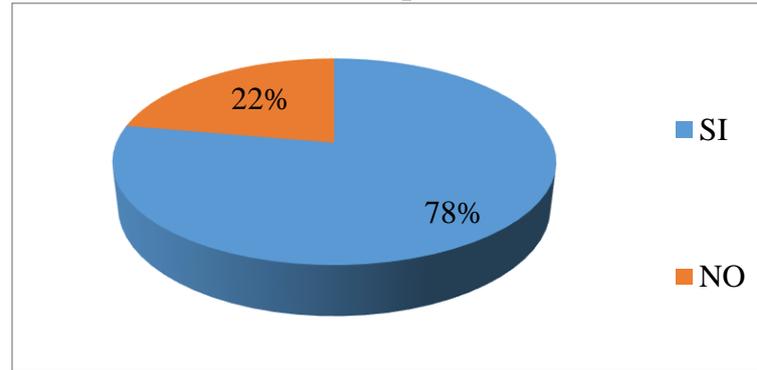
El estado de salud de la persona depende de la forma del cómo se alimenta por lo tanto esta es una tarea de mucha responsabilidad de los padres de familia, una colación debe estar compuesta por productos que brinden minerales, nutrientes al cuerpo humano para así propiciar un desarrollo adecuado del estudiantes en las instituciones educativas; al enviar dinero a los estudiantes no se puede constatar los productos que adquieren para su alimentación en la escuela por tal motivo es indispensable que el dinero sea remplazado por alimentos que contengan vitaminas y nutrientes.

5. Su hijo han tenido alguna afectación de salud por cuestiones de alimenticias?

TABLA N° 22 Afectación por cuestiones alimenticias.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	35	78
NO	10	22
TOTAL	45	100

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 21 Afectación por cuestiones alimenticias

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El 78% de los padres de familia indican que sus hijos sí han tenido alguna afectación de salud por el consumo de productos con grasas y azúcares, mientras que el 22% no afirma a este indicador.

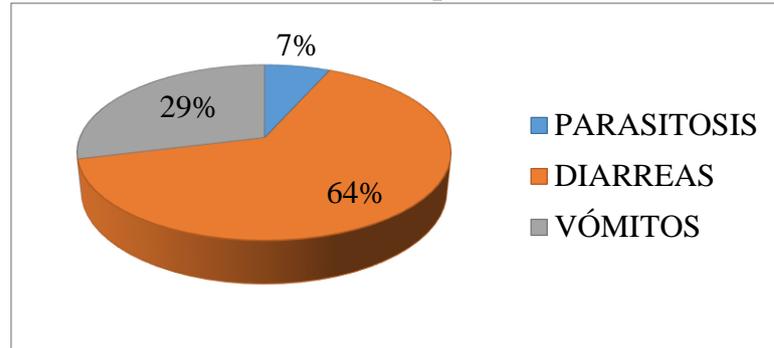
El consumo de productos que no cuentan con las debidas normas de salud y nutrición puede ser la causante de muchas enfermedades en el cuerpo humano y por tal motivo en la de los estudiantes, el consumo de productos creara un sinnúmero de enfermedades en el cuerpo de quienes lo consumen por esta razón que las personas al momento de elegir los productos de la dieta diaria deben hacerlo de forma responsable para así evitar afectaciones en la salud.

6. ¿Qué enfermedades trajo consigo este problema?

TABLA N° 23 Enfermedades por cuestiones alimenticias.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
PARASITOSIS	3	7
DIARREAS	29	64
VÓMITOS	13	29
TOTAL	45	100

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 22 Enfermedades por cuestiones alimenticias.

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El presente indicador indica que el 64% de padres de familia menciona que los estudiantes se han enfermado a consecuencia de los hábitos alimenticios inadecuados; mientras el 29% indica que esta problemática ha ocasionado vómitos y finalmente el 7% determina a la parasitosis como una afectación de la problemática.

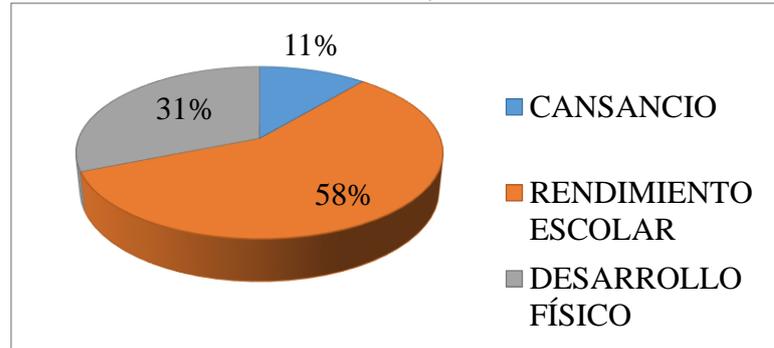
El consumo de productos inadecuados aqueja directamente a la salud de los seres humanos y en alguno de los casos una alimentación inadecuada produciría efectos secundarios en el metabolismo de las personas como también causaría inconvenientes en la salud por la presencia de altas cantidades de azúcar y grasas, lo que posteriormente causarían enfermedades que afectan directamente a la salud integral de las personas.

7. ¿Cómo repercutirá la alimentación en el desenvolvimiento escolar de su hijo?

TABLA N° 24 Alimentación y desenvolvimiento escolar.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
CANSANCIO	5	11%
RENDIMIENTO ESCOLAR	26	58%
DESARROLLO FÍSICO	14	31%
TOTAL	45	100%

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRÁFICO N° 23 Alimentación y desenvolvimiento escolar.

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

La alimentación juega un papel importante en el desenvolvimiento escolar de la sociedad en el presente indicador el 58% de los padres de familia determinan que esta problemática afecta al rendimiento escolar, mientras que 31% manifiestan que este inconveniente se verá reflejada en el desenvolvimiento escolar de los estudiantes y el 11% asevera que esto producirá cansancio dentro de las aulas de clase.

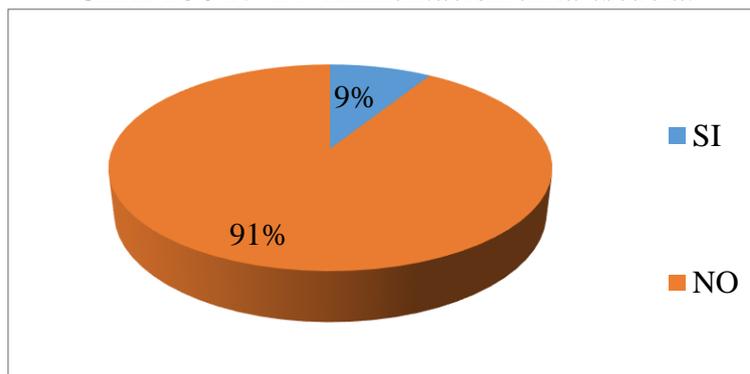
A la alimentación se le considera como un eje fundamental del desarrollo de los seres humanos, en el ámbito educativo este es un factor que influencia mucho en el sistema educativo es importante ya que de esta depende el rendimiento escolar de los estudiantes en las aulas de clase, si al estudiante no se le brinda una dieta balanceada no se puede obtener aprendizajes significativos y desarrollarse física e intelectualmente.

8. ¿Considera Ud. que alimentos que su hijo consume en la escuela son apropiados para la salud?

TABLA N° 25 Alimentación en la escuela.

OPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SI	4	9%
NO	41	91%
TOTAL	45	100%

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

GRAFICO N° 24 Alimentación en la escuela.

Fuente: Padres de familia Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”
Elaborado por: Cristian Changoluisa.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

En este ítem de la encuesta aplicada a los padres de familia mencionan que el 91% los alimentos que los estudiantes no es adecuada para su salud, mientras que el 9% responde lo contrario.

La alimentación al ser la función más importante de las necesidades del cuerpo humano en toda etapa de la vida y desarrollo de las personas, en la actualidad la problemática de no mantener buenos hábitos alimenticios hace que la salud de los seres vivos no sea apropiada; por tal motivo la alimentación de los estudiantes en cualquier lugar y situación de la vida sea adecuada por tal motivo los establecimientos educativos deben brindar mayor atención a los productos que se expenden a los estudiantes para evitar inconvenientes en la salud de los discentes.

12. IMPACTOS (TÉCNICOS, SOCIALES, AMBIENTALES O ECONÓMICOS):

El presente proyecto investigativo por ser de carácter educativo no tiene un impacto técnico ni ambiental ya que está encaminado a la alimentación en los estudiantes durante el enseñanza aprendizaje y es un tema que no abarca solo a la comunidad educativa sino a toda la sociedad en general por lo que su impacto es social, la educación es el pilar fundamental de la sociedad y por ende desde las instituciones educativas deben promover una alimentación saludable, rica en nutrientes y baja en grasas y calorías. Una persona con una alimentación adecuada e integral está preparada para la vida donde todos trabajemos en beneficio de la educación y podamos aportar en la sociedad con entes creativos, responsables y dinámicos.

13. PRESUPUESTO PARA LA PROPUESTA DEL PROYECTO:

Por ser un trabajo donde solo se establecerá un diagnóstico no se desarrolla proyección de presupuesto puesto que no se implementara ni aplicara ninguna alternativa de solución al tema investigado.

14. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

14.1. CONCLUSIONES

El diagnóstico de este proyecto de la alimentación en los estudiantes durante el enseñanza aprendizaje de los estudiantes de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército” es que existe poco conocimiento sobre hábitos alimenticios es un problema que aqueja a toda la comunidad educativa, y las consecuencias que acarrea a esta problemática como dificultades en la salud de los discentes.

Los problemas alimenticios de los estudiantes se derivan de hábitos alimentarios inadecuados que lo practican fuera de los hogares dado a que allí es cuando no existe el control de la alimentación, además está de problemática se derriban un sinnúmero de trastornos alimenticios por la ingesta de alimentos poco nutritivos y con altos grados de azúcares y grasas.

Los padres de familia desconocen la forma de alimentar adecuadamente a los estudiantes y no promueven el consumo de alimentos nutritivos para que sus hijos practiquen hábitos alimenticios adecuados

En la comunidad educativa, se evidencia el poco conocimiento sobre hábitos alimenticios por parte de los padres de familia y los estudiantes desconocen la importancia de mantener una dieta balanceada pese a que los utilizan diferentes alternativas de promover con el consumo de alimentos ricos en vitaminas y nutrientes.

14.2. RECOMENDACIONES

Las recomendaciones que se plantean a este inconveniente son:

Los miembros de la comunidad educativa deben tener mayor conocimiento sobre hábitos alimenticios y las consecuencias que llevara en la salud de quienes no la practican adecuadamente.

Los padres de familia deben cuidar del tipo de alimentación que tienen sus hijos, ya sea dentro y fuera de los hogares teniendo en cuenta los nutrientes que aportan estos para el desenvolvimiento en todo ámbito de los mismos.

Los estudiantes deben concientizar mantener una alimentación adecuada en el hogar como fuera de este tomando en cuenta los inconvenientes que producirá en la salud de cada uno de ellos.

Motivar a la comunidad educativa a fomentar una alimentación balanceada tomando en cuenta los nutrientes y vitaminas que esta aporta en el desarrollo físico, intelectual y grupal de este cada uno de ellos y así promover una cultura alimenticia en la institución.

15. BIBLIOGRAFIA

Alcalay y Antonijevic, (1987), *“La motivación escolar”*, Murcia, editorial Actualuz..

Altosano, (2003) *“Descubriendo el impacto de la desnutrición”*, editorial: Mediterráneo.
Madrid p. 20

Bourdeau, (1981): *“La historia de la nutrición”*, editorial s/e Universidad de Sorbona. Paris.

Bourgues, (1990) *“Hábitos alimenticios”*, Quito, editorial Sendero.

Callisaya, (2010), *“La alimentación y el rendimiento escolar”*, Coruña, editorial Procosi.

Campo, (2000) *“Artículo Factores de riesgo para la desnutrición en adolescentes”* Editorial s/e.

Carbajal (2014). *“Nutrición en el escolar”*, Departamento de Nutrición. Facultad de Farmacia.
Universidad Complutense de Madrid

Crespillo, E. (2010). *La escuela como institución educativa*. Mexico: Pedagogía Magna.

- Dubas & Pines, (1974) "*Salud y enfermedad*" Editorial s/e México: Colección Científica de Time-Line.
- Ecured (2014) "*Proceso enseñanza – aprendizaje en el aula*", La Habana, enciclopedia cubana.
- Feldenkrais, (1980), "*Autoconciencia por el movimiento Ejercicios para el desarrollo personal*", Buenos Aires, editorial Grijalbo.
- Fraternidad Muprespa (2010), "*Rincón de la salud*", revista electrónica Editorial s/e .
- Gil & Sánchez, (2014), "*Funciones y metabolismos de los nutrientes*", México, editorial Salud.
- Melce. (2013). "*Funciones de la escuela en la sociedad*", Arenas, editorial Cruces.
- Narváez, (1986), "*Rendimiento académico*" Lima, editorial Estudiantil.
- Navarro. (2012). "*Factores asociados al rendimiento académico*". México: Universidad Cristóbal Colón.
- Oblitas y Armando "*Psicología de la salud infantil*", Bogotá D.C. editorial Psicom. Olmo, (1988) "Los mitos de la malnutrición", Londres, editorial Oxford.
- Organización mundial de la salud (OMS) (1948) Editorial (Alma Atta).
- Organización mundial de la salud (OMS) promulgada en 1946 y ratificada en 1978, editorial (Alma Atta) p.10.
- Palacios, M. C. (2004). "*Funciones de la Escuela*". México, editorial Alianza.
- Romero, (2003), "*La desnutrición en números*", Bogotá D.C. editorial Mediterráneo.
- Vizcaíno, L. (2010). "*Funciones de la escuela*". Santiago, editorial Eduinnova.

16. ANEXOS

***ANEXO N° 1* Certificado de aplicación de encuestas**



ESCUELA FISCAL MIXTA "AVIACIÓN DEL EJÉRCITO"

DIR: Pifo -Sigsipamba Km 35 Vía a Papallacta Margen Izquierdo

Telf. 2381-334 E-mail: 17h01904a@gmail.com



Sigsipamba, 25 de julio del 2017

CERTIFICADO

A petición verbal del interesado y yo en calidad de directora encargada de la Escuela Fiscal "Aviación del Ejército" CERTIFICO que:

El docente **CHANGOLUISA ALMAGRO CRISTIAN FERNANDO** con documento de identificación N° **050579485-1** profesor del sexto Año de E.G.B. aplico encuestas referentes a "LA ALIMENTACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DURANTE EL PROCESO ENSEÑANZA APRENDIZAJE", a la autoridad educativa y compañeros docentes, estudiantes y padres de familia de la básica media de la institución.

Es todo en cuanto puedo certificar en honor a la verdad el interesado puede hacer uso del presente documento como a bien creyera.

Atentamente:

Lic. Rosa Chillán
DIRECTORA (E)



ANEXO N° 2 Instrumentos de recolección de información.

ENCUESTA DIRIGIDA A LA AUTORIDAD EDUCATIVA Y DOCENTES DE LA ESCUELA FISCAL "AVIACIÓN DEL EJÉRCITO"

OBJETIVO:

Establecer un diagnóstico situacional del aspecto de la alimentación en el proceso de aprendizaje escolar de los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

INSTRUCCIONES:

Lea cada uno de los enunciados, marque con una X la respuesta según su criterio.

N°	ITEMS		
1	¿Dentro de la institución conoce de estudiantes que tienen trastornos alimenticios?	Si	()
		No	()
2	¿Qué efectos ha notado en los estudiantes en referencia a la educación?	Baja autoestima	()
		Cansancio	()
		Bajo rendimiento académico	()
3	¿Los alimentos que se comercializan dentro y fuera de la institución cuentan con normas de alimentación y nutrición?	Si	()
		No	()
4	¿Cómo se evidencia la falta de una alimentación dentro del aula?	Falta de atención	()
		Desinterés en el P.E.A.	()
		Agotamiento mental	()
5	¿Ha realizado acciones o actividades dentro y fuera del aula para generar una cultura alimenticia en los estudiantes?	Si	()
		No	()
6	¿Qué alternativas de solución se puede dar en estos casos?	Charlas	()
		Talleres	()
		Fomentar una alimentación adecuada	()
7	¿Considera Ud. que la alimentación incide en el proceso de enseñanza aprendizaje?	Si	()
		No	()
8	¿Considera Ud. que la alimentación es uno de los factores que influyen en la educación a nivel general?	Si	()
		No	()

**ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FISCAL
“AVIACIÓN DEL EJÉRCITO”**

OBJETIVO:

Establecer un diagnóstico situacional del aspecto de la alimentación en el proceso de aprendizaje escolar de los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

INSTRUCCIONES:

Lea cada uno de los enunciados, marque con una X la respuesta según su criterio.

1	¿Cuántas comidas consumes al día?	3 comidas	()
		2 comidas	()
		1 comida	()
2	¿Quién prepara los alimentos en el hogar?	Madre	()
		Padre	()
		Hijos	()
3	¿Qué comidas consumen más en casa?	Arroz	()
		Sopas	()
		Frutas	()
4	¿Cuál de los siguientes productos te gustan?	Cachitos, doritos, cueritos entre otros	()
		Papas fritas	()
		Gaseosas	()
5	Consumes con frecuencia alimentos como verduras, hortalizas y legumbres.	Si	()
		No	()
6	¿Te has enfermado por consumir productos como: cachitos, doritos, cueritos, papas fritas, gaseosas, entre otras?	Si	()
		No	()
7	Que llevas a la escuela para alimentarte?	Alimentos	()
		Dinero	()
8	Cuando no has desayunado has tenido algún aspecto en el aula de clase como:	Sueño	()
		Bostezo permanente	()
		Desgano	()

**ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA DE LA ESCUELA FISCAL
“AVIACIÓN DEL EJÉRCITO”**

OBJETIVO:

Establecer un diagnóstico situacional del aspecto de la alimentación en el proceso de aprendizaje escolar de los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”

INSTRUCCIONES:

Lea cada uno de los enunciados, marque con una X la respuesta según su criterio.

1	¿Quién prepara los alimentos en el hogar?	Madre	()
		Padre	()
		Hijos	()
		Otros	()
2	¿Cuál de estos alimentos permite que consuman sus hijos?	Productos lácteos	()
		Aceites naturales	()
		Cárnicos	()
3	¿Cuál de los siguientes productos permite que consuma sus hijos?	Cachitos, doritos, cueritos entre otros	()
		Papas fritas	()
		Gaseosas	()
4	Que envía a su hijo a la escuela	Alimentos	()
		Dinero	()
5	Su hijos han tenido alguna afectación de salud por cuestiones de alimenticias	Si	()
		No	()
6	¿Qué enfermedades trajo consigo este problema?	Parasitosis	()
		Diarreas	()
		Vómitos	()
7	¿Cómo repercutirá la alimentación en el desenvolvimiento escolar de su hijo?	Cansancio	()
		Rendimiento escolar	()
		Desarrollo físico	()
8	Considera Ud. que alimentos que su hijo consume en la escuela son apropiados para la salud	Si	()
		No	()

ANEXO N° 3 Categorías científicas



VARIABLE INDEPENDIENTE**VARIABLE DEPENDIENTE**

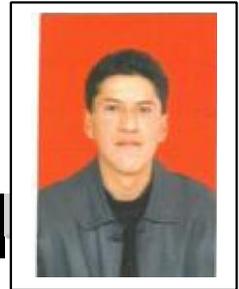
Fuente: Marco científico técnico de la investigación
Elaborado por: Cristian Changoluisa

ANEXO 4 Operacionalización de las variables

OBJETIVOS	VARIABLES	INDICADORES	ÍTEMS	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
------------------	------------------	--------------------	--------------	--

<p>Objetivo general Establecer un diagnóstico situacional de la alimentación y el proceso de aprendizaje escolar de los niños y niñas de la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Fundamentar referentes teóricos en relación a la alimentación y el proceso enseñanza aprendizaje.</p> <p>Diseñar instrumentos de investigación que permitan recolectar información valida acerca de la alimentación en la Escuela Fiscal “Aviación del Ejército”.</p> <p>Analizar los resultados obtenidos para plantear conclusiones y recomendaciones</p>	<p>Variable dependiente La alimentación</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salud ➤ Nutrición ➤ Alimentación 	<p>¿Cómo considera a su salud? ¿Considera que una buena alimentación beneficia a tener una salud integral? ¿Cuáles son los hábitos alimenticios que Ud. realiza dentro del hogar? ¿Cómo definiría a la forma de alimentarse: Preferencia alimenticias, elección alimenticia, hábitos alimenticios, costumbres alimenticias? ¿Cómo considera a la forma de alimentarse? ¿Cuál es la función de la alimentación en la educación? ¿Cómo considera a la alimentación en el rendimiento académico? ¿En las instituciones educativas se practica buenos hábitos alimenticios? ¿Cómo afecta la alimentación en el rendimiento escolar? ¿Una buena alimentación beneficia al proceso de enseñanza aprendizaje?</p>	<p>Técnica Encuesta</p> <p>Instrumento Cuestionario.</p>
	<p>Variable independiente Proceso de aprendizaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Educación ➤ Escuela ➤ Proceso de aprendizaje. ➤ Rendimiento académico. 		

Elaborado por: Cristian Changoluisa

ANEXO 5 Hojas de vida**JUAN CARLOS VIZUETE TOAPANTA****CURRICULUM VITAE****1.- DATOS PERSONALES**

NOMBRES Y APELLIDOS: JUAN CARLOS VIZUETE TOAPANTA

FECHA DE NACIMIENTO: 01 / Mayo / 1973

CEDULA DE CIUDADANÍA: 0501960140

ESTADO CIVIL: Casado.

NUMERO TELÉFONO: (03) 2 690011 CEL: 0987520753

E-MAIL: jc_vizúete@yahoo.es
juan.vizúete@utc.edu.ec

2.- TITULOS

BACHILLERATO: Bachiller en Ciencias Sociales.

SUPERIOR: - Tecnólogo en Programación de Sistemas.

- Licenciado en Ciencias de la Educación Mención Educación Básica -
Magister en Docencia y Currículo para la Educación Superior.
- Magister en Planeamiento y Administración Educativos.

3.- EXPERIENCIA LABORAL

- Colegio Nacional “José Rafael Bustamante”. Quito/Pichincha.
- Escuela Fiscal Mixta “Ambato”. Río Blanco Alto / Latacunga / Cotopaxi.
- Colegio Nacional “Dr. Camilo Gallegos D.” Latacunga / Cotopaxi.
- Instituto Nacional “MEJIA”. Quito/Pichincha.
- Universidad Técnica de Cotopaxi. Latacunga / Cotopaxi.

4.- CARGOS DESEMPEÑADOS

- Docente de Computación.
- Docente en las áreas de Desarrollo Social y Técnica Instrumental de Informática □ Docente - Inspector.
- Docente – Coordinador de la Carrera de Educación Básica.
- Coordinador de la Red De Educación Básica Ecuador
- Delegado al CES por la Universidad Técnica de Cotopaxi para la transformación curricular del Sistema de Educación Superior.

CURRICULUM VITAE

NOMBRE	Changoluisa Almagro Cristian Fernando	
NUMERO DE CEDULA	050379485-1	
FECHA DE NACIMIENTO	25-09-1991	
LUGAR DE NACIMIENTO	Quito, La Magdalena	
ESTADO CIVIL	Soltero	
CIUDAD	Pujilí	
DIRECCIÓN	Barrio Rosita Paredes, Calle Manuela Jesús de Tovar.	
TELÉFONO/CELULAR	099275944 7	
E-MAIL	naranjito666@hotmail.es	

ESTUDIOS REALIZADOS

ESTUDIOS PRIMARIOS:	Escuela “9 de Octubre” Pujilí
ESTUDIOS SECUNDARIOS:	Colegio Nacional Experimental “Provincia de Cotopaxi” Pujilí
SUPERIORES	ISPED “Belisario Quevedo” Pujilí Universidad Técnica de Cotopaxi “Latacunga” Semestre actual: Noveno Ciclo

TÍTULOS OBTENIDOS

- **COLEGIO:** Bachiller en Ciencias Sociales
- **SUPERIOR:** profesor de Educación Básica nivel Tecnológico

EXPERIENCIA LABORAL

- Unidad Educativa “Pifo”
- Institución Educativa “27 de Febrero”
- Unidad Educativa Eduardo Salazar Gómez
- Institución Educativa “Aviación del Ejército”
- Unidad educativa “Tres de Diciembre”

CARGOS DESEMPEÑADOS

- Docente de aula.
- Docente de Ciencias Sociales.
- Docente de Educación Física.
- Coordinador de proyectos EDUCACIÓN BÁSICA PARA JÓVENES Y ADULTOS.