UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

TEMA

ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024.

AUTOR
COQUE MIRANDA LEYLA CECIBEL
CHAQUINGA VERDEZOTO KATHERINE THALIA

TUTOR
LCDA. DEISY JANETH SÁNCHEZ SÁNCHEZ

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR – PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TITULO DE LICENCIADA/O EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL.

2024

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

TEMA:

ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024.

AUTOR
COQUE MIRANDA LEYLA CECIBEL
CHAQUINGA VERDEZOTO KATHERINE THALIA

TUTOR

LCDA. DEISY JANETH SÁNCHEZ SÁNCHEZ

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR – PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TITULO DE LICENCIADA/O EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL.

2024

I. DEDICATORIA

A Dios por haber sido mi guía constante y por brindarme perseverancia, resiliencia y sabiduría en todo el transcurso de este camino académico, por iluminar mi mente, por la paz y consuelo en los momentos difíciles que se presentaron, los siendo uno de esos momentos de angustia cuando me sentí cansada y quise renunciar a mi carrera universitaria porque tuve miles de miedos, entre ellos el no creer en mí misma, Gracias por estar presente en cada paso de mi carrera y mi vida. Gracias Padre amado.

A mis Padres Jorge Coque y Martha Miranda quienes son mi motivo a seguir, gracias por nunca haberme dejado sola, son y serán siempre mi inspiración, gracias por cada sacrificio que hicieron para que hoy cumpla mi sueño anhelado ser una gran profesional, este trabajo y esta meta cumplida es el reflejo de su amor y dedicación. Por cada consejo, por enseñarnos a mí y a mis hermanas que la mejor herencia que un padre tiene para su hijo es el estudio, el ser alguien en la vida, el superarse y no estancarse. Sobre todo, gracias por darnos todo lo que tal vez ustedes no tuvieron y lo anhelaban tanto, día a día fui testigo de su sacrificio, lágrimas y cansancio que fue observado en su rostro y cuerpo. Un GRACIAS es poco para todo lo que ustedes nos brindaron, todo ese inmenso amor, valores que nos inculcaron desde muy pequeñas, su apoyo incondicional, sus bendiciones que nunca faltaron pese a kilómetros de distancia.

A mis hermanas y sobrinos quienes pese a la distancia siempre me brindaron su apoyo, su amor. Nunca falto un mensaje, una llamada de motivación y de inspiración, quiero darles las gracias por estar siempre, fueron y serán siempre mi soporte, mi ayuda. Sé que siempre voy a poder contar con ustedes, a pesar de los miles de obstáculos que se presentaron, días de angustia, de miedo, de miles de lágrimas que vi en su rostro, pero nunca las vi rendirse, me enseñaron muchas cosas, entre ellas el no darme por vencida y seguir. Una vez más quiero agradecer de todo corazón por todo lo que me brindaron.

Leyla Coque

A Dios ya que gracias a él he logrado concluir mi carrera puesto que nunca me ha dejado sola y en mis días más tristes me ha ayudado a seguir adelante y nunca rendirme, porque su amor y consuelo me han permitido continuar y poder afrontar todos mis miedos, por ser mi guía y mi protector por todo lo que me ha permitido alcanzar y por todas las bendiciones que han llegado a mi vida.

A mi padre Renán Enerio Chaquinga Guamán quien ha sido mi apoyo incondicional, y quien nunca me ha dejado sola, él ha sido mi ejemplo de esfuerzo, perseverancia y amor incondicional, a él porque ha dejado sus sueños atrás por cumplir los míos, porque me ha demostrado que un tropiezo no es una caída y que siempre tengo que ser fuerte ante cualquier situación que se presente en mi vida, por sus consejos por el esfuerzo que hizo día a día para que yo pueda alcanzar este triunfo, por ser mi ejemplo a seguir porque la mejor herencia que él me puede dejar es el estudio, gracias a todo su esfuerzo he podido culminar con esta carrera.

A mi madre Martha Janeth Verdezoto Hernández quien no pudo estar presente en este logro, pero su memoria vivirá eternamente en mi corazón, los recuerdos que tengo contigo me han ayudado a no rendirme y seguir para cumplir la promesa que te hice, mi confidente, mi compañera este logro es por ti Mi Ángel Eterno que desde el cielo ha estado cuidando y guiando cada paso que doy, gracias a tu cuidado y protección por ser mi motivación más grande y eso me ha permitido llegar hasta el final de esta etapa.

A mi hermana Deisy Mariuxi Chaquinga Verdezoto quien ha sido y se ha convertido en mi segunda madre en mi compañera de travesuras, mi consejera, mi mejor amiga, la mejor hermana que la vida me pudo dar, gracias por tus consejos, por tu apoyo incondicional por esos ánimos en esos días de tristeza y llanto gracias por esas palabras de aliento que me ayudaban a no rendirme y seguir luchando para poder llegar hacer una gran profesional.

Katherine Chaquinga

II. AGRADECIMIENTO

A Dios por haberme dado fortaleza y salud para seguir cada día, en el transcurso de esta hermosa etapa académica, por haberme guiado día a día porque no fue fácil el camino recorrido, a mi familia por el amor incondicional el apoyo tanto emocional y económico que me brindaron, de igual manera un fraterno agradecimiento a la "Universidad Estatal de Bolívar" por haberme brindado la oportunidad de iniciar y culminar mi carrera universitaria, a cada uno de los docentes que nos supieron guiar y direccionar cada uno de sus conocimientos hacia sus estudiantes.

A mi compañera del proyecto Katherine Chaquinga, porque supo demostrar interés y responsabilidad para poder realizar nuestro Proyecto Integrador de Saberes, mencionar que fue una de las mejores amistades que encontré en el transcurso de esta etapa, porque juntas reímos, lloramos, pero si la necesitaba ella siempre estaba y se mostraba presente en cada momento, aprendí mucho de ella en especial a ser fuerte a pesar de los obstáculos que se presentaban.

Finalmente, a la Licenciada Deysi Sánchez, por haber sido nuestro tutor y por haber estado siempre pendiente de nuestro avance, por su tiempo y sobre todo por habernos compartido de sus experiencias, conocimientos que fueron muy importantes para cada uno de sus alumnos, por el amor, carisma, motivación que ponía a la hora de brindar cada una de su clase preparada para ser direccionada hacia sus estudiantes.

Este logro no habría sido posible sin el respaldo y la colaboración de todos ustedes, personas que de corazón supieron guiarnos, y el amor que nos brindaron.

Leyla Coque

A Dios, quien ha sido mi pilar fundamental y mi guía durante todo el proceso de mi carrera. Su presencia constante me ha llenado de fuerza, inspiración y esperanza, permitiéndome superar cada desafío que se presentó en el camino. Sin su luz y su amor, este logro no habría sido posible.

A mí familia quien fue mi apoyo incondicional y mi motivo para no rendirme que nunca dejaron que me rindiera y pueda lograr este triunfo un infinito agradecimiento.

A la Universidad Estatal de Bolívar por permitirme ser parte de ella dentro de esta hermosa carrera como es educación inicial, gracias a todos los docentes que me han compartido sus conocimientos porque gracias a ello he logrado llegar al final de esta etapa, infinitas gracias.

A mi compañera de proyecto, Leyla Coque quiero expresarle mi más sincera gratitud, su compromiso, apoyo y colaboración han sido fundamentales en este proyecto. Juntas enfrentamos retos, compartimos ideas y celebramos cada avance. Gracias por su dedicación y por ser una compañera inigualable porque gracias a su apoyo, consejos y su carisma hemos podido salir adelante en donde hemos compartido muchos momentos juntas, es una de las personas a las que más aprecio puesto que gracias a la carrera universitaria nos conocimos y nos hicimos grandes amigas y confidentes.

A mi tutor de proyecto, Deisy Sánchez por su paciencia, conocimiento y orientación constante. Su experiencia y su capacidad para motivarme en los momentos más complicados hicieron de este proceso una experiencia enriquecedora. Gracias por su confianza en mí y en mi compañera y por su compromiso en este Proyecto de Integración Curricular.

A todos ustedes, gracias por ser parte esencial de este viaje. Su apoyo y confianza han dejado una huella imborrable en mi vida.

Katherine Chaquinga

III. CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

LICENCIADA DEISY SÁNCHEZ MSC. DOCENTE

TUTOR DE TRABAJO DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

CERTIFICA

Que, el presente **PROYECTO DE INVESTIGACIÓN** titulado: **"ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024"**, de autoría de: **LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA Y KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO**, estudiantes de la carrera de Educación Inicial de la Universidad Estatal de Bolívar, ha sido debidamente revisado e incorporado las recomendaciones emitidas en las asesorías realizadas; en tal virtud autorizó con mi firma para que pueda ser presentado y sustentado, observando las normas legales para el efecto existente y se dé el trámite legal correspondiente.

Guaranda, 24 de diciembre del 2024

Lcda. Deisy Sánchez

IV. AUTORÍA NOTARIADA

AUTORÍA

Nosotros: **LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA C.I.** 050482894-8 y **KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO C.I.** 0250188307, egresadas de la carrera de EDUCACIÓN INICIAL modalidad PRESENCIAL de la Facultad CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS de la UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR, bajo juramento declaro en forma libre y voluntaria que las ideas, criterios y propuesta expuesta en el presente TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR - PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, con el tema: **"ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024"**, es de nuestra autoría.

Atentamente,

Leyla Cecibel Coque Miranda
C.I. 050482894-8

Katherine Thalia Chaquinga Verdezoto
C.I. 025018830-7

NOTARIA CUARTA DEL CANTÓN GUARANDA

ESCRITURA Nº 20250201004P00295

DECLARACIÓN JURAMENTADA
OTORGAN:
LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA Y
KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO
CUANTÍA: INDETERMINADA
Di 2 COPIAS

En el Cantón Guaranda, Provincia Bolívar, República del Ecuador, hoy lunes a los siete dias del mes de abril del año dos mil veinticinco, ante mí **DOCTORA MSc. GINA LUCIA CLAVIJO CARRIÓN, NOTARIA CUARTA DEL CANTÓN GUARANDA** comparecen con plena capacidad, libertad y conocimiento, a la celebración de la presente escritura, las señorita **LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA,** de estado civil soltera; y, **KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO,** de estado civil soltera, por sus propios y personales derechos en calidad de OTORGANTES. Las comparecientes declaran ser de nacionalidad ecuatorianos, mayores de edad, de estado civil como se deja expresado, de ocupación ambos estudiantes, domiciliada la primera en la parroquia San Miguel de Salcedo, Cantón Salcedo, Provincia Cotopaxi y de paso por este Cantón Guaranda, provincia Bolivar, con teléfono celular número cero nueve ocho tres cinco cuatro siete nueve cinco seis; y, con correo electrónico **leylacecibel05048@gnmail.com;** y, la segunda en la parroquia Chillanes, Cantón Chillanes y de paso por este Cantón Guaranda, provincia Bolivar, con teléfono celular número cero nueve ocho ocho seis cuatro seis dos nueve dos; y, con correo electrónico **chaquingathalia@gmail.com**, hábiles en derecho para contratar y contraer obligaciones, a quienes de conocer doy fe,en virtud de haberme exhibido sus documentos de identificaciones, en base lo cual obtengo las certificaciónes biométricas del Registro Civil, ademas por petición expresa de los comparecientes adjunto sus documentos personales como son las cedulas y los certificados de votaciones, como habilitantes a esta escritura. Advertidas las comparecientes por mí la Notaria de los efectos y resultados de esta escritura, así como examinadas que fueron en forma aislada y separada de que comparecen al otorgamiento de esta escritura sin coacción, amenazas, temor reverencial, ni promesa o seducción instruidas por mí de la obligación que tienen de decir la verdad con claridad y exactitud; y, advertidas sobre la gravedad del juramento y de las penas de perjurio, me solicitan que recepte su declaración juramentada: Nosotras: **LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA,** de estado civil soltera; y, **KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO,** de estado civil soltera, declaramos que los criterios e ideas emitidos en el presente Proyecto de investigación de titulación es de nuestra absoluta autoría, titulado **"ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACION CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLIVAR, PERÍODO 2024".** previo a la obtención del título de Licenciadas en Educación Inicial, otorgado por la Universidad Estatal de Bolívar, a través de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficos y Humanísticas.- Es todo cuanto podemos declarar en honor a la verdad.- Para su otorgamiento se observaron los preceptos de ley y leída que les fue a las comparecientes íntegramente por mí la Notaria, aquellas se afirman y ratifican en todas sus partes y firman junto conmigo en unidad de acto, incorporando al protocolo de esta Notaria la presente escritura de Declaración Juramentada, de todo cuanto doy Fe.--

SRTA. LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA.
C.C. 050482894-8

SRTA. KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO.
C.C. 025018830-7

DOCTORA MSc. GINA LUCIA CLAVIJO CARRION
NOTARIA CUARTA DEL CANTÓN GUARANDA

NOTARIA CUARTA DEL CANTÓN GUARANDA

DERECHOS DE AUTOR

Nosotras Abril Gáleas Verónica Carolina y Aguilar Aguilar Sandy Mariela portador/res de la Cédula de Identidad No. 0202205613 y 0202462180 en calidad de autor/res y titulares de los derechos morales y patrimoniales del Proyecto de Investigación:
"El JUEGO SIMBÓLICO EN EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DE LOSNIÑOS Y NIÑAS 4 A 5 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE EDUCACIÓN INICIAL "CARLOTA NOBOA DE DURANGO", PROVINCIA BOLÍVAR, CANTÓN GUARANDA, PERIODO 2024".

Modalidad Proyecto de Investigación de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, concedemos a favor de la Universidad Estatal de Bolívar, una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservamos a mi/nuestro favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo/autorizamos a la Universidad Estatal de Bolívar, para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Digital, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Las autoras declaran que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Abril Galeas Verónica Carolina

Aguilar Aguilar Sandy Mariela





V. ÍNDICE

PORTADA……1
I. DEDICATORIA I
II. AGRADECIMIENTO III
III. CERTIFICACIÓN DEL TUTOR..... V
IV. AUTORÍA NOTARIADA VI
V. ÍNDICE IX
ÍNDICE DE TABLAS XII
ÍNDICE DE FIGURAS XII
VI. RESUMEN EJECUTIVO XIII
VII. ABSTRACT..... XIV
VIII. INTRODUCCIÓN..... XV
1. TEMA 1
2. ANTECEDENTES 2
3. PROBLEMA 3
3.1. Descripción del problema 3
3.2. Formulación del problema 6
4. JUSTIFICACIÓN 7
5. OBJETIVOS 8
5.1. Objetivo general 8
5.2. Objetivos específicos 8
6. MARCO TEÓRICO 9
6.1. Teoría científica 9
6.1.1. Alimentación saludable 9
6.1.1.1. Macronutrientes: 9
6.1.1.2. Micronutrientes: 9
6.1.1.3. Características de una alimentación saludable: 10
6.1.1.4. Beneficios de una alimentación saludable 10
6.1.1.5. Pirámide alimenticia 11
6.1.1.6. Evolución de la pirámide alimenticia 11
6.1.1.7. Alimentos de la pirámide alimenticia: 12
6.1.1.8. Plato saludable 16
6.1.1.9. ¿Cuáles son los riesgos de una mala alimentación? 16
6.1.1.10. La alimentación en educación inicial: 17

6.1.1.11. La importancia de la alimentación en educación inicial 17
6.1.1.12. Enfermedades relacionadas con la dieta en la infancia..... 17
6.1.1.13. La alimentación de los niños hoy en día: 18
6.1.1.14. Beneficios de un comedor escolar: 19
6.1.1.15. Abastecerse de alimentos saludables: 20
6.1.1.16. Estas pueden ser algunas dietas equilibradas para niños de edad escolar: 21
6.1.2. Desarrollo físico..... 22
6.1.2.1. Importancia del desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad 22
6.1.2.2. Fases del desarrollo físico 22
6.1.2.3. Factores que influyen en el desarrollo físico: 23
6.1.2.4. Desarrollo físico e intelectual:..... 24
6.1.2.5. Edades claves para el desarrollo intelectual: 25
6.1.2.6. Actividades para el desarrollo intelectual seguro y creativo: 25
6.1.2.7. Desarrollo físico y motor: 26
6.1.2.8. Desarrollo físico en la infancia: 27
6.1.2.9. Desarrollo psicosocial en la infancia: 27
6.1.2.10. Desarrollo cognitivo en la infancia: 28
6.1.2.11. Educación nutricional en la primera infancia:..... 28
6.1.2.12. Desarrollo físico y lenguaje: 29
6.1.2.13. Desarrollo físico – habilidades: 30
6.1.2.14. Desarrollo físico integral 31
6.1.2.15. Recomendaciones para promover el desarrollo físico en casa:..... 31
6.1.2.16. Desarrollo físico y salud 32
6.1.2.17. El desarrollo físico 33
6.1.2.18. Desarrollo físico en la infancia 33
6.1.2.19. Actividades para fomentar el desarrollo físico en los niños 33
6.2. Marco legal 34
6.2.1. Constitución de la República del Ecuador..... 34
6.2.2. Ley Orgánica de Educación Superior..... 35
6.2.3. Reglamento de la Unidad de Integración Curricular de la Universidad Estatal de Bolívar 35
6.2.4. Capítulo l Del Objeto, Ámbito, Fines y Políticas..... 37
6.2.5. Experiencias de Aprendizaje 38

6.2.6. Orientaciones para el proceso de evaluación: 39
6.2.7. Ministerio de educación (LOTAIP) 39
6.2.8. Código de la niñez y adolescencia 39
6.2.9. Convención sobre los derechos del niño: 40
6.3. Marco referencial 41
6.3.1. Reseña de la institución: 41
6.3.2. Datos generales del centro de desarrollo infantil “los gatitos” 41
6.3.3. Infraestructura: 42
6.3.4. Personal del centro de desarrollo infantil “los gatitos”: 42
7. MARCO METODOLÓGICO 43
7.1. Enfoque de la investigación 43
7.2. Diseños o tipo de estudio 44
7.2.1. Descriptivo: 44
7.2.2. Explicativo: 44
7.3. Métodos de investigación 45
7.3.1. Inductivo – deductivo: 45
7.3.2. Analítico – sintético: 45
7.3.3. Científica: 45
7.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos: 45
7.5. Población objeto de estudio 46
7.6. Procesamiento de información 46
8. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS 47
8.1. Análisis e interpretación de resultados 48
9. CONCLUSIONES 57
10. PROPUESTA 60
11. BIBLIOGRAFÍA 73
12. ANEXOS 77

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Porciones alimenticias *15*
Tabla 2. Población *46*
Tabla 3. Peso y talla *47*
Tabla 4. Alimentos y porciones *48*
Tabla 5. Desayuno esencial *49*
Tabla 6. Hábitos alimentarios *50*
Tabla 7. Menú nutritivo *51*
Tabla 8. Crecimiento físico *52*
Tabla 9. Nutrientes esenciales *53*
Tabla 10. Diversas enfermedades *54*
Tabla 11.Consumo de alimentos procesados *55*
Tabla 12. Consumo excesivo de grasas *56*

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Porciones alimentarias saludables *16*
Figura 2. Peso y talla adcuada para los niños/as *47*
Figura 3. Alimentos y porciones acorde a la edad de los niños/as *48*
Figura 4. Desayuno esencial para el desarrollo físico *49*
Figura 5. Diversos menú nutritivos *50*
Figura 6. Alimentación saludable y crecimiento físico *51*
Figura 7. Nutrientes esenciales para el desarrollo físico *52*
Figura 8. Mala alimentación presencia de enfermedades *53*
Figura 9. Limitar consumo de alimentos altos en azúcares *54*
Figura 10. Alimentación saludable direccionada a niños/as de 2 a 3 años *55*
Figura 11. Promoción en alimentación saludable *56*

VI. RESUMEN EJECUTIVO

Dentro de esta investigación se plantea diferentes objetivos los cuales se podrán ejecutar, se centrará por desarrollar un marco teórico y se finaliza con la elaboración de una guía metodológica la cual consiste en la elaboración de actividades que ayudaran a mejorar la relación de una alimentación saludable y el desarrollo físico dentro del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos", en el periodo 2024.

Es muy importante mencionar que la alimentación en educación inicial es un tema muy significativo puesto que establece hábitos alimenticios que ayudan en la salud y el desarrollo de los niños/as a lo largo de su vida.

Las actividades establecidas para mejorar la relación de una alimentación saludable y el desarrollo físico se enfocan en promover y enseñar a los niños/as sobre los alimentos necesarios y adecuados mediante actividades que promoverá y ayudará a desarrollar el interés por consumir vegetales, verduras y alimentos adecuados para su edad.

Es importante tener el apoyo de las educadoras del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" para además incentivar a los padres de familia dentro de este proceso y desarrollo de las actividades para optimizar el desarrollo de una buena alimentación combinado con un adecuado desarrollo físico.

Palabras claves: alimentación saludable, desarrollo físico, alimentos, enfermedades, crecimiento.

VII. ABSTRACT

Within this research, different objectives are proposed which can be executed, it will focus on developing a theoretical framework and ends with the development of a methodological guide which consists of the development of activities that will help improve the relationship between healthy eating and physical development within the “Los Gatitos” Child Development Center, in the period 2024. It is very important to mention that nutrition in early education is a very significant topic since it establishes eating habits that help in the health and development of children throughout his life.

The activities established to improve the relationship between healthy eating and physical development focus on promoting and teaching children about necessary and appropriate foods through activities that will promote and help develop interest in consuming vegetables, greens and appropriate foods. For his age. It is important to have the support of the educators of the “Los Gatitos” Child Development Center to also encourage parents within this process and development of activities to optimize the development of good nutrition combined with adequate physical development.

Keywords: healthy eating, physical development, food, diseases, growth.

VIII. INTRODUCCIÓN

Dentro de la alimentación saludable es muy importante tomar en cuenta la elaboración de una variedad de actividades que tienen por objetivo mejorar para lograr adquirir una balanceada y equilibrada alimentación específicamente dentro del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos", perteneciente a la Parroquia de Salinas del Cantón Guaranda de la Provincia Bolívar en el período académico 2024.

Dentro del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos” se ha optado por la elaboración de actividades que serán utilizadas dentro de las planificaciones elaboradas por las educadoras todo este enfoque contribuye a una alimentación saludable para niños y niñas de 2 a 3 años de edad.

La alimentación saludable en la primera infancia es un proceso muy importante puesto que tiene un impacto dentro del desarrollo físico de los niños y niñas de 2 a 3 años de edad, durante sus primeros años de vida los niños deben recibir una alimentación equilibrada y balanceada puesto que esta ayudará al desarrollo de habilidades y destrezas que contribuirá al desarrollo de las actividades diarias establecidas por cada docente.

Este estudio se centra en comparar y constatar las diferentes actividades previas a realizarse dentro del contexto del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”, perteneciente a la Parroquia de Salinas del Cantón Guaranda Provincia Bolívar, durante el periodo académico 2024, con el objetivo de lograr mejorar la relación de una alimentación saludable y el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad.

1. TEMA

ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “LOS GATITOS”, PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024.

2. ANTECEDENTES

La educación inicial ha experimentado una evolución significativa dentro de la alimentación y al igual que la desnutrición en niños/as, siendo la alimentación un aspecto importante dentro de Educación Inicial, siendo esencial en su desarrollo físico (crecimiento), en Ecuador el Ministerio de Educación hoy en día cuenta con un Programa de Alimentación Escolar, que busca garantizar que niños/as reciban una alimentación adecuada. A nivel global ha sido muy preocupante el nivel de desnutrición existente, siendo su problemática cuando no se recibe los nutrientes esenciales para su desarrollo saludable, presentándose así en bajo peso, retraso en su crecimiento, sobrepeso, capacidad de aprendizaje y presencia de diversas enfermedades. Según Salud (2024), la falta de acceso económico a dietas saludables sin duda alguna continúa siendo un problema crucial, que afecte a más de un tercio de la población a nivel mundial.

A nivel práctico las actividades se vuelven herramientas indescriptibles en su alimentación saludable y su relación con su desarrollo físico, beneficiando en cada infante una mejor alimentación, saludable, equilibrada y variada.

El Ministerio de Educación es quien está encargado de brindar alimentación escolar, Mateo Perrone representante del Programa de alimentación mundial (PMA) en Ecuador, manifestó que "Estamos trabajando por el futuro de nuestros niños y niñas, y el programa de alimentación es una de las bases muy fundamentales para lograrlo". A su vez este acuerdo tiene como objetivo el poder implementar un nuevo modelo de gestión territorial de comidas escolares, y entregar los alimentos que sean frescos y nutritivos para los niños/as de diferentes instituciones educativas priorizadas entre ellas los cantones de Cayambe, Manta, Alausí, San Miguel de Bolívar, Guaranda, Portoviejo y Guayaquil.

La Provincia de Bolívar, tiene un panorama crítico en cuanto a la desnutrición infantil, en el año 2019, el Ministerio de Salud Pública atendió a 1606 niños menores de 3 años de edad que presentaban desnutrición crónica en la Provincia considerado así un problema multicausal.

Desarrollo físico en niños y niñas, es el proceso que incluye como son: los cambios de estatura, peso, presencia de enfermedades entre otros, el desarrollo físico es fundamental para el crecimiento integral a su vez el desarrollo de habilidades motoras, coordinación y fortalecimiento muscular. Los niños experimentan cambios evolutivos durante su crecimiento, el desarrollo infantil es progresivo, continuo y reversible y es la etapa importante durante sus cinco primeros años de vida, el niño va a depender de la educación nutricional y la falta de ella puede causar un inadecuado desarrollo evolutivo en su infancia. Observación y descripción: Fomentar la observación direccionada a una alimentación adecuada y acorde a la edad de los niños/as y como es su relación con el desarrollo físico.

En el Centro de Desarrollo Infantil "Los gatitos" enfrenta la necesidad de comprender mejor sobre el tema de la alimentación y como es la relación con el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad. A través de la observación se ha podido constatar que es de suma importancia que los Centros de Desarrollo Infantil (CDI), favorezcan con una alimentación acorde a su edad y que este a su vez les beneficie en su desarrollo físico, trabajar conjuntamente con padres de familia y brindar charlas direccionadas a la alimentación saludable y la cantidad de porciones que el niño debe consumir, mencionar las consecuencias que puede venirse por una mala alimentación.

Es importante recalcar que una alimentación en la primera infancia es muy importante, pero es algo que pasa desapercibido en la actualidad, sin embargo, el desarrollo físico y cognoscitivo de los niño/as es innegable. Igualmente entender el papel que juega la alimentación en el desarrollo del crecimiento de los niños/as es importante UNEMI (2023).

3. PROBLEMA

3.1.Descripción del problema

Si hablamos de una alimentación saludable es primordial tomar en cuenta que Ecuador es el tercer país con desnutrición crónica infantil, a su vez prevalece

la pobreza y este es un factor que afecta dentro del proceso de crecimiento de los infantes.

Si nos referimos a una alimentación saludable es todo aquello que ayuda a un desarrollo físico de tal manera que los alimentos contengan proteínas, minerales, vitaminas, carbohidratos, son esenciales para poder llevar una alimentación adecuada, las cuales favorecerán al desarrollo de sus habilidades y destrezas diarias de los niños/as. La desnutrición se da por la falta de alimentos o a su vez por dietas pobres en nutrientes, genera cambios negativos como son retrasos en el crecimiento, su sistema inmunológico es demasiado débil y dificultades para alcanzar hitos del desarrollo (caminar, manipular diferentes objetos o correr). Si hablamos de una alimentación excesiva estos pueden ser de productos procesados o a su vez ricos en azucares o grasas no saludables, todo esto contrae diferentes inconvenientes en los niños/as manifestando así la obesidad o sobrepeso en ellos recalcando que esto impacta en su desarrollo físico.

Además, otro aspecto crítico es el rol que cumplen los padres y profesores dentro de la formación de cada uno de los hábitos alimentarios que sean saludables desde su corta edad, la falta de información puede traer grandes consecuencias y problemas nutricionales principalmente en CDI y escuelas rurales Rueda (2024).

Es fundamental mencionar que Guaranda es uno de los cantones con mayor índice de desnutrición crónica infantil, a su vez indicar que 6 de cada 10 niños de las parroquias de Simiatug y Facundo Vela sufren desnutrición. La ministra de inclusión económica y social, alude que la ciudad de Guaranda priorizo para la implementación de un proyecto nacional donde se planificó eliminar la desnutrición infantil Comunicación (2021).

Esta investigación esta direccionado a niños/as de 2 a 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”, por haberse identificado diferentes aspectos que van relacionados con una buena y mala alimentación, por ser un impacto negativo dentro del crecimiento físico de niños, que es afectado en su sistema inmunológico. En el cual buscamos que el proceso alimentario en el Centro

de Desarrollo Infantil sea adecuado y beneficie en el proceso de desarrollo físico y académico.

En el Centro de Desarrollo Infantil “Los gatitos” en el aula de 2 a 3 años de edad cuenta con 3 niñas y 8 niños dando un total de 11 niños/as, en donde se pudo observar que su alimentación no es adecuada obteniendo resultados negativos en su desarrollo físico.

3.2.Formulación del problema

¿Cómo influye una alimentación saludable con el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad del centro de desarrollo infantil “los gatitos”?

4. JUSTIFICACIÓN

La 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 y promueve un crecimiento y desarrollo óptimos", Gallinaur (2020, pág. 5).

El desarrollo físico "Se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular" Maganto & Soledad (2020, pág. 5).

La educación es una etapa fundamental para el desarrollo de los niños/as en el ámbito físico, se recalca la importancia de la investigación por ser fundamental en el proceso de crecimiento (peso, talla y otros cambios corporales).

Es necesario tomar en cuenta en la etapa infantil que una saludable y adecuada alimentación contribuirá de manera positiva en su organismo, brindando una dieta equilibrada donde esta no se centre solo en el crecimiento físico sino también en su rendimiento académico y su bienestar en general.

Durante los 2 y 3 años de edad, los cambios evolutivos de su crecimiento (Físicos), están vinculadas en la fase denominada crítica de desarrollo, y si hablamos de nutrición hace referencia al crecimiento neuronal y la etapa de adquisición de habilidades y destrezas.

Para mejorar la alimentación en el Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" se realizará diferentes actividades las cuales promoverán que el infante pueda identificar cuáles van hacer los alimentos consumibles y poder verificar si son los adecuados para los estudiantes, beneficiando su desarrollo físico. También es necesario mostrar que específicamente las actividades satisfacen las preferencias y necesidades alimentarias en cada uno de ellos, de igual manera es muy importante recalcar que las porciones nutritivas influyen mucho dentro del proceso educativo y desarrollo físico de los niño/as.

Las actividades previas a realizar permitirán brindar una alimentación adecuada, lo cual contribuirá de una manera positiva dentro del proceso de desarrollo de crecimiento de los niños/as, asimismo, favoreciendo el desarrollo físico y cognoscitivo de los niños/as.

5. OBJETIVOS

5.1.Objetivo general

Establecer la relación que existe entre una alimentación adecuada y el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad del centro de desarrollo infantil “los gatitos” perteneciente a la parroquia de salinas en el periodo 2024.

5.2.Objetivos específicos

O.E.1: Identificar cual es la relación de una alimentación saludable con el desarrollo físico de los niño/as del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”.

O.E.2: Determinar cuáles son los beneficios y consecuencias de una buena y mala alimentación y como incide dentro de su desarrollo físico de los niños/as del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”.

O.E.3: Proponer una guía con diferentes actividades para mejorar la relación de una alimentación adecuada y el desarrollo físico de los niños/as del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”.

6. MARCO TEÓRICO

6.1.Teoría científica

6.1.1. Alimentación saludable

Diariamente al consumir alimentos desconocemos de sus contenidos estos son fundamentales, se puede decir que una alimentación saludable es aquella que ofrece los nutrientes necesarios para nuestro organismo. Es primordial consumir frutas, verduras, legumbres leches, carnes en cantidades adecuadas. Cada individuo tiene requerimientos nutricionales distintos, los cuales son conforme a su edad, sexo, peso talla, por lo cual es esencial mantener un estilo de vida que incluya una alimentación equilibrada y adecuada.

Asimismo, los nutrientes se clasifican en dos estos son: macronutrientes y micronutrientes:

6.1.1.1. Macronutrientes:

- **Grasas:** se trata de una de las principales fuentes de energía para el organismo lo cual es un elemento primordial que ayuda al crecimiento, desarrollo y a lograr mantener una buena salud.
- **Carbohidratos:** son la principal fuente de energía de nuestra alimentación, y nos ayudan a desarrollar actividades diarias.
- **Proteínas:** son las responsables de la formación de las células, los tejidos y los órganos, los mismos que se encuentran presentes en varias funciones de nuestro cuerpo.

6.1.1.2. Micronutrientes:

- **Hierro:** es un componente que se encuentra presente en los glóbulos rojos las cuales son encargadas de transportar oxígeno.
- **Calcio:** este se encuentra presente en diferentes tejidos del cuerpo como son las neuronas y la sangre**.**
- **Yodo:** es primordial para el desarrollo del cerebro y el sistema nervioso.

- **Zinc:** es indispensable para el crecimiento y el desarrollo normal.
- **Vitamina A:** conserva el funcionamiento del sistema inmune**,** lo encontramos en alimentos como: carenes, hígado vísceras.
- **Vitaminas del complejo B:** dentro de este grupo se encuentra la tiamina, la riboflina y el ácido fólico.
- **Vitamina C:** nos ayuda en el mantenimiento del tejido conectivo de nuestro cuerpo como son: huesos, piel, dientes, tendones Salud (2024).

6.1.1.3. Características de una alimentación saludable:

- **Completa:** debe contener todos los nutrientes que nuestro organismo necesita.
- **Equilibrada:** los nutrientes deben estar repartidos de igual manera en la cual se debe tomar en cuenta las porciones indicadas para cada persona.
- **Suficiente:** la cantidad debe ser adecuada para cada organismo para que funcione de una manera correcta.
- **Inocua:** la alimentación de debe producir ningún riesgo.
- **Variada:** es muy esencial que se incluya la variedad al momento de alimentarnos lo cual favorecerá a la calidad nutricional Pérez (2016).

6.1.1.4. Beneficios de una alimentación saludable

- **Favorece el sistema inmunológico:** una alimentación saludable y adecuada aporta mucho dentro de nuestro organismo como vitaminas, proteínas los cuales ayudan a protegernos de organismos patógenos los mismo que pueden provocarnos enfermedades.
- **Ayuda a evitar enfermedades:** una mala alimentación puede ser provocadas por una mala alimentación. Se debe reducir el consumo de productos rico en sal, azúcar y aumentar el consumo de frutas, verduras y legumbres.
- **Resistencia para tus dientes y huesos:** algunos nutrientes que nos favorecen la salud bucal son la vitamina C lo cual también es esencial para nuestros huesos.

- **Una piel sana y con buen aspecto:** lo más fundamental para mantener una piel hidratada es beber agua.
- **Mantener la salud mental:** la mayoría de dietas ricas en verduras y grasas saludables son buenas para poder combatir con infecciones, además el cuerpo está lleno de energía gracias a la aportación de varios nutrientes.

Existen una gran mayoría de beneficios de una alimentación saludable y adecuada los cuales se consideran esenciales para un buen desarrollo de nuestro organismo (2023).

6.1.1.5. Pirámide alimenticia

La pirámide alimenticia o pirámide nutricional, de manifiesta que son diferentes maneras de darle identificación a la representación gráfica de cada uno de los grupos/fases de alimentos donde se intenta dar una explicación de cómo debe realizar una alimentación equilibrada y sana.

La pirámide alimenticia según Jiménez (2017), manifiesta que la "Pirámide alimenticia es una guía que va enmarcado pautas para así poder llevar una dieta saludable y adecuada, muchas de las personas se fijan para poder saber cuál debe ser la manera de correcta de alimentarse sanamente".

6.1.1.6. Evolución de la pirámide alimenticia

Desde 1943, es importante mencionar, que se ha ido representando de diversas maneras cada una de las recomendaciones en relación a una alimentación saludable, donde se procura, mediante imágenes e iconos que a una población sea más accesible cada uno de los consejos sobre cómo alimentarse, y así sea saludable.

En el año de 1991, el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) fue quien publico la primera PIRÁMIDE, para posterior a ello ser interpretada por un sin número de países y que sean adaptadas a sus particularidades y necesidades.

En el año 2005 la USDA es denominada "mi pirámide", donde los estratos (cada una de sus capas) pasaron de estar en posición horizontal a dividir la pirámide en cuñas verticales que fueron representando los diferentes grupos de alimentación,

de igual manera la aparición de una figura subiendo los escalones hacia el vértice superior, subrayando así la importancia de la actividad física.

En el 2010 la USDA lanzo "Mi plato", reemplazo a dos décadas de pirámides, se trataba de una presentación clara y sencilla de un alimento en un plato.

En el 2011, la "Escuela de Salud Pública de la Universidad de Harvard" (HSPH), corrigió diversos elementos de "Mi plato", y lo cambia por "El plato para comer saludable" dio definición sobre los sobres, que debían ser integrales de igual manera los aceites y proteínas Carrasco (2015).

6.1.1.7. Alimentos de la pirámide alimenticia:

- **Carbohidratos:**

En la base de la pirámide alimenticia encontramos los alimentos que nos aportan y brindan hidratos de carbono, son alimentos que tenemos que consumir con frecuencia. Los cereales, pan, arroz, pasta y las patatas son recomendable un mínimo de 4 raciones diarias. Teniendo en cuenta que es mejor consumir productos integrales, esta franja de la pirámide se observa el agua ya que se debe beber entre un litro y medio de agua, y dos cada día.

- **Agua:** aporta nutrientes a nuestro organismo de igual manera participa en diferentes procesos de nuestro cuerpo todos ellos son vitales.
- **Granos:** aporta fibra, carbohidratos, vitaminas y minerales.

- **Frutas y Verduras:**

En el segundo escalón de la pirámide alimenticia encontramos las frutas y verduras, y son recomendables ingerir entre dos a tres veces al día.

De igual manera el aceite de oliva se sitúa en esta franja, entre 3 a 6 raciones diarias, en ensaladas, aliño de platos o a su vez el uso para cocinar.

Frutas:

- **Naranja:** vitamina C, polato, ácidos orgánicos, carotenoides y flavonoides.
- **Banana:** es muy baja en sodio y contiene vitamina A, B, C Y E.
- **Sandia:** Vitamina A, B, C y es fuente de minerales como el potasio y magnesio.

- **Melón:** Vitamina A, B, C y E ácido fólico fibra y minerales como calcio, hierro y potasio.

Verduras:

- **Tomate:** Vitamina A y C y potasio.
- **Pepino:** Vitamina C, provitamina A y vitamina E.
- **Zanahoria:** Vitamina A, Vitamina E, vitamina K, fosforo, magnesio, yodo y calcio.
- **Espinacas:** Folatos, vitamina C, vitamina A y vitamina E.
- **Brócoli:** proteínas, potasio, Vitamina C y contiene una elevada cantidad de fibras y minerales.

- **Lácteos y proteínas:**

Es recomendable consumir dos raciones de lácteos al día como pueden ser leches, yogures, quesos entre otros más. En este escalón de la pirámide alimenticia encontramos la mayor fue de proteínas, como son los pescados, huevos, legumbres, frutos secos, carnes magras como son las de las aves. Y se recomienda de 1 a 3 raciones diarias de los alimentos, y aumentando a lo largo de la semana.

- **Yogurt:** contiene micronutrientes, diversos minerales y vitaminas como: Ca, sodio, fósforo, magnesio, zinc, yodo, potasio, vitamina A, D vitaminas del complejo B, principalmente B2, B3 Y B12.
- **Leche:** proteínas de alto valor biológico, hidratos de carbono (lactosa), lípidos, yodo, fósforo, calcio, vitaminas A, B12 y riboflavina.
- **Queso:** vitaminas A y D estas dos vitaminas ayudan al cuerpo a absorber el calcio y mantener los huesos y dientes sanos.
- **Huevo:** contienen vitamina A, E, B2, niacina, hierro, zinc y selenio, ácido pantoténico, biotina, colina y fósforo.
- **Carnes magras:** este tipo de carne está compuesta por fibras musculares, una cantidad proteica, idónea y dietas proteicas.
- **Pescado:** es una fuente de mineral como el fosforo, potasio, sodio, calcio, magnesio, cobalto, hierro, yodo, zinc, vitaminas A, B1, B2, B3. B12, D y E.
- **Frutos secos:** contienen vitaminas del grupo B como la tiamina, niacina y ácido fólico.

- **Carnes y grasas:**

Los embutidos, carnes rojas y mantequillas forman parte del penúltimo escalón de la pirámide alimenticia y su consumo debe ser de manera ocasional para llevar una dieta equilibrada.

- **Carnes rojas:** vitamina B12, es rica en zinc y ayuda a protegernos contra el daño oxidativo.
- **Mantequilla:** aporta una gran variedad de nutrientes para el cuerpo es rica en vitaminas A, D, E, B12 Y K2.
- **Embutidos:** contiene proteínas como minerales como el fósforo, hierro, zinc y vitaminas del grupo B en concreto la vitamina B1, B3 y B12.

- **Azúcares y alimentos ultra procesados:**

En la cima de la pirámide alimenticia están todos aquellos productos que debemos evitar no comer y si en caso de que lo hagamos debemos de ser ocasional, mencionando que se trata de productos con exceso de grasa y son derivados del azúcar contiene, dulces, helados y refrescos con azucares, es así que debemos controlar a este grupo al momento de consumir cada uno de los alimentos para así cuidarnos en nuestra salud, al igual que los productos ultra procesados (Anaya, 2016).

- **Aguas saborizadas:** tiene sustancias aromatizantes naturales de uso permitido.
- **Postres lácteos:** es realizado por tratamiento de calor de uno o varios productos alimenticios y finalmente aplicación del frío.
- **Snacks:** edulcorantes, conservantes, saborizantes, condimentos, sal, chocolates.

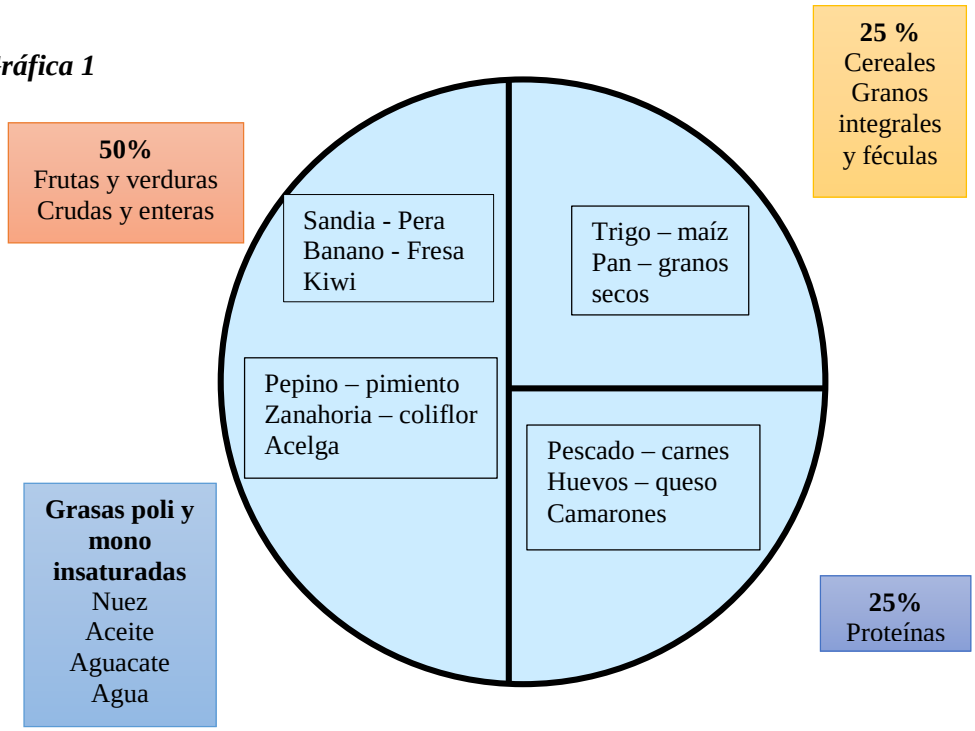
Tabla 1

TABLA DE NUTRICIÓN DE PARA NIÑOS/AS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD			
Grupo de alimentos	**Cantidad diaria para niños de 2 años de edad**	**Cantidad diaria para niños de 3 años de edad**	**Ayuda con las porciones**
Granos	85 g (1 onza), la mitad de alimentos con granos enteros.	113 – 142 g (4-5 onzas), la mitad de alimentos con granos enteros	Una onza es equivalente a: 1 rebanada de pan, 1 taza de cereal precocido o ½ taza de arroz cocido, pasta cocida o cereal cocido.
Vegetales	1 taza	1 ½ tazas	Utilice una taza mediadora para verificar las cantidades, sirva vegetales suaves, cortado en trozos pequeños y bien cocidos para evitar atragantamiento.
Frutas	1 taza	1-1 ½ taza	Utilice una taza mediadora para verificar las cantidades
Lácteos	2 tazas	2 tazas	Una taza equivale a: 1 taza de leche o yogur, 43 g de queso natural o 57 g de queso procesado.
Carnes y legumbres	57 g (2 onzas)	85 – 113 g (3-4 onzas)	Una onza es equivalente a: 28 g de carnes, aves o pescados, ¼ taza de leguminosas secas cocinadas o 1 huevo (Elana Pearl Ben-Joseph, 2018).

Tabla 1

6.1.1.8. Plato saludable

Gráfica 1



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

6.1.1.9. ¿Cuáles son los riesgos de una mala alimentación?

Un niño con malos hábitos alimentarios no estará bien nutrido es decir no está recibiendo las cantidades exactas y necesarias de nutrientes para su crecimiento y su desarrollo físico.

Por lo cual puede llevar a tener un peso bajo o sobrepeso, los niños mal alimentados suelen tener un sistema inmunitario más débil lo que aumenta las posibilidades de enfermarse, los malos hábitos de los niños pueden aumentar el riesgo de enfermedades del corazón, la presión arterial, diabetes a lo largo de su vida.

Los malos hábitos alimentarios incluyen lo siguiente:

- Comer una variedad muy limitada de alimentos.
- Negarse a comer grupos enteros de alimentos como verduras carne.

- Comer demasiados alimentos de mala calidad nutricional como son las papas fritas rosquillas dulces.

6.1.1.10. La alimentación en educación inicial:

Es importante recalcar que una alimentación en la primera infancia es muy importante, pero es algo que pasa desapercibido en la actualidad, sin embargo, el desarrollo físico y cognoscitivo de los niño/as es innegable. Igualmente entender el papel que juega la alimentación en el desarrollo del crecimiento de los niños/as es importante UNEMI (2023).

6.1.1.11. La importancia de la alimentación en educación inicial

Es muy fundamental consumir nutrientes estos se componen de minerales vitaminas hidratos de carbono grasas y proteínas. Dentro de la etapa de la infancia es necesario consumir cantidades exactas debido a que el niño está en constante crecimiento y cambios corporales lo cual ayudará a desarrollar sus destrezas habilidades y actitudes.

Todo esto nos garantizará cubrir todas las necesidades de nutrientes y calorías en el niño lo cual beneficia al desarrollo y su desempeño mental a lo largo de su etapa. Durante su primera infancia es muy fundamental generar en los niños hábitos los cuales se mantendrán cuando él sea adulto. Por ello una alimentación poco saludable desde la infancia de ellos no les beneficiará cuando ellos sean adultos lo cual también puede traerle problemas a la salud.

6.1.1.12. Enfermedades relacionadas con la dieta en la infancia

Por su parte, Gonzales (2015), hace referencia que, “Esta enfermedad que, con frecuencia, comienza en la infancia, provoca graves perjuicios en la edad adulta. En concreto, la obesidad y el sobrepeso pueden derivar en problemas de salud tan graves como las enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, la diabetes, la hipertensión e, incluso, algunos tipos de cáncer. Por lo tanto, una alimentación correcta desde la infancia es determinante para protegernos de estas

dolencias. Además, es en esa edad cuando se aprende a comer y se adoptan los principales hábitos alimentarios".

Un niño que posee malos hábitos alimentarios tendrá como consecuencias una gran desnutrición, no está recibiendo la cantidad de nutrientes favorables y necesarias para su crecimiento y desarrollo físico, los resultados más presentados es el peso bajo o sobrepeso, si nos enfocamos en su sistema inmunológico un niño con una mala alimentación tiende a ciertos inconvenientes como es la presencia de enfermedades y su sistema inmunológico es débil. Entre las enfermedades que el niño puede presentar por los malos hábitos alimentarios son los siguientes:

- **Enfermedades del corazón:** se manifiesta a través de los vasos sanguíneos enfermos, algunos problemas estructurales y coágulos sanguíneos (afección cardiaca).
- **Presión arterial:** es la fuerza de la sangre al empujar contra las paredes de sus arterias.
- **Diabetes tipo 2:** afecta a la forma en que el cuerpo usa el azúcar (glucosa) para obtener energía.
- **Colesterol alto:** puede limitar la irrigación sanguínea y aumentar el riesgo de infartos o derrames cerebrales.

La cantidad de alimentos que cada uno de los niños requieren ingerir puede variar en la etapa de fase de crecimiento en la que se encuentran, mencionando que la alimentación de un niño no es igual a la de un adulto, por lo general, es habitual ver cómo se obliga al infante a que coma más de lo que él quiere, pero sin embargo no es recomendable hacerlo, cada uno de ellos saben cuanta hambre tienen y acostumbrado a regular su propio apetito. Los expertos nutrición mencionan que es normal que los niños pasen por periodos en las que van a comer más y otros días menos, de la misma manera en que sucede con los adultos.

6.1.1.13. La alimentación de los niños hoy en día:

La alimentación de los niños/as sostiene que el alimentarse de manera saludable es el significado de comer una gran variedad de alimentos para que el

niño reciba los nutrientes como son: carbohidratos, grasas, vitaminas, proteínas y minerales, que el niño necesita para su crecimiento normal y adecuado, el niño al nutrirse con una gran variedad de alimentos básicos de manera regular, está bien nutrido y su crecimiento será muy eficaz.

Cuando el niño cursa de 2 a 3 años de edad, ellos comienzan a distinguir el sabor de ciertos alimentos, rechazan su sabor a los alimentos que no son de su agrado, es ahí donde expresan tener la variabilidad en cuanto a la hora de alimentarse. El realizar actividad física y tener una buena alimentación es esencial integrar a la familia, serán los encargados de orientar a sus pequeños y se encuentren de una manera activa en sus habilidades y destrezas, ayudando en su desarrollo físico como es el enseñar a los niños a saltar, brincar entre otras cosas LLC (2023).

6.1.1.14. Beneficios de un comedor escolar:

Según Termes (2024), el comedor escolar es importante recalcar que es el núcleo familiar, el cual es en donde se debe llevar a cabo la principal educación y la adquisición de los hábitos saludables en los niños y niñas. Además, los niños aprenden por imitación de su entorno principalmente de su madre y padre por lo cual es muy importante que en casa se enseñe y promueve hábitos alimentarios adecuados y saludables que los niños van a ir adquiriendo con el tiempo y les va a servir de mucha ayuda en su futuro.

El comedor escolar es una herramienta educativa muy importante lo cual tiene como objetivos principales intervenir dentro de la educación para la salud, la higiene y la alimentación al mismo tiempo enseña aspectos relacionados con la responsabilidad y la convivencia.

Para poder llevar a cabo un buen funcionamiento del comedor escolar es importante llevar y cumplir las siguientes funciones las cuales son desarrolladas dentro de la guía de alimentación saludable en etapa escolar:

- Proporcionar a los niños comidas de calidad nutricional higiene y sinceramente aceptables. Hacer educación para la salud desarrollando la adquisición de hábitos tanto higiénicos y alimentarios.
- Fomentar la utilización correcta de los utensilios del comedor y promover los aspectos sociales y de convivencia durante las comidas con sus compañeros.
- Planificar actividades de ocio que contribuyen al desarrollo de la personalidad para así fomentar hábitos sociales y culturales sobre la alimentación.

6.1.1.15. Abastecerse de alimentos saludables:

Según (Pearl & Ben, 2018),los niños especiales más pequeños comen sobre todo lo que está disponible en la casa por eso es muy fundamental controlar los alimentos que se sirve en cada comida y los refrigerios algunas sugerencias son las siguientes:

- Incluir frutas y verduras en la rutina diaria, también es necesario asegurarse de servir frutas y verduras en todas las comidas.
- Facilita que el niño elija refrigerios saludables teniendo a mano frutas y verduras o refrigerio saludables como también puede ser el yogurt los tallos de apodo con mantequilla o las galletas integrales con queso.
- Sirva carnes desgrasadas y otras buenas fuentes de proteína como el pescado huevos y las frutas y frutas secas.
- Compré panes integrales y cereales para que el niño ingiera más fibra límite el consumo de la grasa evitando las comidas fritas y cocinando alimentos en el horno.
- Es muy importante elegir productos lácteos de bajo contenido graso o descremados.
- Límite las comidas en restaurante rápidos y refrigerios pocos nutritivos.
- Limite las bebidas dulces como gaseosas y las bebidas con sabor a fruta en cambio es muy fundamental servir agua y leche descremada.

6.1.1.16. Estas pueden ser algunas dietas equilibradas para niños de edad escolar:

Una dieta que sea equilibrada para los niños que cursan la edad escolar deberá incluir una variedad de alimentos es decir de todos los grupos alimenticios, estas pueden ser algunos ejemplos con meriendas saludables:

- **Desayuno:** Avena con frutas frescas acompañada de un vaso de leche
- **Almuerzo:** Pollo a la plancha con arroz y verduras al vapor
- **Merienda:** Yogurt natural con trozos de fruta y un puñado de almendras

La alimentación no solo afecta al rendimiento académico, sino que también influye en la estabilidad emocional y bienestar mental, en este caso su alimentación debe ser equilibrada que incluye alimentos fresco y nutritivos, ya que esto puede mantener un estado de ánimo estable y promover la salud mental.

Es necesario adoptar hábitos alimenticios saludables ya que esto nos solo beneficia nuestra salud física, sino que también nos está ayudando el poder alcanzar cada una de las metas educativas y este tenga resultados positivos en el ámbito educativo.

El bajo rendimiento académico no es sinónimo de poca capacidad es comprobado que muchas de las veces la mente humana es muy compleja y en sí las reacciones y conductas no deben ser analizadas superficialmente dentro de ello es importante mencionar que la motivación es uno de los aspectos fundamentales dentro del proceso educativo. Veiglerformación (2023).

Los sistemas educativos están configurados de una manera satisfactoria con la tarea de obtener resultados positivos dentro de un proceso de enseñanza aprendizaje. Se dice que la educación debe adaptarse a cada una de las necesidades de los estudiantes forzando así en ellos su manera de aprender e incentivar aquellos investiguen aprenda.

Para finalizar se dice que en el campo de la educación existen cuestiones esenciales al igual que cuestiones de preocupación la importancia del rendimiento académico es un concepto de manera formativa. Cada niño tiene diferente manera de pensar y de actuar, y por ende el rendimiento académico se enfoca en ello.

6.1.2. Desarrollo físico

El desarrollo físico hace referencia al crecimiento y los cambios en el cuerpo de las personas en el transcurso de su crecimiento, teniendo en cuenta que ayuda a la fuerza, tamaño y habilidades motoras. Si nos referimos al desarrollo físico infantil describe el bienestar físico de cada uno de ellos incluyendo sus conocimientos de prácticas corporales, nutrición, salud y desarrollo de cada una de sus habilidades motoras Cano (2013).

6.1.2.1. Importancia del desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad

Es primordial el desarrollo físico para su crecimiento integral. Desde sus primeros meses de vida hasta la edad temprana contribuye al desarrollo de habilidades motoras, fortalecimiento muscular y su coordinación.

Uno de los cambios más indudables es la perdida de volumen del cuerpo (brazos y piernas), asimismo es un aspecto fundamental dentro del crecimiento infantil porque es un gran impacto en la salud. Igualmente asegura un crecimiento corporal sano el cual incluye el fortalecimiento de los huesos, músculos y órganos, lo cual es esencial para prevenir enfermedades y así promover un sistema inmunológico adecuado Peques (2024).

6.1.2.2. Fases del desarrollo físico

Existen diferentes fases de desarrollo, haciendo referencia el área de crecimiento físico de igual manera el área adaptativa y área personal social. Cada una de estas etapas es una serie ordenada de cambios biológicos, físicos, emocionales, psicológicos y sociales, que cada ser humano atraviesa en el transcurso de su vida.

El infante pasa por 5 áreas principales estas son las siguientes:

- **Crecimiento físico:** Hace referencia a la estatura y peso, a cada uno de los cambios corporales que ocurre en los niños acorde pasa el tiempo.
- **Pensamiento y razonamiento:** Es un don que cada ser humano posee y su origen se da por la intervención y la razón.
- **Desarrollo social y afectivo:** Es la capacidad que tenemos los humanos para poder interactuar con los demás, y así poder expresar cada una de nuestras emociones, crece relaciones interpersonales de manera sana y culta.
- **Desarrollo del lenguaje:** Proceso cognitivo que los seres humanos hacen el uso de la competencia lingüística innata, es decir, es un instrumento esencial para iniciar una conversación.
- **Desarrollo sensorial y motor:** Proceso de manera gradual donde el niño ya adquiere el uso y la coordinación de sus músculos grandes (piernas, torso y brazo) y a su vez los músculos más pequeños de las manos LLC (2023).

6.1.2.3. Factores que influyen en el desarrollo físico:

Estos pueden ser los siguientes:

- **Genética:** Incluye a la altura, estructura corporal y propensión de enfermedades.
- **Nutrición:** El tener una alimentación equilibrada y balanceada es primordial para nuestro crecimiento y desarrollo optimo
- **Actividad física:** El ejercicio regular promueve el desarrollo muscular, coordinación y salud cardiovascular.
- **Salud**: Aquí las enfermedades crónicas y agudas afectan en el crecimiento y desarrollo.

Recalcando de igual manera que cada uno de los niños/as experimentan cambios evolutivos esto durante su desarrollo y crecimiento, aludiendo que su desarrollo es de manera progresiva, irreversible y continua, es una de las etapas más importantes durante sus 5 primeros años de vida porque es allí donde ellos se desarrollan, en el transcurso de esos cinco años cada uno de ellos aprenden ya a

dominar cada una de sus destrezas entre ellas las más fundamentales: hablar, caminar, correr Carrión (2024).

El desarrollo físico en la infancia va abarcando tres ámbitos establecidos:

- **Ámbito físico:** Hace énfasis a un entorno que sea tangible y material que rodea a una persona, objeto o sistema. El ámbito físico abarca: espacio, tiempo, materia, energía, infraestructura.
- **Ámbito psicosocial:** Se refiere a la interacción de factores psicológicos y sociales que van incluyéndose en el comportamiento de las personas, pensamientos, sentimientos, conducta y emociones.
- **Ámbito cognitivo:** Procesos mentales que nos permiten percibir, procesar y utilizar información para tomar nuestras propias decisiones. La infancia es una de las etapas primordiales es ahí cuando ocurren cambios físicos, en el cual los padres son involucrados es decir deben estar atentos ya que en este periodo desarrollan habilidades motoras y finas y gruesas (Topanta, 2024).

6.1.2.4. Desarrollo físico e intelectual:

El desarrollo intelectual en la capacidad para comprender, pensar y razonar en educación infantil es importante recordar que el desarrollo cognitivo en los niños/as es fundamental para realizar actividades creativas y para no perder su atención.

Durante las primeras etapas de vida se establecen conexiones neuronales esenciales que forman las bases para el aprendizaje futuro de los niños y niñas a medida que los niños crecen estas uniones se fortalecerán a través de experiencias y estímulos adecuados lo que contribuye de una manera positiva al crecimiento cognitivo y emocional.

Los padres y cuidadores desempeñan un papel fundamental en el este proceso puesto que son encargados de proporcionar un ambiente adecuado para promover el desarrollo intelectual de una manera segura y creativa estimular la

curiosidad fomentar la exploración y brindar oportunidades de aprendizaje son claves para impulsar el crecimiento intelectual en los niños y niñas.

6.1.2.5. Edades claves para el desarrollo intelectual:

Desde los primeros años de vida los niños comienzan a explorar el mundo y absorber conocimiento de manera impresionante, durante su niñez la capacidad de aprendizaje se acelera.

La nutrición es un pilar fundamental en el crecimiento y desarrollo intelectual de niños y niñas puesto que les proporciona nutrientes necesarios para potenciar a los infantes y prepararlos para un futuro lleno de logros.

6.1.2.6. Actividades para el desarrollo intelectual seguro y creativo:

- **Exploración científica:** fomentando su curiosidad los pequeños aprenden a investigar observar y experimentar, estas actividades pueden aumentar su desarrollo intelectual mediante la experiencia.
- **Lectura de cuentos infantiles:** a través de los cuentos los pequeños se sumergen en mundos imaginarios desarrollan su creatividad e imaginación, amplían su vocabulario, la lectura también es esencial para mejorar sus habilidades lingüísticas promoviendo un pensamiento más crítico y analítico además es esencial tomar en cuenta que los cuentos enseñan valores, emociones y situaciones sociales lo cual favorece su inteligencia emocional y empatía.
- **Juegos de palabras y adivinanzas:** aumentan la creatividad e imaginación y el pensamiento lógico. Los juegos de palabras les enseñan a pensar de manera ingeniosa y buscar soluciones, eso contribuye de una manera positiva al desarrollo de su inteligencia emocional puesto que los motiva a interactuar y compartir listas de aprendizajes.
- **Actividades artísticas:** fomentan la observación y el análisis puesto que los infantes deben prestar atención a detalles y formas mientras crean estimula su imaginación impulsando su capacidad para resolver problemas de una manera original.

6.1.2.7. Desarrollo físico y motor:

Los niños experimentan varios cambios evolutivos durante su crecimiento tantos físicos como psicológicos, al momento de hablar sobre el desarrollo infantil podemos decir que es progresivo, continuo y reversible, además, tiene una secuencia fija este es una etapa muy esencial durante sus primeros cinco años de vida.

En esta edad los/as niños/as aprenden a dominar sus destrezas, hablar, caminar, atarse los zapatos, correr. Además, empiezan a dirigir sus emociones y crear nuevas amistades.

Cada niño tiene sus propios tiempos en su desarrollo a continuación daré a conocer algunas guías de tiempo que pueden ayudar al momento de detectar un problema en el desarrollo físico motor de los niños y niñas:

- Sonrisa media 4 a 6 semanas, margen de normalidad de 1 a 8 semanas.
- Acercamiento media 5 meses, margen de normalidad 4 a 6 meses.
- Andar sin ayuda media 12 a 13 meses, margen de normalidad 8 a 18 meses.
- Palabras referenciales media 12 meses, margen de normalidad 8 a 18 meses.
- Control de esfínteres durante el día media de 2 años, margen de normalidad 16 a 48 meses.

El desarrollo físico y motor en la infancia abarca tres ámbitos importantes:

- Físicos.
- Psicosocial
- Cognitivo

6.1.2.8. Desarrollo físico en la infancia:

En esta etapa que comienza cuando una persona nace hasta el final de su juventud durante todo este tiempo ocurren varios cambios físicos en los cuales los padres deben estar muy atentos, en este tiempo se desarrollan habilidades motoras finas y mayores.

Los niños y niñas cuando son bebés comienzan a usar las manos y los dedos y cuando son un poco mayores aprenden a usar la pinza con los dedos o a utilizar las tijeras todos estos son aprendizajes que le asegurarán un desarrollo físico sano.

Algunas señales que indican que el niño no tiene un buen desarrollo físico son: retraso al sentarse, caminar, un control inadecuado de la cabeza, rigidez muscular, retraso del habla y torpeza en sus movimientos

6.1.2.9. Desarrollo psicosocial en la infancia:

Al momento de hablar del desarrollo psicosocial en la infancia tenemos que tomar en cuenta que es la capacidad que tiene un niño para formar relaciones y manejar sus emociones como cuando me ve sonríe o cuando tiene alrededor de 5 años y puede jugar con otros niños en la escuela.

Dentro de este periodo aparecen las comparaciones con los demás los infantes aquí ya son capaces de reconocer sus habilidades y las de sus compañeros y quieren ponerlas a prueba.

Insiste en enfrentarse a tareas más desafiantes quieren apuntarse a todas las actividades. Es muy esencial brindarles una estimulación positiva por parte de los padres profesores y amigos reconocer sus logros y para que no se afiancen en el sentimiento de la inferioridad.

6.1.2.10. Desarrollo cognitivo en la infancia:

El desarrollo cognitivo en la infancia es la capacidad del niño de aprender, razonar y resolver problemas, esta etapa es fundamental puesto que va a depender su bienestar y su adaptación al entorno.

El desarrollo cognitivo en la primera infancia puede determinar el correcto deslumbramiento en los siguientes años y etapas escolares es decir los niños y niñas que logran un desarrollo conectivo correcto cuentan con habilidades y personalidades fuertes.

6.1.2.11. Educación nutricional en la primera infancia:

El desarrollo físico en la primera infancia de un niño va a depender de la educación nutricional que reciba y la escasez de la misma puede causar un inadecuado desarrollo evolutivo en la infancia.

Una buena alimentación en los primeros años de vida es fundamental, sienta sus bases alimentarias y lo protege de enfermedades, lo cual es clave dentro del desarrollo evolutivo del niño de 0 a 6 años.

El desarrollo motor en la primera infancia es primordial puesto que este dependerá de los aportes nutricionales que le proporciona el organismo, (La organización mundial para la salud) recomienda la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad y después comenzar con una alimentación complementaria y una dieta sana y equilibrada

Los infantes necesitan una atención integral en la infancia para poder tener un correcto desarrollo de huesos, dientes, músculos y todo su organismo, hay que tener en cuenta que la población infantil es propensa a sufrir desnutrición y malnutrición por eso es esencial alimentarse bien y tener hábitos alimenticios sanos y adecuados Hambre (2021).

6.1.2.12. Desarrollo físico y lenguaje:

El desarrollo del lenguaje en los niños se basa en el describir las capacidades que tienen los infantes para comunicarse de manera segura (lenguaje expresivo) y posterior a ello comprender (lenguaje receptivo) un lenguaje oral en distintos entornos. La comprensión y el uso del lenguaje de igual manera van relacionadas con el desarrollo de alfabetización de los niños y niñas para obtener un aprendizaje con resultados positivos en el área de lectura y escritura.

Lenguaje expresivo: Es la capacidad del poder expresar nuestro sentimientos, deseos y necesidades, puede ser a través de una comunicación verbal o no verbal. Habilidad que se desarrolla desde el nacimiento y se va moldeando con el pasar del tiempo, acorde el niño se vaya desarrollando.

Principales habilidades que se desarrollan a través del lenguaje expresivo son las siguientes:

- Describir acciones o eventos
- Nombrar objetos
- Responder a preguntas
- Expresar historias o a su vez acciones cotidianas.

Lenguaje receptivo: Es la capacidad de comprender el lenguaje que puede ser oral (hablado) o escrito, y de esa manera procesar la información lingüística que se presenta.

Es fundamental mencionar que los niños se desarrollan más durante sus primeros 5 años de vida, refiriéndose así, que el desarrollo infantil hace referencia a como los niños aumentan cada una de sus capacidades para realizar sus actividades. En el desarrollo del lenguaje un bebe de 12 meses de edad ya va a decir sus primeras palabras, un niño de dos años de edad va a empezar a nombrar las partes de su cuerpo y un niño de cinco años de edad ya puedo contar una historia.

6.1.2.13. Desarrollo físico – habilidades:

Si hablamos de desarrollo físico son cada una de las capacidades que se van adquiriendo en el transcurso de nuestras vidas y permite al ser humano que él se adopte a las condiciones sociales.

- Movimiento y locomoción
- Estabilidad y equilibrio
- Manipulación
- Proyección y recepción

Estas son algunas de las habilidades físicas:

Habilidades motoras gruesas: El control de los músculos grandes para el movimiento y el equilibrio.

Es necesario desarrollar el control y el equilibrio motor esto durante una variedad de actividades físicas como pueden ser las siguientes: caminar, brincar, correr, escalar y saltar. Desarrollar su coordinación motriz y comprender los conceptos de movimientos.

Habilidades motoras finas: Es el control de músculos pequeños para propósito como es el cuidado personal, construcción y la exploración. Desarrollar la fuerza y destreza de sus manos, de igual manera su coordinación entre la vista y las manos para así utilizar herramientas cotidianas, manipular una variedad de objetos, como son los bloques o libros y herramientas de escritura, dibujo y arte.

Beneficios de realizar una actividad de desarrollo físico están los siguientes:

1. Incremento de la masa muscular
2. Aumento de la resistencia física
3. Fortalecimiento de los huesos
4. Mejora en la capacidad respiratoria
5. Mejora la coordinación y las capacidades motrices.

6.1.2.14. Desarrollo físico integral

Es el proceso que implica el crecimiento del cuerpo, el fortalecimiento muscular, coordinación y cada una de las habilidades motoras, en este proceso va influenciado arios factores como puede ser la genética, nutrición, actividad física, estado de salud y sobre todo el bienestar emocional. Cada una de estas habilidades se desarrollan desde sus primeros meses de vida hasta la infancia temprana.

Capacidades físicas pueden ser las siguientes: Flexibilidad, fuerza, velocidad y la sincronización.

- **Ejercicio y actividad física:** Promover un ejercicio regular rutina de y que incluya actividades de fuerza, flexibilidad y equilibrio porque es muy esencial para un desarrollo físico óptimo.
- **Nutrición adecuada:** Es necesario que su alimentación sea balanceada y que se incluya todos los grupos alimenticios porque es fundamental para el crecimiento y la salud general.
- **Salud mental:** Se refiere al bienestar emocional que es parte del desarrollo físico estrategias como es la meditación y la gestión de estrés pueden ser muy beneficiosas.
- **Adaptación y diversidad:** Reconocer que cada individuo tiene diferentes necesidades y habilidades que permite el enfoque más personalizado y efectivo.
- Fomentar el desarrollo físico integral no solo se refiere a la salud física, sino que potencian nuestra autoestima y de igual manera la calidad de vida en general.

6.1.2.15. Recomendaciones para promover el desarrollo físico en casa:

En la edad escolar los niños/as el desarrollo físico se ha convertido en algo esencial para favorecer su crecimiento integral, ayudando así a sus habilidades motoras, fortalecimientos musculares y su coordinación.

Dentro de ello encontramos algunas recomendaciones para poder promover el desarrollo físico infantil desde sus hogares estos son los siguientes:

- **Tiempo boca abajo**:

Es necesario que el padre proporcione al bebe tiempo diario boca abajo en una manta, para poder fortalecer sus músculos del cuello, hombres y espalda, animar al infante a levantar su cabeza y que el explore el entorno que le rodea.

- **Juguetes sensoriales:**

Se debe utilizar juguetes que sean coloridos para que sea más fácil el estimular a los pequeños.

- **Estimulación temprana:**

Proporcionar oportunidades para que el niño pueda explorar diferentes texturas formas al igual que sido esto a través de diferentes actividades Peques (2024).

6.1.2.16. Desarrollo físico y salud

El desarrollo físico y salud describe el bienestar físico de los niños/as, los niños que poseen problemas en la salud pueden sufrir varios resultados educativos deficientes. Es muy importante que los niños tengan conocimiento sobre su propio cuerpo para fomentar los hábitos saludables los cuales son clave para la salud a lo largo de la vida Púbica (2019).

Esto permitirá que los niños/as desarrollen hábitos saludables como:

- Mantenerse seguros.
- Tareas del cuidado personal.
- Hacer ejercicio.
- Comer saludable.

6.1.2.17. El desarrollo físico

1. **Desarrollo de habilidades motoras finas:** es la capacidad para utilizar los músculos menores específicamente sus manos y dedos.
2. **Desarrollo de habilidades motoras mayores:** Es la capacidad de utilizar músculos grandes para sentarse, pararse, caminar o correr lo cual también incluye mantener el equilibrio County (2021).

6.1.2.18. Desarrollo físico en la infancia

La infancia es una etapa que empieza cuando una persona nace, durante todo este tiempo ocurren cambios físicos en donde los padres deben estar atentos a estos cambios. Algunas actividades nos pueden indicar el retraso del crecimiento como son: sentarse, gatear, caminar Carrion (2024).

6.1.2.19. Actividades para fomentar el desarrollo físico en los niños

El desarrollo físico de los niños está influenciado por una variedad de factores. En primer lugar, la genética juega un papel importante porque determina características como la complexión y la altura. La nutrición también es crucial; una dieta equilibrada proporciona los nutrientes necesarios para un desarrollo óptimo. Por otro lado, el entorno también tiene un impacto en el crecimiento porque el acceso a áreas de juego seguras puede fomentar la actividad física. Esto tiene el potencial de mejorar su salud a largo plazo.

- **Juegos de imitación:** Juega juegos de imitación con tu hijo, como caminar o saltar como animales. Esto estimula la creatividad y la interacción social, además de mejorar el desarrollo físico.
- **Juegos al aire libre:** Los juegos al aire libre brindan a sus hijos oportunidades para explorar y practicar habilidades físicas como correr, saltar, trepar y lanzar. Organiza actividades al aire libre, como juegos de pelota, carreras de obstáculos o simplemente disfrutar del entorno natural.
- **Ejercicios de equilibrio:** Realizar ejercicios de equilibrio con el niño/as, como caminar sobre una línea imaginaria en el suelo o pararse en un pie

durante un momento. La coordinación y el equilibrio, habilidades esenciales para el desarrollo físico, se mejoran con estos ejercicios Salupeques (2024).

6.2. Marco legal

6.2.1. Constitución de la República del Ecuador

Art. 13. – Las personas tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promoverá la soberanía alimentaria.

Art. 26. – Que la Constitución de la república, en su artículo 26, determina que la educación es un derecho fundamental de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado, que constituye en área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el Buen Vivir.

Art. 44. – Las niñas, niños y adolescentes tendrán derecho a su desarrollo integral, entendiendo como proceso de crecimiento, maduración y despliegue de su intelecto y de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones, en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad. Este entorno permitirá la satisfacción de sus necesidades sociales, efectivo-emocionales y culturales, con los apoyos políticos intersectoriales, nacionales y locales. De la misma manera en la Constitución de la república del Ecuador (2008), hace referencia a los siguientes artículos:

Art. 27. – De la Constitución de la Republica establece que la educación debe estar centrada en el ser humano y garantizara su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez impulsara la equidad de enero, la justicia, la solidaridad y la paz estimulara el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar Ecuador (2021).

Art. 66. – Se reconoce y garantizará a las personas: El derecho a una vida digna, que asegure la salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento ambiental, educación, trabajo, empleo, descanso y ocio, cultura física, vestido, seguridad social y otros servicios sociales necesarios Ecuador (2021).

6.2.2. Ley Orgánica de Educación Superior

Título IX. Instituciones y organismos del sistema de educación superior sección segunda

Consejo de evaluación, acreditación y aseguramiento de la calidad de la educación superior

Art. 171. – Consejo de aseguramiento de la Calidad de Educación Superior: Es el organismo público técnico, con personería jurídica y patrimonio propio, con independencia administrativa, financiera y operativa que tiene a su cargo la regulación, planificación y coordinación del sistema de aseguramiento de la calidad de educación superior; tendrá facultad regulatoria y de gestión. Los miembros de Aseguramiento de la Calidad de Educación Superior no podrán ser autoridades ejecutivas o académicas de las instituciones objeto de regulación.

El Consejo, en su estructura orgánica interna contera con una secretaria técnica, y operará en coordinación con el Consejo de Educación Superior y la institución responsable de la evaluación de la calidad desde la educación inicial hasta bachillerato. Tendrá un Comité Asesor cuyos miembros actuarán con voz, pero sin boto en las reuniones plenarias del Consejo o sus comisiones. Los consejeros, terminada su gestión, ya sea por conclusión del periodo o por renuncia, no podrán postularse para ser máxima autoridad de instituciones de educación superior al menos por dos años LOES (2010).

6.2.3. Reglamento de la Unidad de Integración Curricular de la Universidad Estatal de Bolívar

Título II

De la titulación

Capítulo I

Unidad de integración curricular

De acuerdo con el Reglamento de la Unidad de Integración Curricular del Universidad Estatal de Bolívar, plantea en sus siguientes artículos:

Art. 8. – Funciones. - Las funciones de la Unidad de Integración Curricular de la carrera son:

a) Recepta, analiza, gestiona y valida la documentación relacionada con el proceso de titulación de acuerdo con lo establecido en el presente reglamento.

b) Analiza la pertinencia de los temas propuestos para las diferentes modalidades de titulación y sugiere su aprobación.

c) Da seguimiento a los avances de los trabajos de integración Curricular y remite a Consejo Directivo el informe al final de cada ciclo académico para aprobación. Recepta y coordina la validación de los reactivos para los exámenes de grado de carácter complexivo.

d) Planifica, coordina, elabora, ejecuta y evalúa los exámenes de grado de carácter complexivo bajo estrictas normas éticas y legales.

e) Elabora y difunde las guías de estudio para la preparación de los estudiantes que se van a presentar a los exámenes de grado de carácter complexivo.

f) Planifica y organiza los cursos preparatorios para los estudiantes que se van a presentar a los exámenes de grado de carácter complexivo.

g) Sugiere y monitorea la ejecución de estrategias que contribuyen a mejorar el índice de titulación, y se constituye en el canal oficial de asesoría e información del proceso de titulación integración curricular.

h) Las demás asignadas por el Consejo Directivo.

Art. 9. – Ingreso a la Unidad de Integración Curricular: Para que el estudiante ingrese a las unidades de integración curricular deberá:

a) Haber aprobado todas las asignaturas del proyecto curricular del nivel inmediato inferior al que se imparte las Unidades de Integración Curricular.

b) Haber aprobado los niveles de idiomas establecidos por el departamento de Idiomas.

Art. 10. – Aprobación de la unidad de integración curricular. - La aprobación de la Unidad de Integración Curricular se realizará a través de las siguientes opciones:

a) El desarrollo de un trabajo de integración curricular.

b) La aprobación de examen de grado de carácter complexivo de donde el estudiante deberá demostrar el manejo integral de los conocimientos adquiridos a lo largo de su formación.

La unidad de Integración Curricular, tendrá una escala de aprobación Cuantitativa y Cualitativa (Mayor o igual a siete (7) aprobado – menor que siete (7) Reprobado), el mismo que será registrado por las secretarias de carrera una vez emitida el Acta de grado.

6.2.4. Capítulo l Del Objeto, Ámbito, Fines y Políticas

Art. l. – Objeto: El presente reglamento regula y orienta el proceso de la Unidad de Integración Curricular para obtener el título de tercer nivel, en las carreras de grado en la Universidad Estatal de Bolívar.

Art. 2. – Ámbito: El presente reglamento es de aplicación obligatoria para todas las carreras de diseño curricular vigentes de la Universidad Estatal de Bolívar.

Art. 3. – Fines: Los fines de la Unidad de Integración Curricular son: Aplicar los conocimientos adquiridos en el proceso de formación que permita la formulación de temas o proyectos de investigación orientados a resolver problemas del contexto: emplea métodos y técnicas de investigación relacionadas a su disciplina a través de capacidad creativa e innovadora; y, generar productos que contribuyen a fortalecer los espacios de investigación institucional y de beneficio para la sociedad.

Art. 4. – Políticas: La Unidad de Integración Curricular de la Universidad Estatal de Bolívar tiene como políticas las siguientes;

a) Gestionar procesos de la Unidad de Integración Curricular de manera transparente, justa, con la rigurosidad necesaria, que permita la generación y transferencia del conocimiento.

b) La Unidad de Integración Curricular en todas las carreras, se planificará y se desarrollará en doscientas cuarenta (240) horas, equivalentes a cinco (5) créditos.

c) La Unidad de Integración Curricular, está diseñada por una asignatura en cada carrera, donde su contenido, desarrollo, evaluación y aprobación será cumpliendo con las actividades propuestas para cada una de las opciones de integración curricular establecidas por la institución.

d) En el caso de estudiantes con necesidades educativas especiales, la unidad de integración curricular realizara las adaptaciones necesarias en función de las características específicas del estudiante en el marco de aplicación de la Guía de adaptaciones curriculares aprobado por la Universidad.

Guía Metodológica para la implantación del Currículo de Educación implantación efectiva del currículo de Educación Inicial es fundamental para el desarrollo integral para los niños en sus primeros años de vida por lo que se considera lo siguiente:

6.2.5. Experiencias de Aprendizaje

El currículo de Educación Inicial define a las experiencias de aprendizaje como un conjunto de vivencias y actividades desafiantes, intencionalmente diseñadas por el docente, que surgen del interés de los niños produciéndoles gozo y asombro, teniendo como propósito promover el desarrollo de las destrezas que se plantean en los ámbitos de aprendizaje y desarrollo.

Para el tramo de niños más pequeños, estas experiencias de aprendizaje serán organizadas por el profesional en su planificación en torno al juego centralizador y/o cuento eje, dadas las características de los niños de esta edad, sin

que ello implique que no se pueda utilizar al juego como eje transversal y recurso metodológico importante y toda la Educación Inicial.

6.2.6. Orientaciones para el proceso de evaluación:

Es importante recordar que en Educación Inicial no se evalúa para aprobar o desaprobar, evaluamos para favorecer el desarrollo integral de los niños, para descubrir sus potencialidades personales, para reforzar su autoestima y detectar posibles limitaciones que afectan al aprendizaje y desarrollo UEB (2021).

6.2.7. Ministerio de educación (LOTAIP)

Art. 69. – Para proteger los derechos de las personas integrantes de la familia: Se promoverá la maternidad y paternidad responsables; la madre y el padre estarán obligados al cuidado, crianza, educación, alimentación, desarrollo integral y protección de los derechos de sus hijas e hijos, en particular cuando se encuentran separados de ellos por cualquier motivo.

6.2.8. Código de la niñez y adolescencia

Art. 37. – Derecho a la educación: Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Este derecho demandade un sistema educativo que:

- Garantice el acceso y permanencia de todo niño y niña a la educación básica, así como del adolescente hasta el bachillerato o su equivalente.
- Respete las culturas y especificaciones de cada región y lugar.
- Contemple propuestas educacionales flexibles y alternativas para atender las necesidades de todos los niños, niñas y adolescentes, con prioridad de quienes tienen discapacidad, trabajan o viven una situación que requiera mayores oportunidades para aprender.
- Garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, materiales didácticos, laboratorio, locales, instalaciones y recursos adecuados y gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje. Este derecho incluye el acceso efectivo a la educación inicial de cero a cinco años, y por lo tanto se desarrollarán

programas y proyectos flexibles y abiertos, adecuados a las necesidades culturales de los educandos.

- Que respete las convicciones éticas, morales y religiosas de los padres y de los mismos niños, niñas y adolescentes. Código de la niñez y Adolescencia (2014).

Ley Orgánica de Educación Intercultural señala dentro de la Ley Orgánica de Educación intercultural en sus siguientes artículos:

Art. 2. Agregase a continuación del artículo 1 un artículo 1.1 de conformidad con el siguiente texto.

Art. – 1.1 Ámbito: La presente ley rige para todo el territorio nacional y garantiza el derecho a la educación para todos y todas a lo largo de toda la vida: determina a los principios y fines generales que orientan a la educación ecuatoriana en el marco del Buen Vivir, interculturalidad y la plurinacionalidad, así como las relaciones entre sus actores, y desarrolla las directrices generales de acompañamiento Psicopedagógico de las niños, niñas y adolescentes, entendiendo las diferentes etapas de la evolución del ser humano. Desarrolla y profundiza los derechos obligaciones, responsabilidades y garantías, entendiendo las diferentes constitucionales en el ámbito educativo y establece las regulaciones básicas para la estructura, los niveles y modalidades, modelo de gestión, el funcionamiento y participación de los actores del sistema nacional de educación, así como la protección de derechos de toda la comunidad educativa y la gestión de riesgo de dicho sistema LOEI (2017).

6.2.9. Convención sobre los derechos del niño:

Art. 27 – Alimentación, ropa y un hogar seguro: Los niños tienen derecho a la alimentación, al vestido y a un lugar seguro donde vivir, para que puedan crecer del mejor modo posible. El gobierno debería ayudar a las familias y los niños que no puedan costearse estos bines Ecuador (2019).

6.3. Marco referencial

6.3.1. Reseña de la institución:

El Centro de Desarrollo Infantil “Los gatitos” es una institución educativa ubicada en la parroquia de Salinas en la calle Tibuspungo y los Inkas anexo a la ex-Escuela Quintillano Sánchez la cual trabaja en la atención y educación inclusiva en ciertas edades de preescolar, estas edades varían de: 12 a 24 meses, 24 a 36 meses y de 3 a 4 años. El Centro Infantil tiene como objetivo principal el garantizar un ambiente educativo seguro e inclusivo en el desarrollo lingüístico, motor y social. En base a su infraestructura educativa el poder dar solución al problema, en este caso la mejora de la infraestructura en el Centro de desarrollo infantil “Los gatitos”, este proyecto no solo mejorará el estándar del entorno educativo, si no que favorecerá la función y responsabilidad del CDI.

6.3.2. Datos generales del centro de desarrollo infantil “los gatitos”

Nombre de la institución: CDI “LOS GATITOS”

Código AMIE: 11314

Dirección de ubicación:

Tipo de educación: No Escolarizada

Provincia: BOLÍVAR

Código de la provincia de BOLÍVAR según el INEC: 02

Cantón: GUARANDA

Código del Cantón GUARANDA según el INEC: 0201

Parroquia: Salinas

Código de la Parroquia Salinas según el INEC:

Nivel educativo que ofrece: No escolarizado

Sostenimiento y recursos: Fiscal

Zona: Rural 5

Régimen escolar: Permanente

Educación: Hispana

Modalidad: Presencial

Jornada: Matutina

Número de Docentes: 4 docentes

Número de Estudiantes: 36 Estudiantes

6.3.3. Infraestructura:

El Centro de Desarrollo Infantil cuenta con aulas de clases acorde a cada una de las edades las cuales son: sala de estimulación - juego, área de dormitorio, área de alimentación, área de servicios higiénicos. Cada una de estas áreas está establecida con recursos y materiales necesarios para el desarrollo de los niños y niñas.

6.3.4. Personal del centro de desarrollo infantil “los gatitos”:

Dentro de su estructura organizacional se encuentran un equipo de trabajo profesional que esta direccionado a la educación y al cuidado de los niños y niñas.

El equipo de trabajo profesional está conformado por:

Coordinadora: Lic. Gladys Imelda Durán Milán, ella es la persona encargada de supervisar el área administrativa, alimentación y educación, lidera el grupo de trabajo y dirige para así poder cumplir con cada uno de los objetivos fijados del Centro de Desarrollo Infantil.

Docentes: El Centro educativo cuenta con cuatro docentes competentes en la carrera de educación inicial el deber de ellos es trabajar conjuntamente con sus alumnos y elaborar actividades establecidas, beneficiando así el proceso de enseñanza -aprendizaje.

Presidente del comité de padres de familia: Sra. Carmen Fidella Paucar Tualombo, representante de los padres de familia, es la persona encargada de organizar los programas establecidos en el Centro Infantil junto con la coordinadora.

7. MARCO METODOLÓGICO

7.1. Enfoque de la investigación

En nuestra investigación utilizaremos un enfoque cualitativo porque este implica comprender conceptos, experiencias vividas, comportamientos que cada uno de las personas nos brindan y nos permiten conocer a profundidad, de igual manera el enfoque cualitativo hace énfasis a un paradigma científico naturista (es caracterizado por la verificación de conocimientos a través de predicciones y se plantea una hipótesis para predecir eventos y luego comprobar), asume una realidad subjetiva compuesta y dinámica esto por múltiples contextos. Es importante que este enfoque vaya direccionado a la interpretación de realidades subjetivas teniendo siempre en cuenta que una investigación cualitativa no deja de ser científica

Además, utilizaremos un enfoque cuantitativo porque se va a necesitar de la recolección de datos para posterior a ello poder analizar los datos cuantitativos estos pueden ser sobre variables o a su vez estudia propiedades o fenómenos cuantitativos. Dentro de este enfoque es usual tener en cuenta la definición de un enfoque o la naturaleza del estudio a realizar Solís Mata (2019).

También un enfoque mixto en la cual tomaremos en cuenta la recolección y análisis de datos a través de dos métodos distintos. Primero, utilizaremos fichas de observación para recopilar datos cualitativos, centrados en la interpretación de fenómenos sin mediciones numéricas. Estos datos se analizarán de acuerdo con los objetivos establecidos en nuestra investigación.

Después se llevará a cabo una evaluación final con un enfoque cuantitativo, que permitirá la comparación y medición numérica para determinar si las estrategias establecidas ayudaran beneficiando dentro de la gestión para poder mejorar la alimentación saludable y su relación con el desarrollo físico en el Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos". Este proceso incluirá la observación y recolección de datos, seguido de su análisis para verificar el impacto de las estrategias establecidas. Por lo cual al finalizar con nuestra investigación podemos decir que dentro de nuestro estudio se utilizó un enfoque mixto.

7.2. Diseños o tipo de estudio

7.2.1. Descriptivo:

Su objetivo es la descripción de cada uno de los hechos que están presentes en el problema u objeto de estudio. En nuestro proyecto tiene el propósito de investigar: ¿Cuál es la relación de una alimentación saludable en el desarrollo físico de los niños/as?

7.2.2. Explicativo:

Tiene por objetivo dar respuesta a los fenómenos particulares, es decir, busca relaciones causa - efecto (la causa explica la razón por lo que algo puede suceder y el efecto es la descripción de lo ocurrido), y su cuantificación (ciencia empírica, el acto de contar y medir las observaciones de los sentidos humanos y experiencias).

7.2.3. Bibliográfico:

Es bibliográfico, porque nos permite realizar la investigación utilizando textos, revistas, editoriales, internet, archivos etc. Mediante el cual obtendremos información requerida sobre la alimentación saludable y su relación en el desarrollo físico de cada uno de los niño/as de 2 a 3 de edad del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos".

7.3. Métodos de investigación

7.3.1. Inductivo – deductivo:

Nos llevó a un proceso mediante el cual se estudió casos, hechos o fenómenos, el cual nos permitió identificar el problema, analizar sus partes para luego integrarlas.

7.3.2. Analítico – sintético:

En el proceso de investigación conviene presentar con precisión y claridad la cuestión, objeto o controversia, presentando así conceptos, principios, definiciones, leyes o normas generales de donde se obtendrá conclusiones particulares en nuestro tema objeto de estudio.

7.3.3. Científica:

El método científico nos permitió observar los objetos o a un fenómeno, para estudiarlos tal como se presentan en la realidad, puede ser ocasional o causalmente, para extraer las experiencias particulares y comprobar la propuesta de nuestra de investigación.

7.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

7.4.1. Encuesta:

Se va aplicar a niños/as, docentes, y padres de familia para poder recolectar información y documentar. La recopilación de información datos y comentarios va hacer realizada por medio de una serie de preguntas específicas acorde al problema

7.4.2. Observación directa:

Este tipo de observación va hacer aplicada puesto que el observador va a estar físicamente presente en el espacio en el cual podremos recolectar los datos requeridos y estos consisten en el observar el objeto de estudio dentro de una situación académica. Esto lo realizaremos sin la necesidad de intervenir o alterar el

ambiente en el cual se desarrolla el objeto, de lo contrario cada uno de estos datos que se obtengan no van hacer válidos.

7.5. Población objeto de estudio

El objeto de estudio del trabajo e investigación corresponde a la población de 2 docentes y 11 niños, 8 niños y 3 niñas, de 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" perteneciente a la Parroquia de Salinas del Cantón Guaranda Provincia Bolívar.

Tabla 2

PERSONAS	NÚMERO DE PERSONAS
Docentes	2
Niños y niñas	11
Total	13

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

7.6. Procesamiento de información

A través de la información investigada se realizaron diversas preguntas para el análisis de la ficha de observación, la cual cuenta con aspectos a tratarse sobre la alimentación saludable y relación con el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad, de esta forma podremos identificar problemas y la presencia de enfermedades en los infantes la encuesta se realizó en base a una a como es la alimentación de los niños/as de 2 a 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" perteneciente a la parroquia de Salinas del Cantón Guaranda Provincia Bolívar en el periodo 2024.

Se recolectaron los datos de la encuesta y ficha de observación para realizar tablas y gráficos en Excel.

8. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Resultados obtenidos de la aplicación de la encuesta aplicada a la docente del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos".

Objetivo: Obtener información precisa sobre la alimentación saludable y su relación con el desarrollo físico en los niños y niñas de 2 a 3 años de edad del nivel inicial 1.

Pregunta 1

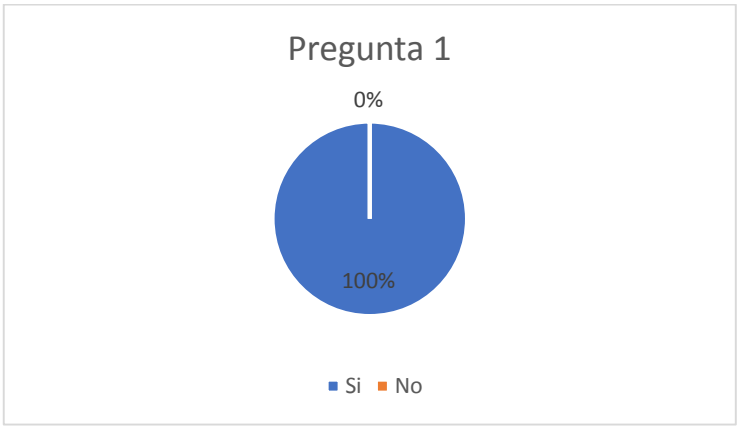
1. ¿Usted tiene niños y niñas con talla y peso bajo, que afecte a su rendimiento físico?

Tabla 3

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 2



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

8.1. Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje que nos arroja la gráfica se observa que los niños no poseen el peso ni talla acorde para su edad, afectando así su rendimiento físico esto debido a que su alimentación no ha sido la adecuada dentro de su entorno familiar y en el Centro de Desarrollo Infantil afectando así a su desarrollo físico.

Pregunta 2

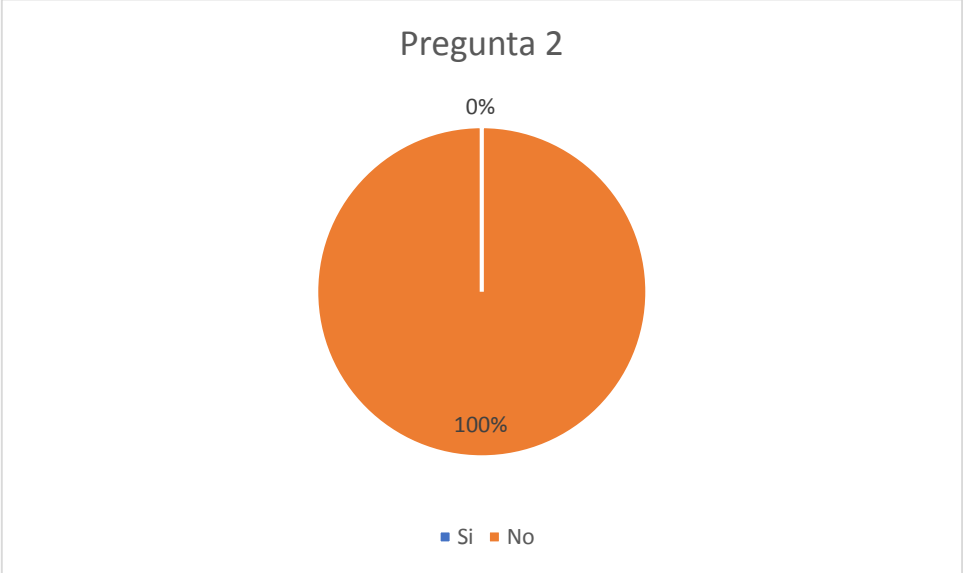
2. ¿Usted identifica los alimentos y porciones que deben consumir los niños?

Tabla 4

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**0**	**0%**
No	**2**	**100%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 3



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje arrojado por la gráfica nos muestra que en el CDI no identifican cada uno de los alimentos y porciones que el infante debe consumir acorde a su edad, dando como resultado un bajo rendimiento tanto académico y en su desarrollo físico, teniendo en cuenta que el organismo se encuentra en constante estado de desarrollo y crecimiento.

Pregunta 3

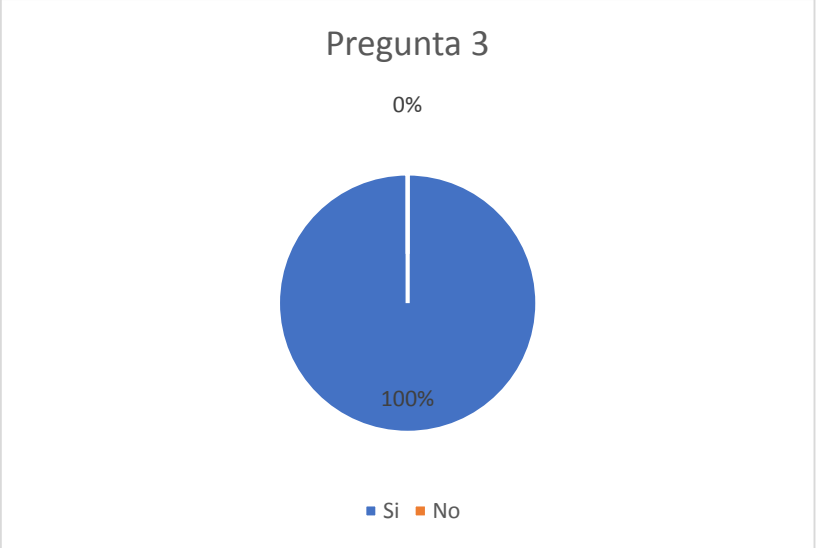
3. ¿Usted cree que el desayuno es esencial para el desarrollo físico de los niños/as del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"?

Tabla 5

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 4



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje arrojado por la gráfica revela que el desayuno es esencial para el desarrollo físico en niños/as del Centro de desarrollo infantil "Los Gatitos", puesto que su rendimiento tanto físico como intelectual, será el adecuado, mencionando que el desayuno debe ser optimo, de igual manera indicando que el crecimiento en la infancia es el indicador principal en la salud de cada uno de los niños/as y su evolución desde el momento de la concepción hasta la adolescencia.

Pregunta 4

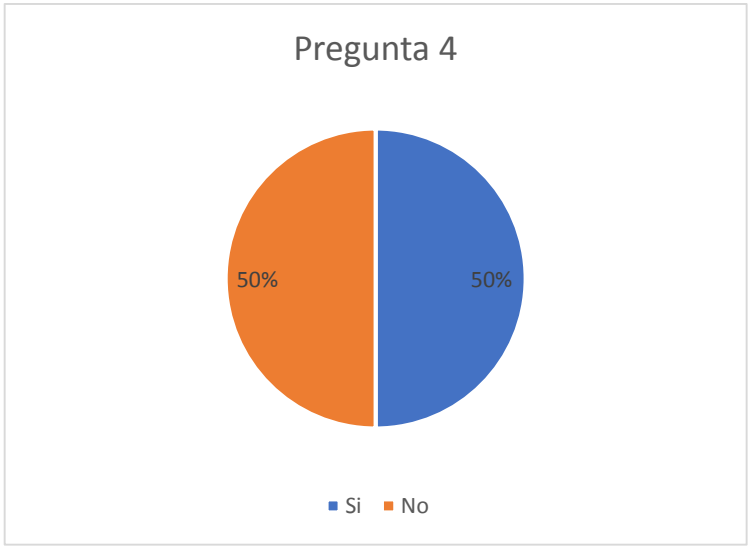
4. ¿Usted como educadora del centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" cree que el entorno familiar influye en los hábitos alimentarios de los niños/as?

Tabla 6

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**1**	**50%**
No	**1**	**50%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 5



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje nos arroja que, si influye el entorno familiar en los hábitos alimentarios que tiene cada uno de los niños/as, reconociendo así que los hábitos alimentarios están vinculados fuertemente desde su hogar. El porcentaje (50%) arroja que cree que el entorno familiar no influye en el proceso alimentario de los niños, manifestando así que la escuela es donde nace de como el niño debe alimentarse adecuadamente, y que es allí donde el niño debe conocer los alimentos y facilitar su interés hacia ellos.

Pregunta 5

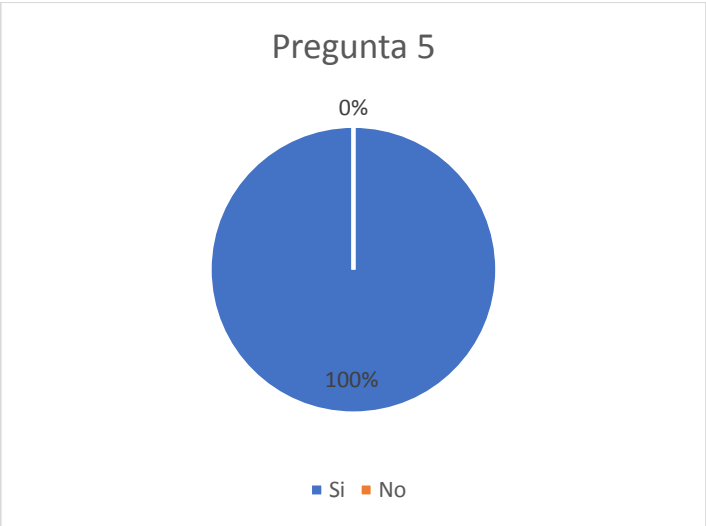
5. ¿Usted cree que es importante para el Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" ofrecer menús nutritivos para los niños y niñas?

Tabla 7

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 6



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje de la gráfica obtenida, nos arroja que, si es importante que en los CDI ofrezcan menús nutritivos para los niños/as, manifestando que gracias a una alimentación apropiada aseguran un crecimiento y desarrollo adecuado en cada uno de los infantes, teniendo siempre en cuenta que ayuda en su actividad física y hábitos alimentarios saludables y previniendo enfermedades nutricionales a corto y largo plazo.

Pregunta 6

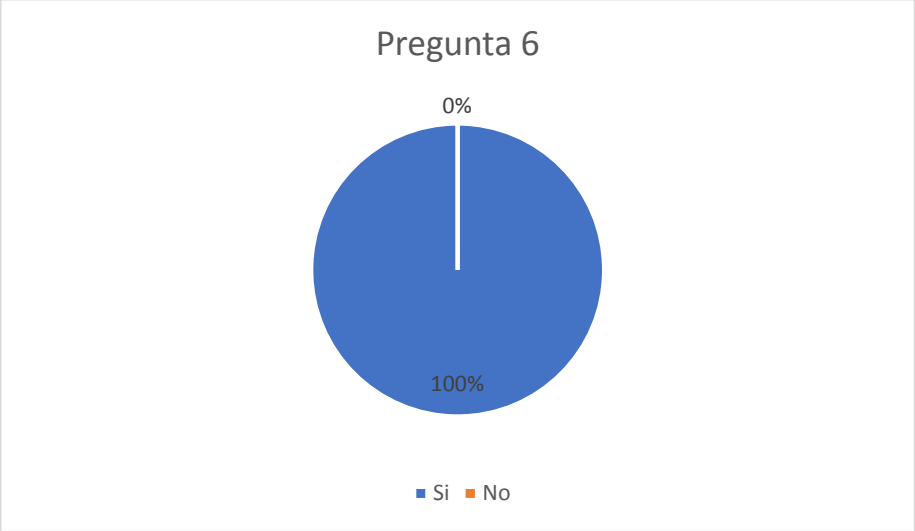
6. ¿Usted considera que una alimentación saludable mejora el crecimiento físico de los niños de 2 a 3 años en el Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"?

Tabla 8

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 7



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje que nos arroja la gráfica nos indica que una alimentación saludable si mejora en el crecimiento físico de los niños/as de 2 a 3 años de edad en el Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos", considerando así que alimentarse de una manera saludable significa comer una variedad de alimentos para que así el niño reciba la mayor cantidad de nutrientes, beneficiando en su crecimiento y desarrollarse de forma adecuada.

Pregunta 7

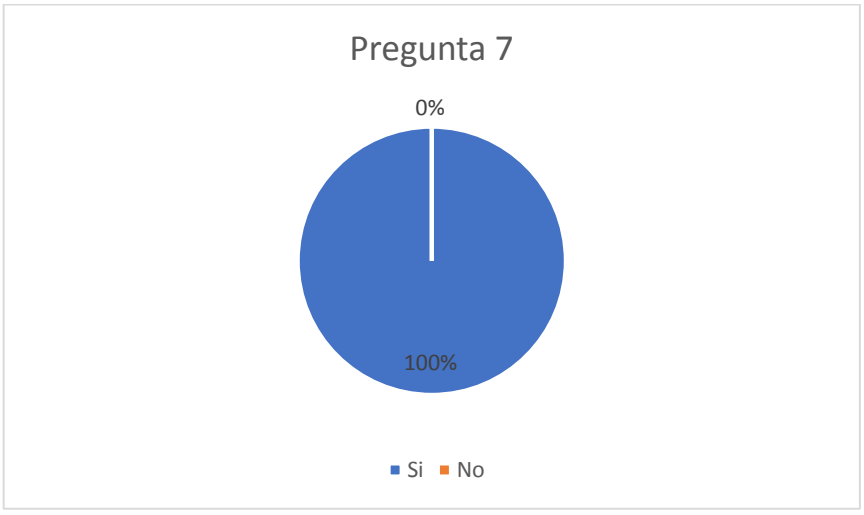
7. ¿Usted cree que la falta de nutrientes esenciales puede afectar en el desarrollo físico de los niños y niñas del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"?

Tabla 9

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 8



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje arrojado en la gráfica se puede observar que la falta de nutrientes puede verse afectada en el desarrollo físico de los niños/as, afectando en su desarrollo cognitivo, físico, sistema inmunológico, presencia de enfermedades, es fundamental consumir nutrientes que se encuentran en los alimentos y que el cuerpo utiliza para crecer y funcionar.

Pregunta 8

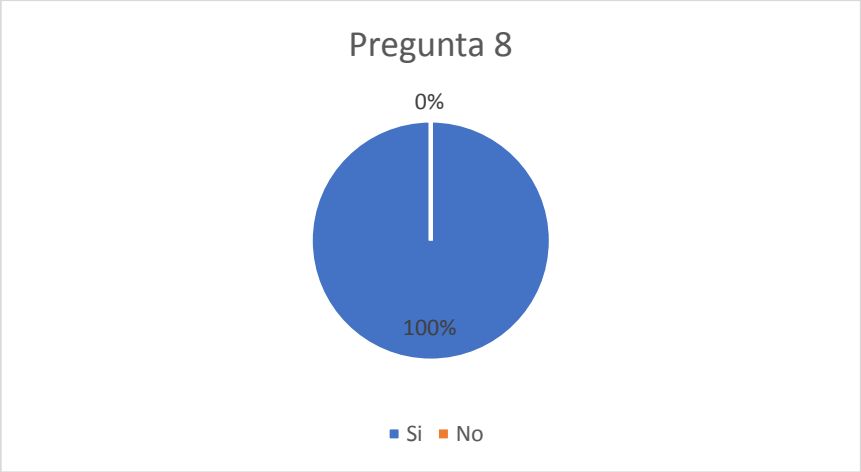
8. ¿Usted cree que una mala alimentación puede aumentar el riesgo de enfermedades en los niños y niñas de 2 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos"?

Tabla 10

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**2**	**100%**
No	**0**	**0%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 9



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje de la encuesta que fue arrojada gráficamente se puede observar que, si se puede presentar diferentes enfermedades, esto debido a una mala alimentación, es decir, el no llevar una alimentación de manera correcta o por el consumo de productos azucarados o con grasa que puede ser de alto riesgo en la presencia de diversas enfermedades, una mala nutrición viene a ser un problema que afecta a niños/as de manera distinta.

Pregunta 9

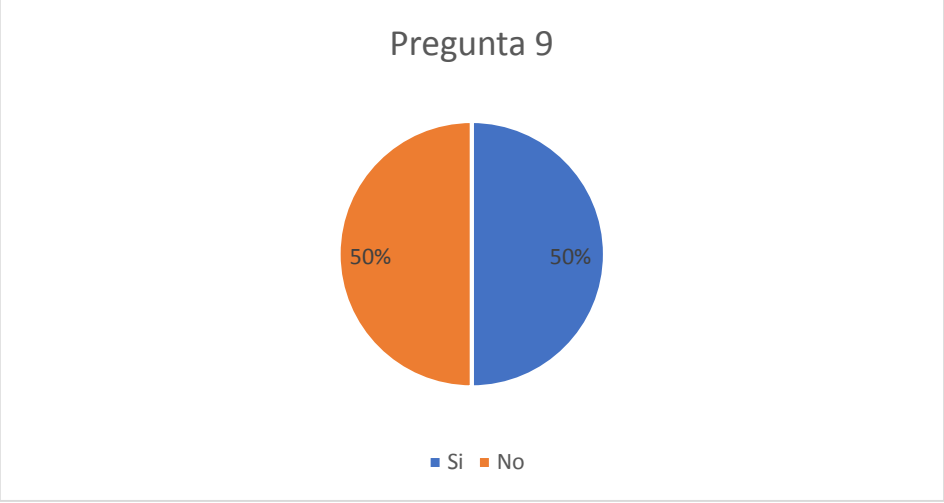
9. ¿Usted cree que es recomendable limitar el consumo de alimentos procesados y altos en azúcares en el menú infantil?

Tabla 11

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**1**	**50%**
No	**1**	**50%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 10



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje que nos arroja la gráfica manifiesta que es recomendable limitar el consumo de alimentos procesados y altos en azucares en el menú infantil, el consumo excesivo en grasas y azucares pueden provocar graves consecuencias para la salud desde su temprana edad.

El porcentaje (50%) nos revela que es necesario que el niño se alimente de con comida que son procesados y consuma en gran cantidad.

Pregunta 10

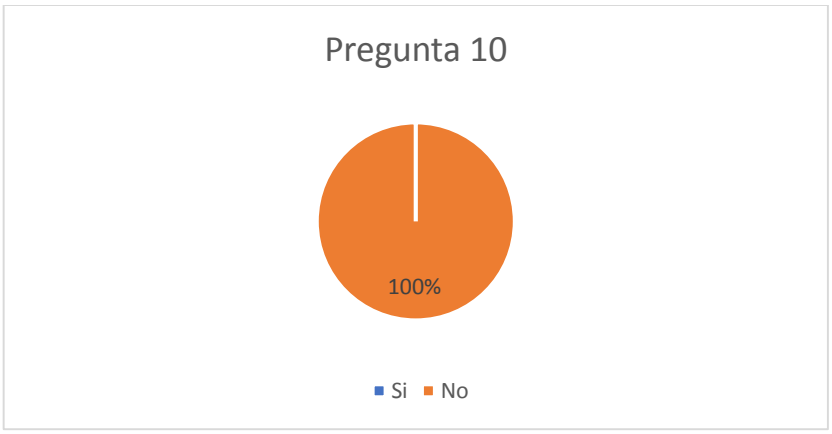
10. ¿Consideras que las políticas alimentarias del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" apoyan la promoción de una alimentación saludable direccionada hacia los niños y niñas acorde a su edad?

Tabla 12

Escala	Frecuencia	Porcentaje
Si	**0**	**0%**
No	**2**	**100%**
Total	**2**	**100%**

Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Figura 11



Fuente: *Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"*
Elaborado por: *Leyla Coque y Katherine Chaquinga*

Análisis e interpretación de resultados

El porcentaje arrojado gráficamente muestra que no que debe existir políticas alimentarias en el CDI, a su vez recalcan que debería ser primordial la promoción de una alimentación saludable, beneficiando a los niños/as su bienestar y tener en cuenta las necesidades nutricionales y en que beneficiará al infante.

9. CONCLUSIONES

1. La alimentación saludable en el Centro de Desarrollo Infantil "Los gatitos" no es la adecuada, puesto que se pudo presenciar en la encuesta y ficha de observación establecida para dar a conocer sobre la problemática que existen y cuales son cada una de las consecuencias que se pueden presentar debido a una mala alimentación.

2. Las dificultades que se evidencio fue que los niños/as no cumplían con su peso y talla acorde a su edad y por ende su proceso alimentario no era el adecuado, considerando que debe existir un menú infantil el cual permitirá brindar conocimiento de una buena alimentación no solo a docentes sino a padres de familia.

3. Al realizar la respectiva observación, se pudo constatar que es necesario inculcar hábitos alimentarios saludables desde su temprana edad, puesto que estos son la base para una vida activa, saludable y sobre todo ayudando en su desarrollo físico de cada uno de los niños/as.

FICHA DE OBSERVACIÓN		
Análisis e interpretación de Institución: Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"		
Autores: Leyla Coque, Katherine Chaquinga		
Edad: 2 a 3 años		
Objetivo: Establecer la relación que existe entre una alimentación adecuada y el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad del centro de desarrollo infantil "los gatitos" perteneciente a la parroquia de salinas en el periodo 2024.		
Nº	**INDICADORES**	**RESPUESTAS**
1	**Los niños y niñas tienen hábitos de higiene antes de consumir algún alimento**	Los niños y niñas si tienen los hábitos de higiene antes de antes y después de la comida, puesto que esto es algo primordial para evitar diferentes enfermedades.
2	**Los niños y niñas consumen alimentos saludables**	Dentro del Centro de Desarrollo Infantil "Los gatitos" podemos argumentar que los niños/as adquieren un 50% de alimentos saludables, lo cual se ve afectado dentro de su desarrollo físico.
4	**Una alimentación adecuada contribuye al crecimiento físico de los niños y niñas de 2 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"**	Una alimentación adecuada si contribuye a un adecuado desarrollo físico, sin embargo, dentro del Centro Educativo no consumen las porciones adecuadas de su alimentación diaria, además no es equilibrada y variada.
5	**El niño cumple con el peso y la talla acorde a su edad**	Dentro del centro de desarrollo infantil "Los gatitos" los niños/as no cumplen con el peso y talla acorde a su edad, presencia así diferentes enfermedades como es anemia.
6	**Los niños y niñas tienen un buen desarrollo físico**	Se pudo evidenciar que no existe un buen desarrollo físico en los niños/as, dando a conocer que no cumplen con las actividades establecidas dentro de la planificación, de igual manera se ve reflejado en su estado de salud y emocional.

7	**El niño/a muestra señales claras de hambre o saciedad, por ejemplo, pide comida**	Si, se pudo evidenciar que niños/as si presentaban diferentes señales al momento de expresar su hambre, además es importante dar a conocer que el personal de cocina no cumplía con el horario establecido alimentario.
8	**Los niños/as acuden a controles médicos, beneficiando a su crecimiento y desarrollo físico**	Se pudo evidenciar que, si existe el control médico adecuado para los niños/as, gracias a ello se pudo conocer que si existían enfermedades por una mala alimentación y por no tener un menú infantil adecuado.
9	**Los niños y niñas de 2 a 3 años de edad ingieren al menos una porción de frutas y verduras al día**	Si se pudo constatar que cada uno de los niños/as consumían una porción de frutas y verduras diarias, beneficiando así en su desarrollo físico y nutricional de cada infante.
10	**Los niños y niñas de 2 a 3 años de edad consumen sus tres comidas principales al día (desayuno, refrigerio, almuerzo y refrigerio).**	Los infantes si consumen sus tres comidas principales beneficiando a cada uno de ellos, pero haciendo énfasis que el menú nutritivo sea el adecuado al igual que las porciones que deben consumir.

10. PROPUESTA

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS

CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

PROPUESTA

ACTIVIDADES PARA MEJORAR LA RELACIÓN DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD

AUTOR:

LEYLA CECIBEL COQUE MIRANDA

KATHERINE THALIA CHAQUINGA VERDEZOTO

TÍTULO

La magia de una buena alimentación en mi crecimiento diario.

Actividades para mejorar la relación de la alimentación saludable y el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años.

INTRODUCCIÓN

Una buena alimentación es la clave para un crecimiento saludable y un día lleno de energía. Los alimentos que elegimos no solo nutren nuestro cuerpo, sino que también influyen en nuestro estado de ánimo, concentración y bienestar general. Comer de manera equilibrada, con frutas, verduras, proteínas y granos enteros, nos ayuda a fortalecer el sistema inmunológico, mejorar el rendimiento físico y mental, y mantenernos activos. La magia de una buena alimentación está en su poder para transformar nuestro día a día, dándonos la vitalidad y el equilibrio que necesitamos para alcanzar nuestras metas.

OBJETIVOS

Objetivo general

- Lograr que el niño/a consuman los alimentos que beneficiarán en su desarrollo físico en el transcurso de su etapa de crecimiento.

Objetivos específicos

- Desarrollar actividades que ayudarán en la relación de una alimentación saludable y su desarrollo físico.
- Aplicar las actividades que brindarán una alimentación balanceada y saludable en los niños/as de 2 a 3 años de edad.



LA MAGIA DE UNA BUENA

ALIMENTACIÓN

EN MI CRECIMEINTO DIARIO

ACTIVIDAD #1

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">Mi plato colorido</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Enseñar a los niños la importancia de consumir una variedad de alimentos saludables para crecer fuertes y sanos.</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>Imágenes o réplicas de alimentos de diferentes colores.
Un plato grande hecho de cartulina para cada niño.
Pegamento no tóxico.
Crayones o marcadores.</td><td>Tiempo:
30 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 5 a 8 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula o área de trabajo.</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Explicar que un plato saludable tiene alimentos de diferentes colores y nutrientes.
2. Presentar imágenes de alimentos saludables (frutas, verduras, granos, proteínas).
3. Pedir a los niños que seleccionen las imágenes y las peguen en su plato de cartulina.
4. Ayudar a los niños a decorar sus platos con colores vivos.
5. Mostrar todos los trabajos entre los compañeros y compañeras.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Reconoce los alimentos saludables y colores al momento de realizar la actividad.</td></tr>
</table>

Inicio	**En proceso**	**Adquirido**

ACTIVIDAD #2

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">Cantando para aprender</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Reforzar conceptos sobre alimentación saludable mediante música y movimiento</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Canción infantil sobre frutas y verduras.
“EL BAILE DE LAS FRUTAS”
https://youtu.be/jXaWDMCBTt0</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Patio amplio</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Enseñar a los niños una canción sobre alimentos saludables, usando gestos, movimientos.
2. Cantar juntos mientras hacemos los movimientos correspondientes que sean acordes con la música.
3. Repetirlo muchas veces para que los niños y niñas se aprendan los movimientos y las canciones.
4. Usar instrumentos para acompañar la canción y hacerla más divertida.
5. Una vez aprendida la canción y los gestos bailaremos y cantaremos en forma de círculo en el patio.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Logra dar un concepto simple sobre una alimentación saludable utilizando música y realizando diversos movimientos.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

ACTIVIDAD #3

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">Dibujando y coloreando mi plato saludable</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Incentivar a los niños a identificar alimentos saludables a través del arte</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Hojas de papel bond
- Colores
- Crayones</td><td>Tiempo:
35 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 6 a 10 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula o área de arte</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Repartir las hojas de papel bond y materiales necesarios a cada niño.
2. Pedirles que dibujen y coloreen sus alimentos favoritos en el plato.
3. Mientras van coloreando irles preguntando sus frutas y verduras favoritas.
4. Hablar sobre los alimentos que eligieron y por qué son saludables.
5. Pegarlos en un cartel cada dibujo e los niños y niñas.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Identifica y menciona diversos alimentos saludables a través del arte.</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="5"><table><tr><th>Inicio</th><th>En proceso</th><th>Adquirido</th></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table></td></tr>
</table>

ACTIVIDAD #4

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">El camino de los alimentos</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Enseñar a los niños cómo los alimentos se transforman en energía para el cuerpo</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Carteles con dibujos de alimentos y partes del cuerpo (manos, piernas, corazón).
- Cintas adhesivas para marcar un camino</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 8 a 10 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Patio</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Explicar brevemente cómo los alimentos nos dan energía para correr, jugar y pensar.
2. Guiar a los niños a moverse por el camino mientras simulan ser alimentos.
3. En cada parada, realizar una actividad física breve (saltos, movimientos de brazos).
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Identifica a los alimentos que nos brindan energía para nuestro cuerpo.</td></tr>
<tr><td colspan="6"><table><tr><td>Inicio</td><td>En proceso</td><td>Adquirido</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table></td></tr>
</table>

ACTIVIDAD #5

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">El tren de las frutas y verduras</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Enseñar a los niños a clasificar frutas y verduras mientras juegan</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>Canastas o cajas pequeñas decoradas como vagones de tren.
Réplicas o dibujos de frutas y verduras</td><td>Tiempo:
25 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 6 a 8 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula de clase</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Presentar el "tren" y explicar que cada vagón transporta frutas o verduras.
2. Pedir a los niños que clasifiquen los alimentos y los coloquen en el vagón correspondiente.
3. Cantar una canción mientras "mueven" el tren por el aula “Los alimentos que ricos son”: https://youtu.be/WqRtqILLhU
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Logra clasificar frutas y verduras al momento de realizar el juega.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

ACTIVIDAD #6

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">La caja sorpresa</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Trabajar sus 5 sentidos y fomentar en ellos el consumo de alimentos que son saludables que beneficiara en su crecimiento.</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Cajita de cartón
- Diferentes alimentos
- Una venda para sus ojos</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Primero colocaremos diferentes alimentos saludables y no saludables en nuestra caja.
2. Procedemos a llamar a cada niño que se acerque a la caja y le vendaremos los ojos para posterior a ello, metan su mano en el agujero de la caja y saquen un alimento.
3. Explicaremos al niño como se llama el alimento y manifestar si es saludable o no.
4. Para finalizar con la actividad, el niño va a repetir el nombre del alimento que le voy a ir mostrando.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Reconoce y repite el nombre de cada alimento que la docente muestra, utilizando sus 5 sentidos.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

ACTIVIDAD #7

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">Frutas saltarinas</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Mejorar la motricidad gruesa y fomentar la alimentación saludable.</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Tarjetas de frutas
- Cinta
- Pizarrón</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Explicamos al niño sobre la actividad por realizar. Pegaremos las frutas en la pizarra (Manzana-uva-mandarina-kiwi).
2. El niño deberá seguir una secuencia esta será de la siguiente manera: Manzana-salto -kiwi-aplauso-mandarina abrazo.
3. Cuando yo diga manzana el deberá saltar, y así sucesivamente. Y cuando el se equivoque se deberá comer la fruta.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Estimula la motricidad gruesa y activa una dieta saludable.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

ACTIVIDAD #8

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">Corramos con las verduras</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Mejorar el equilibrio y el desarrollo motor a su vez identifica frutas y verduras</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Tarjetas de verduras (brócoli-espinaca-zanahoria)</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Primero colocaremos al niño en un espacio adecuado para poder realizar la actividad, explicamos al niño de que se va a tratar, una vez ya explicada procedemos a realizar.
2. Pegaremos las tarjetas de las verduras en las paredes del aula, y el niño escuchara cuando yo diga “corra hacia la zanahoria), los niños correrán y el que llegue al final, me dirá que color es esa verdura y si le gusta.
3. Y al finalizar la actividad con cada una de las verduras que están colocadas en la pared, el niño que llego al final me dirá el nombre de cada una de aquellas verduras.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Mejora su equilibrio e incrementa su desarrollo motor a su vez reconoce diversas frutas y verduras.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

ACTIVIDAD #9

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">El baile frutiverduras</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Mejorar la coordinación y el ritmo corporal mientras se promueve una dieta saludable</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Música “Baile de la ensalada”</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Colocamos al niño/a n un liugar amplio.
2. Ponemos musica alegre y pedimos a los niños/as que bailen imitando a las frutas y verduras. Por ejemplo, “bailen como platanos” (movimientos suave y lentos), o “bailen como zanahorias” (movimientos rapidos y saltos).
3. Al final de cada baile, hable sobre los beneficios de los alimentos que representa (por ejemplo, “la zanahoria ayuda a tener buena visión", "el plátano nos da mucha energía para poder saltar").
4. Mostramos las frutas y verduras (plátanos y zanahorias).
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Desarrolla su coordinación y ritmo mientras se le enseña sobre una dieta saludable.
<table><tr><th>Inicio</th><th>En proceso</th><th>Adquirido</th></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table></td></tr>
</table>

ACTIVIDAD #10

<table>
<tr><td>Tema</td><td colspan="5">¿Qué sabor será?</td></tr>
<tr><td>Objetivo</td><td colspan="5">Permite que el niño perciba y diferencie sabores y desarrolle hábitos de alimentación.</td></tr>
<tr><td>Materiales</td><td>- Canción infantil “¿Qué sabor será?”
- Alimentos dulces, salados
- plato
- cuchara
- mesa-silla
- servilletas</td><td>Tiempo:
20 min</td><td>Número de participantes:
Grupos de 10 a 11 niños</td><td>Edad:
2 a 3 años</td><td>Espacio:
Aula</td></tr>
<tr><td>Desarrollo</td><td colspan="5">1. Enseñar a los niños la canción sobre alimentos dulce y salado, usando gestos o movimientos.
2. Procedemos a colocar diferentes alimentos en el plato, lo cual estará colocado en la mesa, y el niño deberá acercarse y manifestar si los alimentos son dulce o salado.
3. Preguntaremos al niño que sabor tuvo el alimento que el saboreo.
</td></tr>
<tr><td>Evaluación</td><td colspan="5">Identifica alimentos dulces y salados y a su vez demuestra preferencia por uno de ellos.</td></tr>
</table>

Inicio	En proceso	Adquirido

11. BIBLIOGRAFÍA

(s.f.).

ABC, C. m. (31 de julio de 2023). *https://centromedicoabc.com/*. Obtenido de https://centromedicoabc.com/: https://centromedicoabc.com/revista-digital/la-importancia-de-la-alimentacion-saludable-para-ninos/

Adolescencia, C. d. (s,f de enero de 2014). *Guía Oficial de Trámites y Servicios*. Obtenido de Guía Oficial de Trámites y Servicios: https://www.gob.ec/regulaciones/codigo-ninez-adolescencia

Anaya, M. (05 de febrero de 2016). *alimentación, deporte y salud*. Obtenido de alimentación, deporte y salud: https://www.manipulador-de-alimentos.es/blog/piramide-de-los-alimentos/

cA. (s.f.).

Cano, M. (2013). El crecimiento y el desarrollo físico infantil. En M. A. Alonso, *Autonomía personal y salud infantil* (pág. 7). Madrid: [Aravaca, Madrid] : McGraw-Hill Education D.L. 2013. Obtenido de https://www.mheducation.es: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.mheducation.es/bcv/guide/capitulo/844816993X.pdf

Carrasco, M. (26 de agosto de 2015). *Muy Saludable* . Obtenido de Muy Saludable : https://muysaludable.sanitas.es/nutricion/piramide-nutricional/

Carrion, M. (03 de octubre de 2024). *EuroAmericano*. Obtenido de EuroAmericano: https://cdieuroamericano.ec/desarrollo-fisico/

Carrion, M. (03 de octubre de 2024). *EuroAmericano*. Obtenido de EuroAmericano: https://cdieuroamericano.ec/desarrollo-fisico/

comunicación, D. d. (05 de julio de 2021). *alcaldiaGuaranda* . Obtenido de alcaldiaGuaranda : https://www.guaranda.gob.ec/newsiteCMT/alcalde-de-guaranda-analiza-indicadores-de-desnutricion-cronica-infantil-con-ministra-de-inclusion-economica-y-social/#:~:text=Guaranda%20es%20uno%20de%20los,Vela%20y%20Simi%C3%A1tug%20sufren%20desnutrici%C3%B3n.

County, A. (16 de marzo de 2021). *AlamedaKIDS.org*. Obtenido de AlamedaKIDS.org: https://alamedakids.org/es/el-desarrollo-infantil

Ecuador. (2019). *https://educacion.gob.ec*. Obtenido de https://educacion.gob.ec: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/08/b1-DISTRITOS.pdf

Ecuador. (25 de enero de 2021). *https://www.defensa.gob.ec*. Obtenido de https://www.defensa.gob.ec: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.defensa.gob.ec/w

p-content/uploads/downloads/2021/02/Constitucion-de-la-Republica-del-Ecuador_act_ene-2021.pdf

Ecuador, M. d. (2019). *https://educacion.gob.ec*. Obtenido de https://educacion.gob.ec: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/08/b1-DISTRITOS.pdf

educación, M. d. (s,f de s,f de 2014). *https://educacion.gob.ec.* Obtenido de https://educacion.gob.ec: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/03/CURRICULO-DE-EDUCACION-INICIAL.pdf

Elana Pearl Ben-Joseph, M. (s,f de junio de 2018). *NEMOURS KidsHealth*. Obtenido de NEMOURS KidsHealth: https://kidshealth.org/es/parents/toddler-food.html

FBFUNDACIÓNBECA. (16 de febrero de 2024). *https://fundacionbeca.net.* Obtenido de https://fundacionbeca.net: https://fundacionbeca.net/la-buena-alimentacion-como-motor-del-rendimiento-academico/

Gallinaur, D. (2020). La importanca de la alimentación saludable en educación infantil . 5.

Gonzales, E. (13 de 01 de 2015). *Cinfa salud*. Obtenido de https://cinfasalud.cinfa.com/p/alimentacion-infantil/

Hambre, A. c. (30 de diciembre de 2021). *https://accioncontraelhambre.org/*. Obtenido de https://accioncontraelhambre.org/: https://accioncontraelhambre.org/es/actualidad/desarrollo-fisico-motor-la-infancia-como-afectan-la-malnutricion-desnutricion

Jiménez, A. S. (24 de 04 de 2017). *EL DIARIO VASCO* . Obtenido de https://www.diariovasco.com/sociedad/salud/201704/24/quien-invento-piramide-nutricional-20170424055944.html#

KLIM. (s,f de s,f de s,f). *https://www.klim.com.co*. Obtenido de https://www.klim.com.co: https://www.klim.com.co/articulos/desarollo-intelectual-en-ninos#:~:text=El%20desarrollo%20intelectual%20o%20la,para%20no%20perder%20su%20atenci%C3%B3n.

LLC. (20 de septiembre de 2023). *cigna healthcare*. Obtenido de cigna healthcare: https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/alimentacin-saludable-para-los-nios-tn9188

LLC. (24 de octubre de 2023). *https://www.cigna.com/*. Obtenido de https://www.cigna.com/: https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/etapas-del-crecimiento-y-el-desarrollo-abo8756

LLC, E. p. (20 de septiembre de 2023). *https://www.cigna.com/*. Obtenido de https://www.cigna.com/: https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/hw/temas-de-salud/alimentacin-saludable-para-los-nios-tn9188

LOEI. (2017). *Ley Orgánica de Educación Intercultural*. Obtenido de Ley Orgánica de Educación Intercultural: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/05/Ley-Organica-Educacion-Intercultural-Codificado.pdf

LOES. (2010). *https://www.ces.gob.ec*. Obtenido de https://www.ces.gob.ec: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.ces.gob.ec/documentos/Normativa/LOES.pdf

Maganto, C., & Soledad, C. (2020). DESARROLLO FÍSICO Y PSICOMOTOR EN LA ETAPA INFANTIL. 5.

MASprevención. (23 de marzo de 2023). *https://www.spmas.es.* Obtenido de https://www.spmas.es: https://www.spmas.es/blog/beneficios-alimentacion-saludable/

Pearl, E., & Ben, J. (s,f de junio de 2018). *Nemours® KidsHealth® Logo*. Obtenido de Nemours® KidsHealth® Logo: https://kidshealth.org/es/parents/habits.html#:~:text=Incluya%20frutas%20y%20verduras%20en,y%20verduras%20listas%20para%20comer.

Peques. (24 de agosto de 2024). *saludpeques*. Obtenido de saludpeques: https://salupeques.com/c/escuela-madres-padres/desarrollo-del-nino/fomentar-habilidades-fisicas

Peques, E. d. (29 de agosto de 2024). *saludpeques*. Obtenido de saludpeques: https://salupeques.com/c/escuela-madres-padres/desarrollo-del-nino/fomentar-habilidades-fisicas

Peréz, G. (10 de octubre de 2016). *CIRUGÍA GASTROINTESTINAL Y BARIÁTRICA*. Obtenido de CIRUGÍA GASTROINTESTINAL Y BARIÁTRICA: https://drperezgalaz.com/inicio/2016/10/10/alimentacion_saludable/

Pública, D. d. (s,f de s,f de 2019). *Colorado Early Learning and Development Guidelines*. Obtenido de Colorado Early Learning and Development Guidelines: https://earlylearningco.org/pautas/edades-de-3-5-anos/desarrollo-fisico-y-salud/

Puig, C. S. (23 de abril de 2023). *https://smpuig.com.* Obtenido de https://smpuig.com: https://smpuig.com/relacion-entre-alimentacion-saludable-y-los-procesos-de-aprendizaje/#:~:text=23%2F04%2F2024-,Relaci%C3%B3n%20entre%20alimentaci%C3%B3n%20saludable%20y%20los%20procesos%20de%20aprendizaje,necesaria%20para%20afrontar%20los%20d%C3%ADas.

Rueda, R. (09 de junio de 2024). *PRIMICIAS* . Obtenido de PRIMICIAS : https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/ecuador-desnutricion-infantil-alimentacion-unicef/

Salud. (14 de septiembre de 2024). *https://www.minsalud.gov.co/.* Obtenido de https://www.minsalud.gov.co/: https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx

Salud. (24 de julio de 2024). *OPS*. Obtenido de OPS: https://www.paho.org/es/noticias/24-7-2024-cifras-hambre-se-mantienen-persistentemente-altas-por-tres-anos-consecutivos

Salupeques, E. d. (29 de agosto de 2024). *saludpeques*. Obtenido de saludpeques: https://salupeques.com/c/escuela-madres-padres/desarrollo-del-nino/fomentar-habilidades-fisicas

Solís Mata, L. D. (28 de mayo de 2019). *investigalia*. Obtenido de investigalia: https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-cualitativo-de-investigacion/

Termes, M. (01 de enero de 2024). *https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/*. Obtenido de https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/: https://escolasalut.sjdhospitalbarcelona.org/es/consejos-salud/alimentacion/beneficios-comedor-escolar#:~:text=Mireia%20Termes%20Escal%C3%A9-,Funciones%20del%20comedor%20escolar,todas%20las%20semanas%20del%20a%C3%B1o.

Topanta, K. (03 de julio de 2024). *ITSQMET*. Obtenido de ITSQMET: https://itsqmet.edu.ec/desarrollo-infantil-integral-fundamentos-importancia/

UEB, R. U. (26 de noviembre de 2021). *(S.O.014)*. Obtenido de (S.O.014): https://rdigital.ueb.edu.ec/jspui/handle/123456789/4386

UNEMI. (02 de noviembre de 2023). *https://www.unemi.edu.ec.* Obtenido de https://www.unemi.edu.ec: https://www.unemi.edu.ec/index.php/2023/11/02/importancia-nutricion-primera-infancia/

Veiglerformación. (23 de mayo de 2023). *https://veiglerformacion.com.* Obtenido de https://veiglerformacion.com: https://veiglerformacion.com/mejorar-rendimiento-academico/

12. ANEXOS

ANEXO N° 1

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

Facultad Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas

Carrera: Educación Inicial Octavo **"A"**

ENTREVISTA DIRIGIDA A LA DOCENTE DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS" DEL NIVEL INICIAL I

PROBLEMA: ¿Cómo influye una alimentación saludable en el desarrollo físico en niños/as de 2 a 3 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"

Objetivo: Obtener información precisa sobre la alimentación saludable y su relación con el desarrollo físico en los niños y niñas de 2 a 3 años de edad del nivel inicial 1.

Instrucciones: Solicitando de la manera más comedida nos ayude a dar respuesta a cada una de las siguientes preguntas para obtener información precisa **y** veraz.

1. ¿Usted tiene niños y niñas con talla y peso bajo, que afecte a su rendimiento físico?
   SI ( )
   NO ( )
2. ¿Usted identifica los alimentos y porciones que deben consumir los niños?
   SI ( )
   NO ( )
3. ¿Usted cree que el desayuno es esencial para el desarrollo físico de los niños/as del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos"?
   SI ( )
   NO ( )
4. ¿Usted como educadora del centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" cree que el entorno familiar influye en los hábitos alimentarios de los niños/as?

SI ( )

NO ( )

5. ¿Usted cree que es importante para el Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos” ofrecer menús nutritivos para los niños y niñas?

   SI ()

   NO ( )

6. ¿Usted considera que una alimentación saludable mejora el crecimiento físico de los niños de 2 a 3 años en el Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”?

   SI ( )

   NO ( )

7. ¿Usted cree que la falta de nutrientes esenciales puede afectar en el desarrollo físico de los niños y niñas del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”?

   SI ( )

   NO ( )

8. ¿Usted cree que una mala alimentación puede aumentar el riesgo de enfermedades en los niños y niñas de 2 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos"?

   SI ( )

   NO ( )

9. ¿Usted cree que es recomendable limitar el consumo de alimentos procesados y altos en azúcares en el menú infantil?

   SI ( )

   NO ( )

10. ¿Consideras que las políticas alimentarias del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos” apoyan la promoción de una alimentación saludable direccionada hacia los niños y niñas acorde a su edad?

    SI ( )

    NO ( )

ANEXO N° 2

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

Facultad Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas

Carrera: Educación Inicial Octavo **"A"**

TEMA:

ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERÍODO 2024.

FICHA DE OBSERVACIÓN DIRIGIDA A LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS" DE LA PARROQUIA DE SALINAS PERTENECIENTE AL CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERIODO 2024.

FICHA DE OBSERVACIÓN				
Institución: Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”				
Autores: Leyla Coque, Katherine Chaquinga				
Edad: 2 a 3 años				
Objetivo: Establecer la relación que existe entre una alimentación adecuada y el desarrollo físico en niños y niñas de 2 a 3 años de edad del centro de desarrollo infantil “los gatitos” perteneciente a la parroquia de salinas en el periodo 2024.				
N°	INDICADORES	RESPUESTAS		
		SIEMPRE	A VECES	NUNCA
1	Los niños y niñas tienen hábitos de higiene antes de consumir algún alimento			
2	Los niños y niñas consumen alimentos saludables			
4	Una alimentación adecuada contribuye al crecimiento físico de los niños y niñas de 2 a 3 años del Centro de Desarrollo Infantil “Los Gatitos”			
5	Los padres de familia del Centro de Desarrollo Infantil "Los Gatitos" proporcionan alimentos saludables para sus hijos en casa			
6	El niño cumple con el peso y la talla acorde a su edad			
7	Los niños y niñas tienen un buen desarrollo físico			
8	El niño/a muestra señales claras de hambre o saciedad, por ejemplo, pide comida			
9	Los niños/as acuden a controles médicos, beneficiando a su crecimiento y desarrollo			

	físico			
10	Los niños y niñas consumen alimentos ricos en proteínas, como carne, huevo o legumbres			
11	Los niños y niñas de 2 a 3 años de edad ingieren al menos una porción de frutas y verduras al día			
12	Los niños y niñas de 2 a 3 años de edad consumen sus tres comidas principales al día			

ANEXO N° 3 Resolución del consejo directivo

UEB UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR

DECANATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES,FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS

CONSEJO DIRECTIVO

Guaranda, 1 de octubre de 2024
RCD-FCESFH-UEB-0560.6 – 2024

El suscrito Decano de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas Lcdo. Francisco Moreno Del Pozo, PhD, Certifica que el Consejo Directivo de sesión ordinaria (13), realizada el 30 de septiembre de 2024.

EN RELACIÓN AL VIGÉSIMO SÉPTIMO PUNTO. – Análisis y resolución del Informe de Presentación de temas revisados por los señores tutores para los trabajos de investigación de la Unidad de Integración Curricular de la Carrera de Educación Inicial, periodo académico septiembre – diciembre 2024.

EL CONSEJO DIRECTIVO
CONSIDERANDO:

QUE, la Ley Orgánica de Educación Superior (LOES, 2019), El artículo 17 de la Ley Orgánica de Educación Superior vigente, señala lo siguiente: Reconocimiento de la autonomía responsable- "El Estado reconoce a las universidades y escuelas politécnicas autonomía académica, administrativa, financiera y orgánica, acorde con los principios establecidos en la Constitución de la República (…)

QUE, la Ley Orgánica de Educación Superior (LOES, 2019), El artículo 17 de la Ley Orgánica de Educación Superior vigente, señala lo siguiente: Reconocimiento de la autonomía responsable- "El Estado reconoce a las universidades y escuelas politécnicas autonomía académica, administrativa, financiera y orgánica, acorde con los principios establecidos en la Constitución de la República (…)

QUE, el Estatuto de la Universidad Estatal de Bolívar en el artículo 44.- Atribuciones del Consejo Directivo, literal c, manifiesta: Emitir resoluciones para el funcionamiento de la gestión administrativa, académica, investigación y vinculación de la Facultad, acorde a la normativa legal;

QUE, en el Reglamento de la Unidad de Integración Curricular de la Universidad Estatal de Bolívar, en el art. 8.- Funciones. – expresa: Las funciones de la Unidad de Integración Curricular de la carrera son:

a.- Recepta, analiza, gestiona y valida la documentación relacionada con el proceso de titulación de acuerdo con lo establecido en el presente reglamento.
b.- Analiza la pertinencia de los temas propuestos para las diferentes modalidades de titulación y sugiere su aprobación.
c.- Da seguimiento al avance de los trabajos de integración curricular

QUE, en el Artículo 31.- Unidades de organización curricular del tercer nivel.- CAPÍTULO II DE LAS UNIDADES DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR del Reglamento de Régimen Académico (2020), literal c) manifiesta que "Unidad de integración curricular.- Valida las competencias profesionales para el abordaje de situaciones, necesidades, problemas, dilemas o desafíos de la profesión y los contextos; desde un enfoque reflexivo, investigativo, experimental, innovador, entre otros, según el modelo educativo institucional.
El desarrollo de la unidad de integración curricular, se planificará conforme a la siguiente distribución:

		Horas para desarrollo de Unidad de Integración curricular		Créditos para desarrollo de Unidad de Integración curricular	
Tercer Nivel de Grado	Licenciatura y títulos profesionales	240	384	5	8

Las IES deberán garantizar a todos sus estudiantes la designación oportuna del director o tutor, de entre los miembros del personal académico de la propia IES o de una diferente, para el desarrollo y evaluación de la unidad de integración curricular.

CONSEJO DIRECTIVO

QUE, en el capítulo IV del trabajo de integración curricular del Reglamento de la Unidad de Integración Curricular de la Universidad Estatal de Bolívar, en los artículos manifiesta:

Art. 18.- Para la elaboración del trabajo de integración curricular se podrán conformar equipos de dos estudiantes de una misma o distintas carreras, asegurándose la evaluación y calificación individual, con independencia de los mecanismos de trabajo implementados.

Art.19.- Para el desarrollo del trabajo de integración curricular se garantiza la designación oportuna del director o tutor para el grupo de estudiante de entre los miembros del personal académico.

QUE, en Oficio 118-CEI-FCESFH-2024 de fecha 27 de septiembre de 2024, firmado por la Lcda. María de los Ángeles Bonilla, MSc, Coordinadora de la Carrera, en el que hace llegar el Informe de Presentación de temas revisados por los señores tutores para los trabajos de investigación de la Unidad de Integración Curricular de la Carrera de Educación Inicial, periodo académico septiembre – diciembre 2024.

RESUELVE: "Aprobar el Tema de Trabajo de Integración, titulado: "ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLÍVAR, PERIODO 2024", presentado por: COQUE MIRANDA LEYLA CECIBEL y CHAQUINGA VERDEZOTO KATHERINE THALIA, estudiantes de la Unidad de Integración Curricular de la Carrera de Educación Inicial, proceso septiembre – diciembre 2024, revisado y aprobado por el tutor/a: LIC. DEYSI JANETH SANCHEZ SANCHEZ, MSc, Profesor/a – Investigador/a de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas de la Universidad Estatal de Bolívar".

Notifiquese.

Atentamente,

GUIDO FRANCISCO MORENO DEL POZO

Dr. C. FRANCISCO MORENO DEL POZO
DECANO

FMDP/Marcela N.

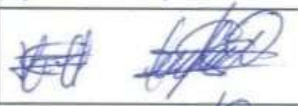
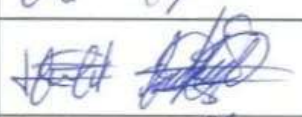
ANEXO 3. FORMATO PARA EL INFORME DE TUTORÍAS DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

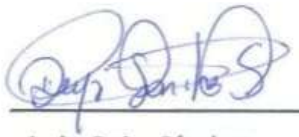
Facultad: Ciencias de la Educación Sociales, Filosóficas y Humanísticas			
Carrera: Educación Inicial			
Modalidad de Titulación: Trabajo de Integración Curricular		**Opción:** Proyecto de Investigación	
Título del proyecto: ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SU RELACIÓN CON EL DESARROLLO FÍSICO EN NIÑOS Y NIÑAS DE 2 A 3 AÑOS DE EDAD DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "LOS GATITOS", PARROQUIA SALINAS, CANTÓN GUARANDA, PROVINCIA BOLIVAR, PERÍODO 2024.			
Estudiante: Coque Miranda Leyla Cecibel Chaquinga Verdezoto Katherine Chaquinga	**Cédula:** 0504828948 0250188307	**Teléfono:** 0983547956 0988646292	**E-mail:** lcoque@mailes.ueb.edu.ec kchaquinga@mailes.ueb.edu.ec
Docente Tutor: **Lcda.** Deisy Janeth Sánchez Sánchez	**Cédula:** 0201742061	**Teléfono:** 0963993307	**E-mail:** dsanchez@ueb.edu.ec

2. REGISTRO DE TUTORÍAS ACADÉMICAS EN LOS TRABAJOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR OPCIÓN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

No	Fecha	Tema Tratado/ Actividad Académica Realizada	Horas de Tutoría	Firma del dirigido/a	Observaciones
1	23/09/2024	Revisión del tema y parámetros a tratar	2 horas		
2	30/09/2024	Revisión y aprobación del tema para el proyecto de investigación	2 horas		
3	07/10/2024	Formulación del problema y planteamiento del mismo	2 horas		

ANEXO N° 4Informe de tutorías del trabajo de integración curricular

4	14/10/2024	Planteamiento del objetivo general y el especifico	2 horas		
5	21/10/2024	Elaboración de las teorías a utilizarse en el marco teórico	2 horas		
6	28/10/2024	Diseño del marco metodológico para el proyecto de investigación	2 horas		
7	11/11/2024	Revisión y aprobación del instrumento de recolección de datos a ser aplicado	2 horas		
8	18/11/2024	Ejecución del análisis de interpretación de resultados	2 horas		
9	25/11/2024	Elaboración de conclusiones	2 horas		
10	9/12/2024	Estudio de la propuesta	2 horas		
11	24/12/2024	Revisión de la propuesta finalizada	2 horas		



Lcda. Deisy Sánchez
Docente tutor/a



Lcda. Dora Lliguisupa
Coordinador de la Unidad
de integración curricular

ANEXO N° 5: Fotografías de las actividades realizadas









ANEXO N° 6: Certificado turnitin

Leyla Coque&Katherine Chaquinga Sanchez

Proyecto de Integración Curricular Coque Leyla - Chaquinga Katherine__docx

proyectos 2025

proyectos 2025

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::3117:445523190

Fecha de entrega
3 abr 2025, 1:45 p.m. GMT-6

Fecha de descarga
3 abr 2025, 2:53 p.m. GMT-6

Nombre de archivo
Proyecto de Integración Curricular Coque Leyla - Chaquinga Katherine....docx

Tamaño de archivo
83.9 KB

30 Páginas

6464 Palabras

34.546 Caracteres



4% Overall Similarity

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

Exclusions

- 160 Excluded Matches

Top Sources

3% Internet sources
1% Publications
3% Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

No suspicious text manipulations found.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.