



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

LA ALIMENTACIÓN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE CUARTO AÑO DE EDUCACION BASICA PARALELO “A” DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA “21 DE ABRIL”, RIOBAMBA, PERÍODO 2017 – 2018.

Autora:

Johana Monserrath Daquilema Tacuri

Tutora:

MsC. Martha Lucía Ávalos Obregón

Riobamba – Ecuador

2018

REVISIÓN DEL TRIBUNAL

Los miembros del Tribunal de Graduación del proyecto de investigación de título:

LA ALIMENTACIÓN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE CUARTO AÑO DE EDUCACION BASICA PARALELO "A" DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "21 DE ABRIL", RIOBAMBA, PERÍODO 2017 – 2018.

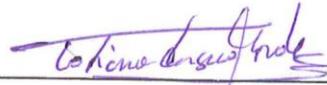
Presentado por: JOHANA MONSERRATH DAQUILEMA TACURI

Dirigido por: MsC. MARTHA LUCÍA ÁVALOS OBREGÓN

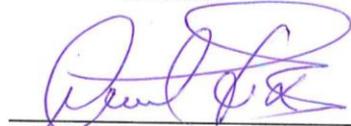
Una vez escuchada la defensa oral y revisado el informe final escrito del proyecto de investigación con fines de graduación, en la cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Tatiana Fonseca
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL


FIRMA

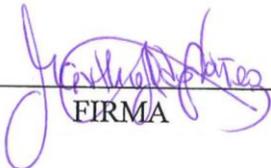
Mgs. Alex Chiriboga
MIEMBRO DEL TRIBUNAL


FIRMA

Msc. Nancy Valladares
MIEMBRO DEL TRIBUNAL


FIRMA

MsC. Martha Ávalos Obregón
TUTORA


FIRMA

Nota Final: 10

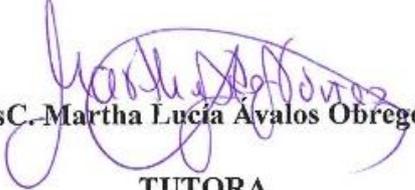


DECLARACIÓN EXPRESA DE TUTORÍA

Yo, MsC. Martha Ávalos Obregón TUTORA DE LA TESIS Y DOCENTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO.

CERTIFICO:

Que la investigación, son el tema **LA ALIMENTACIÓN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE CUARTO AÑO DE EDUCACION BASICA PARALELO "A" DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "21 DE ABRIL", RIOBAMBA, PERÍODO 2017 – 2018.** Realizado por la señorita Johana Monserrath Daquilema Tacuri, de la carrera de Educación Básica es el resultado de un proceso riguroso, bajo mi dirección y asesoramiento permanente; por lo tanto, cumple con el cien por ciento del contenido del documento y con todas las condiciones teóricas y metodologías exigidas por la reglamentación pertinente, para su presentación y sustentación ante los miembros del tribunal correspondiente.


MsC. Martha Lucía Ávalos Obregón

TUTORA

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad del contenido, ideas y conclusiones del presente trabajo investigativo, previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, profesora de Educación Básica , con el tema: **LA ALIMENTACIÓN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE CUARTO AÑO DE EDUCACION BASICA PARALELO "A "DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "21 DE ABRIL", RIOBAMBA, PERÍODO 2017 – 2018.**, corresponde exclusivamente a: Johana Monserrath Daquilema Tacuri , con cédula de identidad N 0604537860 y el patrimonio intelectual de la misma a la Universidad Nacional de Chimborazo.



Johana Monserrath Daquilema Tacuri

C.I. 060453786-0

AGRADECIMIENTO

Primero doy gracias a Dios por prestarme la vida y concederme la oportunidad de cumplir este anhelado sueño de culminar mi carrera profesional.

Agradezco con mucho amor a mis padres que han sido un pilar fundamental en esta etapa y por poner toda su confianza en mí, también a mi pequeño motorcito de vida Sebastián Arellano mi hijo que ha sido mis ganas de superarme día a día.

A la Universidad Nacional de Chimborazo, de manera especial a la carrera de Educación Básica por haberme abierto las puertas hacia el conocimiento, a mis maestros de los cuales me llevo las mejores enseñanzas que ha servido para mi formación personal y profesional

A la Mg. Martha Ávalos mi agradecimiento profundo por ser quien me guió acertadamente en el desarrollo de este proyecto investigativo, por su capacidad profesional, con sus sabias ideas proporcionadas en cada fase del proceso, por su paciencia, dedicación y apoyo incondicional; pero sobre todo por su calidad humana, ha sido un privilegio contar con su persona lo cual permitió que culmine con éxito este proyecto.

DEDICATORIA

Dedico este trabajo primero a Dios que me concedido la vida y permitido llegar a cumplir mis sueños.

A mis padres por ser mi pilar fundamental, brindarme su cariño y apoyo incondicional dándome ánimos en cada una de mis metas propuesta alentándome a cumplirlas y nunca dejándome sola son mi inspiración y el motor de mi vida.

A mis hermanos, amigos y principalmente a mi hijo Sebastián por ser quienes han estado en cada instante de mi vida ayudándome a salir adelante, dándome sus palabras de aliento y compartido momentos inolvidables que me ha llenado de dicha contar con su apoyo.

Johana Monserrath Daquilema Tacuri

ÍNDICE GENERAL

CONTENIDO	PÁGINAS
REVISIÓN DEL TRIBUNAL	ii
CERTIFICACIÓN	iii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
DEDICATORIA.....	vi
ÍNDICE GENERAL.....	vii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT	x
INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I.....	2
1. MARCO REFERENCIAL.....	2
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
1.2 JUSTIFICACIÓN.....	3
1.3 OBJETIVOS.....	4
1.3.1 Objetivo general	4
1.3.2 Objetivos específicos.....	4
CAPITULO II	5
5. ESTADO DEL ARTE.....	5
5.1 FUNDAMENTACION TEORICA.....	5
5.1.1 La alimentación en la actualidad	5
5.1.2 Alimentación ideal para los niños.	6
5.1.3 Alimentos que debemos poner en el plato de los niños	6
5.1.4 Alimentación en la etapa escolar.....	6
5.1.4 Consejos para mejorar la alimentación de los niños	7
5.1.5 La colación escolar.....	8
5.1.6 Tipos de colaciones	9
5.2 Rendimiento escolar.....	10
5.2.1 Factores que inciden en el rendimiento académico.....	11
5.2.3 Tipos de rendimiento académico.....	11
5.2.4 Factores que influyen en el rendimiento académico	12
5.2.5 La alimentación en el rendimiento académico	13
CAPITULO III.....	15
3. MARCO METODOLÓGICO.....	15
3.1 DISEÑO – ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.....	15
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	15
3.3.1 Por los Objetivos	16
3.3.2 Por el Lugar.....	16
3.4 NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN	16
3.4.1 DIAGNÓSTICA.....	16

3.4.2 EXPLORATORIA.....	16
3.5 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	17
3.5.1 POBLACIÓN.....	17
3.5.2 MUESTRA.....	17
3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.....	17
3.6.1 Técnicas.....	17
3.6.2 Instrumentos.....	18
3.7 TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO DE INTERPRETACIÓN DE DATOS.....	18
CAPITULO IV.....	21
4. ANALISIS INTERPRETACION DE DATOS.....	21
CAPITULO V.....	25
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	25
5.1 CONCLUSIONES.....	25
5.2 RECOMENDACIONES.....	26
BIBLIOGRAFÍA.....	27
ANEXOS.....	xii



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo determinar la relación entre la alimentación y el rendimiento académico de los niños DE CUARTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA PARALELO “A” DE LA ESCUELA “21 DE ABRIL”, RIOBAMBA, PERÍODO 2017 – 2018, evidenciándose una mala alimentación reflejada en la falta de atención de los padres muchos veces por el desconocimiento, la baja economía entre otros, lo que influye en la realización de las tareas escolares. Sabiendo que para el ser humano es de vital importancia tener una alimentación balanceada, mucho más a los niños ya que se encuentran en constante desarrollo que posteriormente se verá reflejado en la adolescencia, es por ello que debemos fomentar una buena alimentación en los niños escolares para desarrollar todo su potencial, la metodología de la indagación es de diseño cualitativo, tipo diagnóstico (correlacional), nivel exploratoria, las técnicas aplicadas son la observación y la encuesta, sus instrumentos la ficha de observación y el cuestionario, aplicado a una muestra de 27 estudiantes. Como resultado se evidencia que existe relación entre la alimentación saludable y el rendimiento académico a lo cual se hace referencia la calidad de nutrientes que el niño consume, lo que permite responder de manera eficaz a la resolución de problemas durante la clase.

PALABRAS CLAVES: Alimentación, rendimiento académico.

ABSTRACT

The objective of this research work is to determine the relationship between feeding and the academic performance of children. FOURTH YEAR OF BASIC PARALLEL EDUCATION "A" OF THE SCHOOL "21 DE ABRIL", RIOBAMBA, PERIOD 2017 - 2018, evidencing a bad food reflected in the lack of attention of parents many times due to ignorance, low economy among others, which influences the performance of school tasks. Knowing that it is vital for the human being to have a balanced diet, much more to children since they are in constant development that will later be reflected in adolescence, that is why we must encourage good nutrition in schoolchildren develop its full potential, the methodology of the inquiry is qualitative design, diagnostic type (correlational), exploratory level, the techniques applied are the observation and the survey, its instruments the observation sheet and the questionnaire, applied to a sample of 27 students. As a result, it is evident that there is a relationship between healthy eating and academic performance, which is referred to the quality of nutrients that the child consumes, which makes it possible to respond effectively to solving problems during the class.

KEYWORDS: Food, academic performance.



SIGNATURE

Reviewed by: Maldonado, Ana
Language Center Teacher



INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud OMS, ha determinado que la salud es un “periodo de completo bienestar físico, mental y social” que tiene relación a la buena alimentación y nutrición de las personas y mucho más en los niños que está en directa relación con el desempeño académico de los infantes.

Pese a la preocupación de los gobernantes por mejorar la calidad de la educación y la importancia que le ponen al crear campañas alimenticias como el de proveer refrigerios nutritivos a las escuelas para la comunidad estudiantil continua, la desnutrición en los niños que se ve reflejada en las aulas de clase, no responden de una manera favorable.

Las causas del problema detectado, son en el hogar ya que muchas veces por falta de tiempo o por hacer las tareas del diario vivir de los padres de familia buscan lo más rápido para preparar y darles alimentos a sus hijos sin saber el daño que les hacen ya que la buena alimentación en la primera infancia no solo les beneficia en esta etapa sino más bien tiene mucho que ver en el desarrollo académico del niño cuando sea adolescente, por otro lado la institución educativa en la cual pasa la mayoría de tiempo el niño no siempre es beneficioso ya que los padres de familia envían dinero de colación a sus hijos, además la comida que preparan en los bares de las instituciones no es siempre saludable, siendo perjudicial en el proceso nutricional de los niños en esta edad escolar.

Una buena alimentación rica en nutrientes es saludable para el organismo, en la cantidad y calidad que cada persona lo requiere de acuerdo a la condición de salud y fisiológica del momento de la vida en que se encuentra. La ausencia de ciertos alimentos en la ingesta diaria, afecta en gran manera en el desarrollo de las actividades escolares, por tanto, los estudiantes requieren de una nutrición balanceada, contribuyendo a afianzar un aceptable rendimiento dentro y fuera del aula. Para ello es necesario que los padres conozcan y provean a sus hijos de una alimentación completa, que facilite y mejore la dieta diaria, siendo muy importante la socialización de una guía alimenticia.

CAPITULO I

1. MARCO REFERENCIAL

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La nutrición es de mucha importancia en la primera etapa del niño (0 a 8 años) ya que si un niño no es bien alimentado los problemas no serán solamente ahora sino más bien tendrán prolongación en su vida posterior y tendrá consecuencias tanto en su desarrollo físico, motriz, psicológico, físico y cognitivo.

Este tema ha sido tratado con gran atención por parte de las autoridades gubernamentales en México se han creado diversos programas alimenticios uno de ellos es el programa Liconsa que tiene como finalidad apoyar a los hogares beneficiarios para que puedan tener acceso al consumo de leche fortificada con micronutrientes a bajo precio. El Programa de Desayunos Escolares (PDE) del DIF, está dirigido a niñas y niños con algún grado de desnutrición y en situación de riesgo que asisten a planteles públicos de educación preescolar y primaria. (BBMUNDO, 2014)

El incremento en los últimos años del consumo de alimentos tipo chatarras, así como el desconocimiento de la nutrición balanceada adecuada por parte de los progenitores en la edad evolutiva de los infantes ha repercutido en su rendimiento académico, lo que ha causado niños y niñas con desnutrición u obesos. Es por eso que UNISEF ha creado programas de Salud y Nutrición con el objetivo de contribuir al mejoramiento y desarrollo de la salud infantil y materna, desde el embarazo hasta la adolescencia, a través de la promoción de comportamientos saludables. Con el fin de ayudar a una buena alimentación de los niños ya que eso tiene mucho que ver con el desarrollo que tienen en la institución educativa.

Las autoridades también se involucran en este proceso el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) realizó en Riobamba una feria alimentaria con el fin de concientizar a los padres de familia la importancia que tiene que un niño tenga una buena alimentación.

En la Escuela de Educación Básica, los niños de Cuarto año “A” presentan una mala alimentación y se ve reflejada en la falta de atención lo que influye en la realización de sus tareas encomendadas dentro de la Unidad Educativa. Durante el tiempo que se trabajó con

ellos se ha observado que dentro de la unidad educativa únicamente consumen comidas chatarras, muy poco es el consumo de frutas o alimentos nutritivos.

1.2 JUSTIFICACIÓN

La necesidad de investigar la relación de una buena alimentación en el rendimiento académico de los niños de cuarto año EGB surge durante la realización de las practicas pre profesionales de ejecución en donde se evidencio que los estudiantes tiene una mala alimentación por el desconocimiento del valor nutritivo de los alimentos, el no consumirlos, provoca en los estudiantes desnutrición, cansancio físico-mental lo que conlleva al desinterés en sus estudios, reflejado en el incumplimiento de las tareas por parte de los educandos afectando el desarrollo de su aprendizaje y por consiguiente el rendimiento escolar. Por esta razón, es necesario priorizar la alimentación sana para un desempeño académico óptimo e interiorizar en los padres de familia, la importancia que tienen los alimentos en una dieta balanceada fomentándolo así desde el hogar. Es tarea primordial de las autoridades y docentes de la institución considerar la interacción entre el hogar-bar-entorno, elementos importantes para una buena alimentación. Para ello se requieren el compromiso de los padres, donde no deben solo satisfacer las necesidades alimenticias de sus representados, sino de seguir un adecuado régimen nutricional dentro del hogar, que mejore su calidad de vida, desarrollando así las capacidades físicas y mentales. Este proyecto presenta la relevancia de una sana alimentación y nutrición, que debe ser valorizada y proporcionada en la ingesta diaria, así como la participación de la enseñanza en el campo educativo y en el hogar, esto se facilitará a través del desarrollo de normas de nutrición, donde los estudiantes serán activos, con disposición física y mental para interactuar, poder pensar, analizar, opinar, reflexionar, demostrando de esta manera su calidad de aprendizaje.

La alimentación es la base fundamental de la salud y el motor que impulsa a nuestro cuerpo a realizar las actividades cotidianas, un cuerpo sano puede desempeñar funciones físicas como intelectuales que satisfacen el haber cumplido con las responsabilidades encomendadas. Es necesario comprender la importancia de una sana alimentación en la dieta diaria, no se trata de comer por comer, una sana alimentación debe cubrir adecuadamente las necesidades que requiere el organismo, la ingesta diaria de alimentos que aporten los nutrientes necesarios a más de proporcionar un buen habito alimenticio y el realizar ejercicios regularmente, ayudará a mantener una vida saludable.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la alimentación y el rendimiento académico en los niños de cuarto año de Educación Básica paralelo “A”, de la Unidad Educativa “21 DE ABRIL”, Riobamba-Chimborazo, 2017-2018.

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar el rendimiento escolar en los niños de cuarto año de Educación Básica paralelo “A”, de la Unidad Educativa “21 DE ABRIL”, Riobamba-Chimborazo, 2017-2018.
- Analizar la importancia de la alimentación en el rendimiento académico en los niños de cuarto año de Educación Básica paralelo “A”, de la Unidad Educativa “21 DE ABRIL”, Riobamba-Chimborazo, 2017-2018.
- Concienciar la importancia de los niveles de proteínas y nutrientes que poseen los alimentos para un buen desempeño intelectual y físico, escolar en los niños de cuarto año de Educación Básica paralelo “A”, de la Unidad Educativa “21 DE ABRIL”, Riobamba-Chimborazo, 2017-2018.

CAPITULO II

5. ESTADO DEL ARTE

5.1 FUNDAMENTACION TEORICA

5.1.1 La alimentación en la actualidad

Al hablar de la alimentación de hoy en día, nos referimos al gran cambio una variedad de alimento que hoy en día consumimos podemos decir que no es la mejor

Podemos ver que desde el momento de cultivar los productos no existe una buena calidad, ya que solo nos basamos en la uniformidad del producto, su aspecto físico mas no en la calidad nutricional que nos debería aportar eso se diría que es un interés comercial

Otro factor que aporta a una mala alimentación también es la falta de tiempo para preparar y consumir los alimentos, es por eso que hemos dado gran importancia a la industrialización ya que con una buena publicidad que veamos consumimos ese producto, también la manera de atraernos es un sinfín de alimentos preparados o semipreparados que nos frecen, sin darnos cuenta la cantidad excesivas de grasas, azucares que consumimos someten al organismo a un estrés continuado para poder metabolizar todo ese exceso que terminan entrando en el torrente sanguíneo.

La energía requerida para todo este proceso genera un exceso de los llamados radicales libres que si no son neutralizados por el número adecuado de antioxidantes, serán responsables de ir disminuyendo poco a poco la esperanza de vida y contribuyendo a la propensión a enfermar.

El círculo vicioso ya está servido, cada vez más alimentos que dañan nuestro organismo y cada vez menos y con peor calidad, los alimentos que nos proporcionan las herramientas (antioxidantes) para la reparación. Toda esta cadena de acontecimientos afecta al hipotálamo (la parte del cerebro que actúa como director de sistema nervioso y endocrino) de modo que sin más remedio se aumenta la resistencia a la insulina y ya no solo el control sobre el peso corporal sino que también aumenta el riesgo de diabetes, enfermedades cardiovasculares, el cáncer y las de carácter neurológico (Alzheimer,...) o autoinmunes (psoriasis, reuma). (Alimentacion y nitriciòn , 2005)

5.1.2 Alimentación ideal para los niños.

Una dieta sana y equilibrada es indispensable para el crecimiento óptimo de los niños. La manera de su alimentación influyen en el peso y en la talla de ellos según la edad que tengan, también influyen de manera directa en su estado de salud a través de su recuento de colesterol o triglicéridos.

La nutricionista Lucía Bultó, autora del libro Los consejos de Nutrinanny, las soluciones que funcionan para la alimentación de los niños, nos ofrece en esta entrevista los mejores consejos para elaborar una alimentación ideal para los niños. (Novillo, 2011)

5.1.3 Alimentos que debemos poner en el plato de los niños

El conocimiento de los alimentos sanos y nutritivos de nuestro consumo diario nos permitirá adquirir buenos productos sanos y con muchas ventajas para nuestra salud.

Tomar una alimentación sana es una toma de decisiones inteligentemente de nuestro día a día, La alimentación es un elemento importante en la buena salud, influye la calidad de los alimentos, la cantidad de comida y los hábitos alimentarios para un bienestar del ser humano, con lo cual se obtiene una nutrición equilibrada. El consumo de frutas y verduras diarias nos beneficiara para mantener un buen funcionamiento del organismo en todas las etapas de la vida ya que contienen vitaminas, minerales, carbohidratos y fibra. (la alimentación , 2014)

Las preferencias alimentarias de los pequeños se ven influenciadas por la forma en que les ofrecemos los alimentos, por tanto a la hora de preparar las comidas debemos tener en cuenta que **la presentación de los platos es clave para que los niños acepten mejor los alimentos.**

Un mismo alimento presentado de una forma o de otra puede hacer que el niño lo rechace o no. Es por eso que tenemos que ofrecerles los platos de **la forma más atractiva posible**, aunque sin enmascarar sabores, para evitar la conocida como neofobia, o miedo a probar alimentos nuevos. (Bebes y más, 2012)

5.1.4 Alimentación en la etapa escolar

El comienzo de la etapa escolar se da en el niño alrededor de los 3 años y cubre un periodo de tiempo que abarca hasta los 12 años. Esta etapa se caracteriza principalmente por una importante adquisición de conocimientos y por el desarrollo físico del niño.

Durante esta época el aprendizaje de unos buenos hábitos alimentarios será clave y determinará su comportamiento alimentario en la edad adulta. Prevenir entonces que adquieran unos malos hábitos alimentarios y mantener una buena alimentación es el mejor remedio para disminuir la incidencia de enfermedades no transmisibles (hipertensión, diabetes, obesidad...) en la edad adulta, puesto que la posibilidad de minimizar la aparición de estas enfermedades comienza en la infancia.

En función de la edad del niño, sus características de crecimiento y desarrollo serán diferentes por lo que este periodo de tiempo lo podemos dividir en dos:

- La etapa preescolar: abarca a los niños de 3 a 6 años.
- La etapa escolar: niños de 7 a 12 años.

Por lo tanto a la hora de planificar la alimentación del niño, se tendrá en cuenta sus requerimientos y necesidades, así como su actitud delante de los alimentos. (Alimentación sana, s/f)

También es importante tener en cuenta que el estilo de alimentación de los niños varía del patrón de alimentación de los adultos. Mientras que los adultos seguimos unos horarios establecidos para las comidas y tenemos claro, o deberíamos tenerlo, lo que debemos comer en cada momento, los niños tienen la capacidad de responder a señales internas de apetito y saciedad, de aquí a que cada comida que realiza el niño tenga unas características distintas. Es decir, dependiendo de la densidad energética de los alimentos que les ofrezcamos y de sus necesidades para ese momento, realizará un tipo de comida u otro. Por ejemplo, no es de extrañar que los bebés que necesitan un elevado aporte de energía, prefieran dentro del grupo de las frutas, los plátanos o las manzanas ya que contienen mayor valor energético. (El Universo/ periódico, 2010).

5.1.4 Consejos para mejorar la alimentación de los niños

Dentro de todas las responsabilidades que tienen los padres esta una que es muy importante, el mejorar los hábitos alimenticios de sus hijos, los buenos deben conservarlos estos perduraran toda su vida, de aquí la gran importancia de guiarles correctamente.

Los padres utilizan diversas técnicas como, “Dos cucharadas más y te dejo ir a jugar” o “Si no te acabas las verduras no hay postre”, para lograr alimentarle bien a su hijo. Otra manera de hacer para que los niños coman alimentos nutritivos es cambiar un alimento de su dieta diaria

es decir variar la alimentación y algo que es importante la presentación de los alimentos en el plato del niño, pueden hacer formas, dibujos con los alimentos que le llamara mucho la atención del niño por lo cual consumirá dichos alimentos.

Para fomentar hábitos de alimentación en los niños debemos enseñarles desde pequeños a consumir alimentos variados así difícilmente se negaran a consumir cosas diferentes. Si nuestro afán es que los niños consuman verduras o frutas que son muy nutritivas simplemente hay que ofrecerles, mantenerles siempre disponibles y también consumirlas ya que si nos damos cuenta los niños actúan por imitación. (Tania Aguilar López LN, s/f).

En el caso de niños que realizan la comida en la escuela, es importante vigilar los menús escolares que tendrán que proporcionar alimentos de calidad desde un punto de vista nutricional, higiénico y sensorial y asegurarse que están supervisados por un dietista-nutricionista.

A partir del menú que proporcionan en el colegio, deberemos planificar el menú para las cenas. La comida que se realiza en casa debe complementar a les que hagan en la escuela en base a una alimentación variada y saludable. Se debe cuidar que el aporte de verduras a diario sea el correcto. Que haya una buena distribución de los alimentos proteicos durante la semana. Por ejemplo si en el cole comen carne ofrecer pescado o huevo por la noche. Que en todas las comidas estén presentes los farináceos como pasta, arroz, patata, pan... Asegurarnos que durante la semana ingieren como mínimo dos días las legumbres y que el aporte de fruta también sea el adecuado.

5.1.5 La colación escolar

Cuando comienza el año lectivo inicia también la preocupación de los padres de familia por que sus hijos se alimenten de una manera saludable ya sea con los alimentos que ellos les envíen o por otro lado los alimentos que vayan a consumir en la Unidad Educativa.

Ya que de como el niño se alimente es de vital importancia para su vida académico, de eso depende como él se va a desenvolver, como va a responder a los problemas académicos que se le presenten, las actividades que debe realizar dentro de la institución.

Eso depende mucho del conocimiento que tengan tantos los padres de familia como también las personas que son encargadas de la alimentación en la unidad educativa sobre una buena alimentación, la que deben tener los niños que están en proceso de aprendizaje, son alimentos

nutritivos lo que deben consumir y esos los que deben expender en los bares escolares. (GV, 2017)

5.1.6 Tipos de colaciones

Las colaciones son aquellas pequeñas porciones de alimentos que se pueden consumir para disminuir el apetito, para así evitar consumir demasiados alimentos al momento de servirse los alimentos necesarios (almuerzo, merienda). (BBMUNDO, 2014).

- Si su hijo posee sobrepeso u obesidad es mejor una colación light con no más de 120 calorías, tal como un yogurt o un paquete de maní de 33 gramos más una bebida sin azúcar .O bien un paquete de 33 grs. de cualquier cereal natural sin azúcar más 100 cc de leche o yogurt light.
- Si existe actividad física mayor a una hora es recomendable un sándwich o emparedado con poco pan y 50 grs. de un alimento proteico como el huevo, quesos bajos en grasa, jamón, atún o ave y en lugar de mantequilla, tomate o un poco de palta para mojar el pan.
- Si tiene un peso normal y existe una actividad física moderada es recomendable una leche o yogurt con cereales o bien un pan con un contenido de queso, jamón o huevo, pero con poco contenido de mayonesa, mantequilla o margarina.
- Si la actividad física es intensa o son deportes se recomienda una ingesta extra de 300 calorías por hora de actividad, en las 2 a 3 horas precedentes al deporte. Acá es muy útil el uso de cereales con frutas frescas y leche o yogurt semidescremado.
- En caso contrario se requiere el uso de bebidas energéticas de suplemento durante el deporte. (El Universo/ periodico, 2010)

Tampoco debemos exagerar en las cantidades dado que no exista su necesidad por la pobre actividad física en la escuela o por entenderse sobrepeso. Si este es el caso, se requiere un cambio de dieta .El sobrepeso o grasa corporal que aparece alrededor de los 6 años y en la pubertad en la mayoría generará un sobrepeso u obesidad que será muy difícil de quitar. Por lo general se mantiene o aumenta en la edad adulta

5.2 Rendimiento escolar

Como ya sabemos la educación escolarizada es un hecho intencionado y, en términos de calidad de la educación, todo proceso educativo busca permanentemente mejorar el aprovechamiento del alumno. En este sentido, la variable dependiente clásica en la educación escolarizada es el rendimiento o aprovechamiento escolar (Kerlinger, 1988).

El rendimiento en sí y el rendimiento académico, también denominado rendimiento escolar, son definidos por la Enciclopedia de Pedagogía / Psicología de la siguiente manera: "Del latín reddere (restituir, pagar) el rendimiento es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo. Es un nivel de éxito en la escuela, en el trabajo, etc.", al hablar de rendimiento en la escuela, nos referimos al aspecto dinámico de la institución escolar.

El problema del rendimiento escolar se resolverá de forma científica cuando se encuentre la relación existente entre el trabajo realizado por el maestro y los alumnos, de un lado, y la educación (es decir, la perfección intelectual y moral lograda por éstos) de otro", "al estudiar científicamente el rendimiento, es básica la consideración de los factores que intervienen en él. Por lo menos en lo que a la instrucción se refiere, existe una teoría que considera que el rendimiento escolar se debe predominantemente a la inteligencia; sin embargo, lo cierto es que ni si quiera en el aspecto intelectual del rendimiento, la inteligencia es el único factor, al analizarse el rendimiento escolar, deben valorarse los factores ambientales como la familia, la sociedad y el ambiente escolar.

Además el rendimiento académico es entendido por Pizarro (1985) como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. El mismo autor, ahora desde una perspectiva propia del alumno, define el rendimiento como una capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos.

Este tipo de rendimiento académico puede ser entendido en relación con un grupo social que fija los niveles mínimos de aprobación ante un determinado cúmulo de conocimientos o aptitudes (Carrasco, 1985). Según Herán y Villarroel (1987), el rendimiento académico se define en forma operativa y tácita afirmando que se puede comprender el rendimiento escolar previo como el número de veces que el alumno ha repetido uno o más cursos.

5.2.1 Factores que inciden en el rendimiento académico

Son muchos los motivos que pueden llevar a un alumno a mostrar su desenvolvimiento académico desde la dificultad de las asignaturas hasta la cantidad de tareas, exámenes que deben cumplir.

Otras cuestiones están directamente relacionadas al factor psicológico, como la poca motivación, el desinterés o las distracciones en clase, que dificultan la comprensión de los conocimientos impartidos por el docente y termina afectando al rendimiento académico a la hora de las evaluaciones. Por otra parte, el rendimiento académico puede estar asociado a la subjetividad del docente cuando corrige. Ciertas materias, en especial aquellas que pertenecen a las ciencias sociales, pueden generar distintas interpretaciones o explicaciones, que el profesor debe saber analizar en la corrección para determinar si el estudiante ha comprendido o no los conceptos. En todos los casos, los especialistas recomiendan la adopción de hábitos de estudio saludables (por ejemplo, no estudiar muchas horas seguidas en la noche previa al examen, sino repartir el tiempo dedicado al estudio) para mejorar el rendimiento escolar. (Ruben Fuentes BS, 2018)

5.2.3 Tipos de rendimiento académico

Rendimiento Individual

Es el que se manifiesta en la adquisición de conocimientos, experiencias, hábitos, destrezas, habilidades, actitudes, aspiraciones, etc. Lo que permitirá al profesor tomar decisiones pedagógicas posteriores. Los aspectos de rendimiento individual se apoyan en la exploración de los conocimientos y de los hábitos culturales, campo cognoscitivo o intelectual

Rendimiento General

Es el que se manifiesta mientras el estudiante va al centro de enseñanza, en el aprendizaje de las Líneas de Acción Educativa y hábitos culturales y en la conducta del alumno.

Rendimiento Específico.

En este rendimiento la realización de la evaluación de más fácil, por cuanto si se evalúa la vida afectiva del alumno, se debe considerar su conducta parcelada mente: sus relaciones con el maestro, con las cosas, consigo mismo, con su modo de vida y con los demás.

Rendimiento Social

Desde el punto de vista cuantitativo, el primer aspecto de influencia social es la extensión de la misma, manifestada a través de campo geográfico. Además, se debe considerar el campo demográfico constituido, por el número de personas a las que se extiende la acción educativa. (Astorga., s/f)

5.2.4 Factores que influyen en el rendimiento académico

El bajo rendimiento académico es un problema que se vive en cualquier unidad educativa en la que se ve inmersa docentes, estudiantes y también los padres de familia. Existen muchos factores para que se genere el bajo rendimiento entre ellos puede ser factores internos y externos.

Internos:

- Los problemas de familia tiene mucho que ver en la concentración que el niño tenga en la escuela, ya que si tendremos un niño con problemas de seguro estará triste, desorientado en las clases, a diferencia de un niño que tiene estabilidad emocional su potencial será muy bueno en el aula de clases.
- Si hay alguna asignatura que al estudiante no le llame la atención o a su vez el docente no se deja entender difícilmente se podrá llamar la atención del niño, por otra parte se ve la diferencia de las ganas de trabajar, de aprender que tiene el niño cuando la asignatura le gusta o el docente le hace interesante la clase.
- La alimentación que el niño tenga dirá mucho al momento de trabajar en el aula de clase ya que si está bien alimentado sus ganas de trabajar serán óptimas para lograr su aprendizaje y construcción del conocimiento estará activo, participativo al momento de la clase, por otra parte un niño que no tenga una buena alimentación no tendrá ganas de trabajar en el aula de clases por lo tanto no captara los conocimientos que el docente quiere llegar a los estudiantes.

Externos:

- El silencio es una condición necesaria para poder estudiar. Lo cierto es que la música se convierte en una distracción cuando se intenta comprender y memorizar un texto.

Por esta razón, las condiciones ambientales de la zona de estudio también influye en el rendimiento pedagógico.

- El orden externo también crea una predisposición adecuada hacia el estudio. Tener un escritorio desordenado produce mayores dificultades para trabajar. Un entorno académico que transmite armonía también incrementa el bienestar interior.
- La hora del día también influye en el nivel de concentración que tiene el estudiante al preparar un tema. Analizar cuál es la mejor hora del día para trabajar los contenidos académicos.

5.2.5 La alimentación en el rendimiento académico

La mala o poca alimentación y la desnutrición en la infancia afectan el comportamiento y el rendimiento escolar durante toda su etapa de crecimiento. Estudios de diversos orígenes así lo han demostrado.

En la Universidad de Harvard y el Hospital General de Massachusetts (Estados Unidos) determinaron que los niños mal alimentados son propensos a tener dificultad de aprendizaje y problemas de actitud, que se ven reflejados en irritabilidad, agresividad, dificultad de comprensión y falta de interés. No en vano los expertos consideran que la fórmula nutrición-desarrollo mental tiene, en la mayoría de casos, una relación directamente proporcional con el desempeño académico del niño en su etapa escolar.

Inclusive, sin ser concluyente -cuenta Zulema Jiménez, coordinadora de nutrición y lactancia de la Secretaría de Salud de Bogotá-, en las escuelas del Distrito se ha evidenciado cómo niños mal nutridos son más dispersos y agresivos ante sus compañeritos de clase, que aquellos que están nutridos, quienes además, en promedio, son mejores estudiantes.

Esto ocurre porque en esa fase de desarrollo las neuronas requieren un gran volumen de proteínas y nutrientes que están en los alimentos, los cuales ayudan a construir todas las sustancias neurotransmisoras que permiten la interconexión entre las células nerviosas del cerebro, dice Jiménez.

El asunto se torna aún más delicado toda vez que, de acuerdo con un documento del Banco Mundial escrito por el médico Reynaldo Martorel, los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) pueden ser devastadores y duraderos. Además, esta impide el desarrollo

conductual y cognitivo y afecta el rendimiento escolar y la salud reproductiva, debilitando así la futura productividad en el trabajo.

Octavio Villamarín Abril, secretario para el Desarrollo Social de Cundinamarca, y uno de los promotores de la creación de la Asociación Colombiana de Alimentación Escolar, explica cómo en su departamento han detectado menores desnutridos que tienen problemas de visión por deficiencia de vitaminas. A muchos se les descubrió el problema físico por sus bajos rendimientos y su falta de atención en las aulas.

La desnutrición ocasiona bajo peso y baja talla con relación a la edad. También afecta el sistema inmunológico, haciéndolo más vulnerable a las enfermedades infecciosas, agrega Vargas. Esta situación -añade Jiménez- es una de las mayores causas de ausentismo escolar. De ahí que el efecto de la desnutrición en el desarrollo de Colombia sea tan delicado. En el país, por ejemplo, -dice Villamarín Abril- cerca del 45 por ciento de los menores está en riesgo de desnutrición, mientras que el 35 por ciento presenta insuficiencia de hierro en la

CAPITULO III

3. MARCO METODOLÓGICO

3.1 DISEÑO – ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación que se propone realizar posee un **enfoque cualitativo**, porque se trata de una investigación de carácter social, dado que el área de conocimiento son las ciencias de la educación y se configura como un estudio humanístico, utiliza la recolección y análisis de datos para responder a las preguntas de investigación y revelar sus resultados, implicaciones e impactos en el proceso de interpretación. Siendo su característica su marco interpretativo, como el interaccionismo, la fenomenología, la psicología de los constructos personales o la teoría crítica, son aspectos que encajan técnica y metodológicamente en las ciencias de la educación básica.

Estudio no experimental: Se realizará sin manipular en forma deliberada ninguna variable, donde se observará los hechos tal y como se presentan en su contexto real o empírico y en un tiempo determinado. Por tal razón, en el diseño de esta investigación se observa lo que ya existe, no se construye una situación específica.

La presente investigación se originó a partir de la descripción del contexto observado por la investigadora en el cuarto año de educación básica de la Escuela de Educación Básica “21 de Abril”, a los cuales asisten 27 niños entre 8 a 9 años, en donde determinó de qué manera su alimentación influye en el rendimiento académico en los estudiantes de Cuarto año “A”, de Educación General Básica de la Escuela de Educación Básica “21 de Abril”, periodo 2017-2018.

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para Hernández Sampieri y otros (2018), “(...) el tipo de estudio se refiere al alcance que puede tener una investigación científica” (pag. 215).

Se fundamenta en una investigación **Diagnóstica (Correlacional)**, ya que permite ordenar el resultado de las observaciones de las conductas, las características, los factores, los procedimientos y variables de fenómeno y hecho”.

Se aplicarán los siguientes tipos de acuerdo a una clasificación técnica-metodológica: por los objetivos y el lugar.

3.3.1 Por los Objetivos

BÁSICA.- Esta investigación se dedica al desarrollo de la ciencia y al logro del conocimiento científico en sí: los logros de este tipo de investigación, son las leyes de carácter general. A este tipo de investigación, no le interesa cómo, ni en qué, se utilizan los resultados, leyes o conocimientos por ella investigados, lo que si le interesa es determinar un hecho, fenómeno o problema para descubrirlo y plantear alternativas de solución al problema investigado.

3.3.2 Por el Lugar

Los tipos de investigación son bibliográficos y de campo:

- **BIBLIOGRÁFICA.-** Se apoyará en tomar la información de varias fuentes o referencias bibliográficas, libros y resultados de otras investigaciones tomando como referencia la información correspondiente a las variables.
- **DE CAMPO.-** Se realizará en la Escuela de Educación Básica “21 de Abril”, con los estudiantes de cuarto año paralelo “A”, en la cual está inmersa en la investigación y se identificó el problema.

3.4 NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

El alcance de la investigación que se realizará tiene un propósito central que depende del tema o problema y del objetivo que se va a lograr, el nivel de estudio será:

3.4.1 DIAGNÓSTICA

Se fundamentará en un análisis situacional del hecho o fenómeno que se ha observado, de ahí la existencia del problema que amerita estudiarse para plantear soluciones, con la ayuda de un estudio preliminar.

3.4.2 EXPLORATORIA.

Se constituye en un nivel básico de investigación, porque es el fundamento que antecede a un análisis de corte descriptivo o explicativo para obtener una idea general en la orientación al problema que se trabajará en la investigación.

3.5 POBLACIÓN Y MUESTRA

Hernández, Fernández y Baptista (2016), nos dicen “la población o universo se refiere al conjunto para el cual serán válidas las conclusiones que se obtengan: a los elementos o unidades (personas, instituciones o cosas) a las cuales se refiere la investigación”.

La población o universo de estudio constituye los siguientes actores que forman parte del problema; a continuación se detalla:

3.5.1 POBLACIÓN

Extracto	Número	Porcentaje
Niños	27	100%
Total	27	100%

Fuente: Escuela de Educación Básica “21 de Abril”

Elaborado por: Johana Monserrath Daquilema Tacuri (Investigadora)

3.5.2 MUESTRA

La muestra viene a constituirse el total de la población ya que no supera los 100 sujetos a encuestarse, por lo tanto son los 27 estudiantes.

3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

La técnica e instrumento que se utilizó en la presente investigación fue:

3.6.1 Técnicas

Observación: Se desarrolló varios indicadores correspondientes al tema de investigación, aplicados a los niños y niñas de Cuarto año “A”, de Educación General Básica de la Escuela de Educación “21 de Abril”, periodo 2017-2018.

Encuesta: Se realizó varias preguntas en relación al tema de investigación, concretamente a los niños y niñas Cuarto año “A”, de Educación General Básica de la Escuela de Educación “21 de Abril”, periodo 2017-2018.

3.6.2 Instrumentos

Ficha de Observación: Se consideró las variables de la indagación en relación a los indicadores.

Cuestionario: Se diseñó preguntas mixtas precisas y objetivas relacionadas con los objetivos e indicadores de cada variable.

3.7 TÉCNICAS PARA PROCESAMIENTO DE INTERPRETACIÓN DE DATOS

Para desarrollar la investigación tome en cuenta los que nos dice Hernández; Fernández y Baptista “Las técnicas de recolección de datos son distintas formas o maneras de obtener la información. Son ejemplos de técnicas; la observación directa, la encuesta en sus dos modalidades (entrevista o cuestionario), el análisis documental, análisis de contenidos, etc.”

Se utilizará las técnicas que nos sugieren la estadística en el procesamiento de los datos de información obtenida, se complementó con la elaboración y el registro en estadígrafos de representación gráfica como son: cuadros y pasteles, a partir del análisis y cumplimiento de actividades como:

- Codificación de la información donde se realizó un primer ordenamiento de sus indicadores con sus respectivas categorías y objetivo.
- El diseño, elaboración y aplicación de las encuestas
- Revisión y aprobación por parte del tutor
- Aplicación de los instrumentos
- Tabulación y representación gráfica de los resultados
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCION DE DATOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA

FICHA DE OBSERVACION

Institución: Escuela de Educación Básica “21 de Abril”.

Objetivo: Determinar la importancia de la alimentación en el rendimiento académico de los niños de 4to “A”, mediante la ficha de observación.

Valoración: 1(nunca), 2 (a veces), 3(casi siempre), 4(siempre).

INDICADORES	1	2	3	4
El aprendizaje que demuestra el niño cumple con los objetivos curriculares de 4to grado.				
El niño está animado durante el periodo de 40 minutos que dura la clase.				
El niño tiene capacidad de respuesta durante la clase.				
Tiene la habilidad de responder rápido a los problemas planteados.				
Las tareas encomendadas al niño las realiza de una manera eficaz.				
La apariencia que demuestra el niño es saludable.				
El niño lee las etiquetas de los alimentos antes de consumirlas.				
El niño cuenta con alimentación sana por parte de la institución.				
Los alimentos expendidos en la unidad educativa son propicios para el desarrollo del niño.				
El niño comparte y juega con sus compañeros en el recreo.				

Investigadora: Johana Daquilema



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS
ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA

Institución: Escuela de Educación Básica “21 de Abril”.

Objetivo: Determinar la importancia de la alimentación en el rendimiento académico de los niños de 4to “A”, mediante la encuesta.

Fecha:

Investigadora: Johana Daquilema

Valoración: 1(nunca), 2 (a veces), 3(casi siempre), 4(siempre).

1. **Crees que tiene una buena alimentación?**

Nunca a veces casi siempre siempre

2. **Cuántas comidas consume al día.**

1 2 3 4 5

3. **¿Qué tipo de carne suele consumir?**

Carne de res, chuletas de cerdo pollo, pavo, pescado

4. **Seleccione los alimentos que consume a diario**

<input type="checkbox"/>	Arroz y pasta
<input type="checkbox"/>	Pan y cereales
<input type="checkbox"/>	Frutas
<input type="checkbox"/>	Verduras
<input type="checkbox"/>	Lácteos (leche, yogurt)
<input type="checkbox"/>	Carne, huevos, pollo
<input type="checkbox"/>	Dulces, aceites, grasas (pastel, galletas)

5. **Si la respuesta anterior es afirmativa, ¿Cómo se siente en la escuela?**

<input type="checkbox"/>	Cansado
<input type="checkbox"/>	Contento
<input type="checkbox"/>	Triste

6. **Antes de ir a la escuela desayuna?**

Sí No A veces

7. **¿La colación para la escuela la trae de casa?**

Sí No

8. **¿Come habitualmente en el comedor de la escuela?**

No, normalmente no. Sí, todos los días.

9. **¿Realizan en tu escuela alguna actividad educativa relacionada con las frutas y verduras?**

Sí. No

10. **Si la respuesta anterior es afirmativa, ¿qué es lo que hacen en tu escuela?**

- Tenemos un huerto.
- Nos enseñan cosas de cocina.
- Talleres de alimentación.

CAPITULO IV

4. ANALISIS INTERPRETACION DE DATOS

✖

INTERPRETACION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

		Correlaciones									
		Cumple con los objetivos	Durante la clase	Durante la clase	De responder a los problemas	Realiza de manera eficaz	Saludable	etiquetas de los productos	Buena sana de la institución	propicios para el desarrollo del niño.	Y juega con sus compañeros
Cumple con los objetivos	Correlación de Pearson	1	,352	,441*	,047	,239	,377	,326	,195	-,178	,249
	Sig. (bilateral)		,072	,021	,817	,229	,052	,097	,331	,375	,210
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Durante la clase	Correlación de Pearson	,352	1	,696**	,638**	,600**	,548**	,248	,128	,000	,164
	Sig. (bilateral)	,072		,000	,000	,001	,003	,212	,526	1,000	,415
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Durante la clase	Correlación de Pearson	,441*	,696**	1	,683**	,773**	,530**	,141	,286	-,024	,286
	Sig. (bilateral)	,021	,000		,000	,000	,004	,483	,149	,907	,149
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
De responder a los problemas	Correlación de Pearson	,047	,638**	,683**	1	,779**	,488**	,021	,170	,299	,296
	Sig. (bilateral)	,817	,000	,000		,000	,010	,917	,398	,130	,134
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Realiza de manera eficaz	Correlación de Pearson	,239	,600**	,773**	,779**	1	,504**	,080	,409*	,139	,367
	Sig. (bilateral)	,229	,001	,000	,000		,007	,693	,034	,490	,060
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Saludable	Correlación de Pearson	,377	,548**	,530**	,488**	,504**	1	,317	,268	-,040	,478*
	Sig. (bilateral)	,052	,003	,004	,010	,007		,107	,176	,845	,012
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
etiquetas de los productos	Correlación de Pearson	,326	,248	,141	,021	,080	,317	1	,042	-,287	,152
	Sig. (bilateral)	,097	,212	,483	,917	,693	,107		,834	,147	,450
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Buena sana de la institución	Correlación de Pearson	,195	,128	,286	,170	,409*	,268	,042	1	,516**	,279
	Sig. (bilateral)	,331	,526	,149	,398	,034	,176	,834		,006	,159
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
propicios para el desarrollo del niño.	Correlación de Pearson	-,178	,000	-,024	,299	,139	-,040	-,287	,516**	1	,094
	Sig. (bilateral)	,375	1,000	,907	,130	,490	,845	,147	,006		,639
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Y juega con sus compañeros	Correlación de Pearson	,249	,164	,286	,296	,367	,478*	,152	,279	,094	1
	Sig. (bilateral)	,210	,415	,149	,134	,060	,012	,450	,159	,639	
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**.. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

□

De la ficha de observación aplicada a los niños de cuarto año de Educación General Básica de la escuela 21 de abril, se puede determinar que existe correlación entre el indicador **cumple con los objetivos** curriculares del año y el ítem observable **durante la clase**, lo que significa que acciones emprendidas en el período de clase el niño ejecuta ejercicios académicos que posibilitan alcanzar los objetivos; podemos ver que la alimentación del estudiante es importante ya que si está bien alimentado él se desenvolverá de una manera eficiente en el aula de clase y ayudara al docente a cumplir los objetivos establecidos De igual manera existe correlación entre el indicador **alimentos saludable** y el **durante la clase**, nos referimos a los alimentos que el estudiante consume dentro de la institución educativa, si son fuente de nutrientes para su desarrollo educativo. Hay correlación entre el indicador **responder problemas** y el indicador **realiza de manera eficaz** nos indica la manera que el estudiante responde de manera eficaz a los problemas planteados, puede ser dentro de la institución educativo o fuera de ella. Otra correlación es entre el indicador **alimentación sana de la institución** y el indicador **propicios para el desarrollo del niño**, esto es de gran importancia ya que si nos damos cuenta la mayor parte de tiempo del niño pasa en la institución educativa por lo mismo se alimenta ahí y si la institución educativa no le brinda unos buenos alimentos no ayudara para el desarrollo del niño.

Correlaciones

		Buena alimentación	Consumo al día	Consumo de carnes	Consumo diario	Estado de ajmp , en la escuela	Antes de ir a la escuela	Trae colación de la casa	Utiliza el comedor de la escuela	relacionadas con la nutrición	Escuela
Buena alimentación	Correlación de Pearson	1	,051	-,169	-,129	-,009	,189	-,094	,327	-,164	-,048
	Sig. (bilateral)		,802	,400	,521	,963	,344	,640	,096	,413	,811
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Consumo al día	Correlación de Pearson	,051	1	-,328	-,146	,237	,061	,097	-,179	-,308	,069
	Sig. (bilateral)	,802		,095	,468	,234	,764	,629	,371	,118	,732
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Consumo de carnes	Correlación de Pearson	-,169	-,328	1	,027	,018	-,159	,238	,043	-,158	-,135
	Sig. (bilateral)	,400	,095		,894	,930	,427	,233	,833	,431	,502
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Consumo diario	Correlación de Pearson	-,129	-,146	,027	1	,205	,113	-,218	,286	,085	-,375
	Sig. (bilateral)	,521	,468	,894		,305	,575	,275	,148	,674	,054
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Estado de ajmp , en la escuela	Correlación de Pearson	-,009	,237	,018	,205	1	,409 [*]	-,138	,281	-,197	-,294
	Sig. (bilateral)	,963	,234	,930	,305		,034	,493	,156	,325	,137
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Antes de ir a la escuela	Correlación de Pearson	,189	,061	-,159	,113	,409 [*]	1	-,250	,281	-,018	-,407 [*]
	Sig. (bilateral)	,344	,764	,427	,575	,034		,208	,155	,929	,035
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Trae colación de la casa	Correlación de Pearson	-,094	,097	,238	-,218	-,138	-,250	1	-,666 ^{**}	-,138	-,206
	Sig. (bilateral)	,640	,629	,233	,275	,493	,208		,000	,491	,301
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Utiliza el comedor de la escuela	Correlación de Pearson	,327	-,179	,043	,286	,281	,281	-,666 ^{**}	1	,135	,007
	Sig. (bilateral)	,096	,371	,833	,148	,156	,155	,000		,502	,972
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
relacionadas con la nutrición	Correlación de Pearson	-,164	-,308	-,158	,085	-,197	-,018	-,138	,135	1	,053
	Sig. (bilateral)	,413	,118	,431	,674	,325	,929	,491	,502		,792
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Escuela	Correlación de Pearson	-,048	,069	-,135	-,375	-,294	-,407 [*]	-,206	,007	,053	1
	Sig. (bilateral)	,811	,732	,502	,054	,137	,035	,301	,972	,792	
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

**.. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Los datos de la encuesta aplicada a los niños se puede evidenciar la correlación entre el indicador **trae colación de casa** y el indicador **utiliza el comedor de la escuela** esto es importante ya que si el estudiante se alimenta en la escuela debemos saber qué clase de alimentos expenden ahí, por otro lado si trae su colación de casa sabremos qué es lo que el estudiante consume y si esos alimentos ayudan o no al estudiante en su desarrollo académico. Otra correlación que vemos está entre el indicador **alimentación** y el indicador **antes de ir a la escuela**, como sabemos el desayuno es una de las comidas más importantes del día, es por eso que depende mucho que desayune el estudiante para desenvolverse en las actividades escolares.

CAPITULO V

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Luego de la aplicación de la ficha de observación y la encuesta se llegó a las siguientes conclusiones:

- El promedio del cuarto año de EGB se manifiesta con un denominador cualitativo, alcanza los aprendizajes requeridos lo que implica que el proceso de aprendizaje se encuentra en un nivel aceptable más no es un nivel deseable.
- Se evidencia que existe relación entre la alimentación saludable y el rendimiento académico lo cual hace referencia a la calidad de nutrientes que el niño consume, lo que le permite responder de manera eficaz a la resolución de problemas durante la clase.
- La práctica de preparar y enviar productos sanos, nutritivos y frescos desde el hogar no se debe perder, porque se evidencia que los niños que ingieren estos alimentos pueden desenvolverse de manera eficiente en la clase y durante todo el día.

5.2 RECOMENDACIONES

La aplicación de este proyecto alimentación en el rendimiento académico genera las siguientes recomendaciones:

- Una alimentación variada es de gran ayuda para un niño escolar tendrá las energías de desenvolverse en su día a día en la Unidad Educativa o fuera de ella.
- Los niños deben tener una buena alimentación saludable esto permite que responda de manera eficaz la resolución de problemas educativos y en la vida diaria.
- Capacitar a los padres de familia sobre la importancia que tiene que el niño consuma alimentos nutritivos, más no la comida chatarra que llena el estómago pero no es buena para la salud de los niños.

BIBLIOGRAFÍA

Alimentacion sana. (s/f de s/f de s/f). Obtenido de Alimentacion sana: <http://www.alimentacion-sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/colacionesescolares.htm>

Alimentacion y nitriciòn . (s/f de s/f de 2005). Obtenido de Alimentacion y nitriciòn:
http://www.alimentacionynutricion.org/es/index.php?mod=content_detail&id=133

Astorga., M. N. (s/f de s/f de s/f). *Ecured.* Obtenido de Ecured:
https://www.ecured.cu/Rendimiento_acad%C3%A9mico

BBMUNDO. (27 de Septiembre de 2014). *Bebemundo.* Obtenido de Bebemundo:
<https://www.bbmundo.com/old/las-mejores-colaciones-entre-comidas/>

Bebes y más. (02 de Febrero de 2012). Obtenido de Bebes y más:
<https://www.bebesymas.com/alimentacion-para-bebes-y-ninos/la-presentacion-de-los-platos-clave-para-que-los-ninos-acepten-mejor-los-alimentos>

Educacion, M. d. (s/f de s/f de s/f). *Programa de alimentacion escolar.* Obtenido de Programa de alimentacion escolar: <https://educacion.gob.ec/programa-de-alimentacion-escolar/>

El Universo/ periodico. (12 de Enero de 2010). Obtenido de El Universo/ periodico:
<https://www.eluniverso.com/2010/01/12/1/1366/colacion-escolar.html>

GV, E. (18 de Marzo de 2017). *Claves para una colación escolar saludable.* Obtenido de Claves para una colación escolar saludable: <http://www.granvalparaiso.cl/sociedad/claves-para-una-colacion-escolar-saludable/>

la alimentación . (07 de 04 de 2014). Obtenido de la alimentación :
http://laalimentacionactual.mex.tl/867678_LA--ALIMENTACION--EN-LA--ACTUALIDAD.html

Novillo, A. (Octubre de 2011). *Tesis .* Obtenido de Tesis :
<http://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/3031/1/TESIS%20ALBA%20NOVILLO.pdf>

Nutri_admin. (2 de abril de 2012). *Blog de nutrición .* Obtenido de Blog de nutrición :
<http://www.elblogdenutricion.com/la-alimentacion-actual-responsable-de-empeorar-la-esperanza-de-vida/>

Ruben Fuentes BS, M. (24 de Enero de 2018). *Yo profesor.* Obtenido de Yo profesor:
<https://yoprofesor.org/2018/01/24/factores-que-influyen-en-el-rendimiento-academico/>

Tania Aguilar López LN, M. (s/f de s/f de s/f). *Instituto de salud y nutrición .* Obtenido de Instituto de salud y nutrición : <https://www.insk.com/conoce-mas/nutricion-en-etapas-de-la-vida/preescolares-y-escolares/como-mejorar-los-habitos-de-alimentacion-de-los-ninos/>

Vanessa Villalva, L. C. (19 de Noviembre de 2011). *repositorio.unemi.* Obtenido de repositorio.unemi:
<http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/331/3/Alimentaci%C3%B3n%20sana>

%20como%20factor%20importante%20en%20el%20rendimiento%20escolar%20de%20los%20
0estudiantes.pdf

ANEXOS



Fuente: Escuela de Educación General Básica “21 de Abril” Cuarto “A”
Elaborado por: Johana Daquilema



Fuente: Escuela de Educación General Básica “21 de Abril” Cuarto “A”
Elaborado por: Johana Daquilema



Fuente: Escuela de Educación General Básica “21 de Abril” Cuarto “A”
Elaborado por: Johana Daquilema