



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES  
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**TALLERES LÚDICOS PARA MEJORAR HÁBITOS  
SALUDABLES EN ESTUDIANTES DE 4 AÑOS DE  
INICIAL DE LA I.E. N° 324 DEL DISTRITO DE NUEVO  
CHIMBOTE, AÑO 2018**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL  
DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL**

**AUTORA:**

**RONCAL MUÑOZ IRENE ELIZABETH**

**ORCID: 0000-0002-6518-7967**

**ASESORA:**

**PÉREZ MORÁN GRACIELA**

**ORCID: 0000-0002-8497-5686**

**CHIMBOTE-PERÚ**

**2019**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Roncal Muñoz Irene Elizabeth

ORCID: 0000-0002-6518-7967

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,  
Chimbote, Perú

### **ASESOR**

Pérez Morán Graciela

ORCID: 0000-0002-8497-5686

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de educación y  
Humanidades, Escuela Profesional de Educación, Chimbote, Perú

### **JURADO**

Zavaleta Rodriguez, Andres Teodoro

ORCID ID: 0000-0002-3272-8560

Carhuanina Calahuala, Sofia Susana

ORCID ID: 0000-0003-1597-3422

Muñoz Pacheco, Luis Alberto

ORCID ID: 0000-0003-3897-0849

## **JURADO EVALUADOR DE TESIS**

.....  
Mgtr. Andres Teodoro Zavaleta Rodriguez

Presidente

.....  
Mgtr. Sofia Susana Carhuanina Calahuala

Miembro

.....  
Mgtr. Luis Alberto Muñoz Pacheco

Miembro

## **DEDICATORIA**

A mis hijos, Alan y Kevin, razón de mis  
esfuerzos y renovación constante.

Irene

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, quien conduce las cosas con sabiduría y me ha regalado la hermosa vocación de ser docente.

A la Facultad de Educacion y Humanidades y la escuela Profesional de Educacion Inicial de la Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote por darme la oportunidad de culminar mi carrera y obtener el titulo profesional.

Mi gratitud especial a las docentes Graciela Perez Moran, Lita Jimenez Lopez, Sofia Carhuanina Calahuala, Dulce Neciosup Hidalgo, gracias por compartir conmigo sus experiencias pedagógicas entorno a la significatividad del aprendizaje lo que repercute en mi vida profesional y en el sueño de humanizar a las personas a través de la educación y de esta manera contribuir con la construcción de un país mas justo y democrático.

## RESUMEN

El presente estudio ha tenido como objetivo determinar en qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018. La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, de tipo experimental, con un diseño pre experimental con un solo grupo con pre y pos prueba, donde la muestra estuvo conformada por 20 niños y niñas de 4 años del nivel inicial de la institución educativa N° 324. La técnica empleada fue la observación con el instrumento lista de cotejo valida mediante consulta a expertos y una confiabilidad de 0.818, calificado como satisfactorio; los métodos de procesamiento empleados fueron el estadístico descriptivo empleando los programas SPSS 24.0 y tablas Excel. Los resultados indican que se ha logrado un 70 % de mejora en hábitos saludables para la calificación “A”; mientras que, en la calificación “B” se ha logrado un incremento de 15 %; en cuanto, a la calificación “C” se ha logrado reducir las dificultades aquí observadas en un 85 % de ello se concluye que los estudiantes observados han mejorado notablemente sus hábitos saludables con la aplicación de los talleres lúdicos.

***Palabras clave:*** Hábitos alimenticios, hábitos saludables, higiene personal, Talleres lúdicos..

## **ABSTRACT**

The objective of this study was to determine the extent to which play workshops improve healthy habits in 4-year-old students of the I.E. No. 324 of the district of Nuevo Chimbote, 2018. The present investigation has a quantitative approach, of experimental type, with a pre-experimental design with a single group with pre and post test, where the sample consisted of 20 boys and girls of 4 years of the initial level of the educational institution No. 324. The technique used was the observation with the instrument list of valid match by consulting experts and a reliability of 0.818, qualified as satisfactory; the processing methods used were the descriptive statistic using the SPSS 24.0 programs and Excel tables. The results indicate that a 70% improvement in healthy habits has been achieved for the "A" rating; while, in the "B" rating, an increase of 15% has been achieved; As for the "C" score, the difficulties observed here have been reduced by 85%. It was concludes that the students observed have remarkably improved their healthy habits with the application of the play workshops.

**Key words:** Eating habits, healthy habits, personal hygiene, recreational workshops.

## CONTENIDO

Hoja de firma del jurado y asesor .....	ii
Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Resumen.....	v
Abstract.....	vi
Contenido.....	vii
I.Introduccion.....	1
II. Revision de literatura .....	9
2.1. Antecedentes.....	9
2.2. Bases teóricas.....	16
2.2.1. Hábitos saludables .....	16
2.2.1.1. Teoría de las necesidades de Maslow .....	16
2.2.1.2. Concepto de Hábitos saludables .....	19
2.2.1.3. Hábitos saludables en niños .....	19
2.2.1.4. Hábitos de higiene personal .....	20
2.2.1.5. Normas de higiene personal .....	21
2.2.1.6. Hábitos alimenticios .....	26



2.2.1.7. Educación para la Salud y Promoción de la Salud .....	28
2.2.1.8. Educación para la Salud en el ámbito educativo .....	30
2.2.2. Talleres lúdicos .....	30
2.2.2.1. Teoría del juego de Piaget .....	30
2.2.2.2. Definiciones de Talleres lúdicos .....	32
2.2.2.3. Actividades lúdicas .....	32
2.2.2.4. El juego.....	33
2.2.2.5. Tipos de juegos .....	34
2.2.2.6. Contribución de los Juegos Lúdicos en la educación de los niños .....	38
2.2.2.7. Proceso de desarrollo de los juegos .....	40
2.3. Hipótesis .....	41
<b>III. Metodología .....</b>	<b>43</b>
3.1. Tipo y Nivel de investigación.....	43
3.2. Diseño de la investigación .....	43
3.3. Población y muestra.....	44
3.4. Definición y operacionalización de variables .....	45
3.5. Técnicas e instrumentos.....	47
3.6. Plan de análisis .....	48

3.7. Matriz de consistencia .....	50
3.8. Principios éticos.....	50
<b>IV. Resultados .....</b>	<b>52</b>
4.1. Resultados.....	52
4.2. Análisis de resultados .....	72
<b>V. Conclusiones y recomendaciones .....</b>	<b>77</b>
Referencias bibliográficas.....	80
<b>ANEXOS .....</b>	<b>85</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Nivel de hábitos saludables según la pre prueba .....	52
Tabla 2. Primera sesión: Aprendo a cuidar mi cuerpo .....	53
Tabla 3. Segunda sesión: Hábitos de aseo familiar.....	54
Tabla 4. Tercera sesión: Cuido mi ropa.....	55
Tabla 5. Cuarta sesión: Aprendo a asearme jugando .....	56
Tabla 6. Quinta sesión: Limpieza de los alimentos .....	57
Tabla 7. Sexta sesión: El aseo de la boca.....	58
Tabla 8. Séptima sesión: Me aseo al compas de la musica .....	59
Tabla 9. Octava sesión: Cuidamos de nuestro aseo personal .....	60
Tabla 10. Novena sesión: El agua es parte de nuestra alimentación .....	61
Tabla 11. Décima sesión: Clasificamos los alimentos.....	62
Tabla 12. Onceava sesión: Nos alimentamos bien para estar sanos .....	63
Tabla 13. Doceava sesión: Consumimos frutas ricas y nutritivas .....	64
Tabla 14. Treceava sesión: Cuidamos nuestro aseo personal durante las tareas.....	65
Tabla 15. Catorceava sesión: Jugando aprendo a apreciar mis alimentos.....	66
Tabla 16. Quinceava sesión: El aseo después de alimentarnos.....	67
Tabla 17. Calificación promedio en las sesiones aplicadas .....	68
Tabla 18. Nivel de hábitos saludables según la post prueba.....	69
Tabla 19. Nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años .....	70
Tabla 20. Prueba de rango de Wilcoxon.....	71

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Nivel de hábitos saludables según la pre prueba .....	52
Figura 2. Primera sesión: Aprendo a cuidar mi cuerpo .....	53
Figura 3. Segunda sesión: Hábitos de aseo familiar.....	54
Figura 4. Tercera sesión: Cuido mi ropa.....	55
Figura 5. Cuarta sesión: Aprendo a asearme jugando .....	56
Figura 6. Quinta sesión: Limpieza de los alimentos .....	57
Figura 7. Sexta sesión: El aseo de la boca.....	58
Figura 8. Séptima sesión: Me aseo al compas de la musica .....	59
Figura 9. Octava sesión: Cuidamos de nuestro aseo personal .....	60
Figura 10. Novena sesión: El agua es parte de nuestra alimentación .....	61
Figura 11. Décima sesión: Clasificamos los alimentos.....	62
Figura 12. Onceava sesión: Nos alimentamos bien para estar sanos .....	63
Figura 13. Doceava sesión: Consumimos frutas ricas y nutritivas .....	64
Figura 14. Treceava sesión: Cuidamos nuestro aseo personal durante las tareas.....	65
Figura 15. Catorceava sesión: Jugando aprendo a apreciar mis alimentos.....	66
Figura 16. Quinceava sesión: El aseo después de alimentarnos.....	67
Figura 17. Calificación promedio en las sesiones aplicadas .....	68
Figura 18. Nivel de hábitos saludables según la post prueba.....	69
Figura 19. Nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años .....	70

## **I. INTRODUCCIÓN**

Actualmente el sistema educativo del Perú, ha dejado de considerarse un proceso absolutamente subjetivo, orientado únicamente a lo cognitivo; ha pasado a ser un proceso integral; por lo cual, siguiendo los planteamientos de López (2016, p. 54), el niño debe aprender una serie de hábitos saludables, de manera progresiva para mejorar su bienestar y satisfacción personal; considerando asimismo, que el desarrollo personal e integral en la educación inicial constituye una pieza fundamental e individual de cada niño, cuyo aporte está en la línea de su mejora física y mental.

Con referencia a lo manifestado, dentro del escenario internacional, Maslow (citado en Chapman, 2014, p. 122), en su teoría de aprendizaje muestra que los individuos se plantean una serie de requisitos para alcanzar sus objetivos personales; por lo cual en su propuesta, agrupa estas necesidades en cinco clasificaciones: fisiológica, seguridad, amor y pertenencia, respeto, así como autoestima - reconocimiento; en este grupo de caracterización, Maslow enfatiza en las necesidades fisiológicas, las mismas que de acuerdo con su propuesta las de origen orgánico se orientan a la supervivencia del ser humano; son consideradas como fundamentales e incorporan situaciones como: necesidad de respiración, tomar agua, descansar, alimentarse, la sexualidad y el refugiarse; propuesta teórica que claramente se identifica específicamente con los estudiantes de la educación inicial, quienes muestran necesidades asociadas a situaciones directamente identificadas con el aseo individual y la buena alimentación, que como lo indica la experiencia educativa ocurre en gran parte de las instituciones educativas, principalmente del tipo estatal.

De acuerdo con datos estadísticos presentados por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016, p.6), el buen estado saludable de los niños en su etapa de la escuela en diferentes partes del mundo registró una expansión en las tasas de sobrepeso y robustez; problemática que ya era considerada como una necesidad selectiva de las naciones de altos salarios; la actualidad, ha cambiado rotundamente esta apreciación, expandiéndose entre naciones de salarios bajos y regulares, especialmente en situaciones urbanas. En los países en desarrollo viven alrededor de 35 millones de jóvenes con sobrepeso, mientras que en las naciones desarrolladas son 8 millones, dato que indica que, a este nivel existe una necesidad inmediata de adquirir adecuados hábitos saludables, en especial alimenticios.

En América Latina, una investigación liderada en Venezuela por Del Real, Sánchez, Barón, Solano, Velásquez y López (2009, p. 83), para evaluar hábitos nutricionales en niños en edad preescolar que asisten a un jardín, en sus resultados identificaron un 25.9% de anemia, descrita en una satisfacción de utilización de vitaminas y hierro, con una utilización irrazonable de proteínas y vitaminas, lo que confirma la presencia de riesgo dietético según lo indicado en el estrato social evaluado.

Mientras que, en el ámbito nacional, el Ministerio de Salud peruano (MINSA, 2017, p. 34), dio a conocer importante información sobre el alto nivel de infecciones infantiles que tienen como operador causal a organismos microscópicos, parasitosis y atributos ecológicos u otros similares, que pueden evitarse y combatirse mediante el uso de pautas de limpieza, con lo cual se reduciría la alta tasa de enfermedades principalmente en niños menores de 4 años. Asimismo, uno de los principales problemas médicos es la palidez; que es soportada a nivel nacional, por el 32% de los hombres y mujeres jóvenes entre los 10 a 14 años, siendo a nivel regional los espacios

críticos: Pasco que tiene la tasa más asombrosa de la enfermedad con el 52%, seguido por Puno con el 49%, mientras San Martín y Lambayeque dan las tasas mínimas del 12% y 14% por separado, de acuerdo con los informes presentados (Fondo de las Naciones Unidas para la infancia, UNICEF, 2014, p. 167).

Últimamente, se ha demostrado que las condiciones de debilidad o ausencia de hábitos saludables no son el resultado de la pobreza y escasez; sino por el contrario, del olvido de las personas que tienen el deber de enseñar a los niños. Hemos aceptado, de esta manera, que la limpieza individual adecuada y un régimen alimenticio rico son complementos importantes para brindar un gran bienestar a los niños y satisfacer sus necesidades fisiológicas y de vitalidad como parte de su desarrollo corporal (Ortuño, 2017, p. 64).

En estos días, los padres deben enfrentar algunas dificultades extraordinarias con respecto a la limpieza individual y el fortalecimiento de sus menores hijos, particularmente cuando necesitan evitar que el niño contraiga enfermedades que ponen en peligro su integridad física, esto incluye la preocupación, ya que se ajusta a una rutina de alimentación que le brinde los suplementos vitales para un desarrollo ideal y una mejor participación en la escuela. Como indica Maslow (citado en Chapman, 2014, p.6), "la limpieza individual y la buena alimentación son las principales necesidades que las personas deben cumplir; en esta línea, los profesores asumen una parte imperativa a través de la educación de la limpieza y hábitos saludables".

En las instituciones educativas se busca promover la práctica de hábitos saludables a través de diferentes medios y recursos que provee el estado peruano; sin embargo, los esfuerzos son insuficientes; verificando en las instituciones la presencia de aulas pequeñas, baños en mal estado, una parte de estos establecimientos necesitan

administración especial; de manera similar, no se considera la presencia de un nutricionista; es por eso que, los educadores están llamados a enseñar a los niños y a los padres, las ventajas de practicar hábitos saludables, así como las consecuencias de su inadecuada práctica; de igual modo, se deja de lado un recurso importantísimo y de gran aporte a los aprendizajes cuando se trata del niño, como son los juegos; es en esta línea, que el nivel inicial ofrece la oportunidad de incorporar en sus programaciones como son los talleres, actividades de carácter lúdico, que favorezcan el aprendizaje tanto cognitivo como procedimental, tal como se empleó en el desarrollo de la presente investigación.

Dentro de la misma línea de la temática, hay que indicar, que Chimbote, es considerada dentro de la clasificación de las ciudades con mayor índice de contaminación, donde viven niños y niñas en edades de 3, 4 y 5 años, que experimentan los efectos nocivos de la hipersensibilidad, enfermedades respiratorias, diarreicas, piel y otros con características similares; lo que hace que la investigación realizada sea considerablemente más esencial, dado que a través del empleo del taller lúdico, se buscó fomentar hábitos saludables en los niños, pero sobre todo concientizarlos de la importancia de estar limpios y bien alimentados; además, debe tenerse en cuenta que debido a estas insuficiencias en su bienestar, los niños a menudo suelen acumular inasistencias a la institución, lo que produce un aplazamiento en la mejora de las aptitudes y capacidades fundamentales, propuestas en Educación Inicial.

En un contexto más cercano, ubicamos a la institución educativa N° 324 de la ciudad de Nuevo Chimbote, donde estos problemas médicos son más que evidentes; aquí se pudo observar que los niños que llegan a la escuela demuestran descuido en su propia limpieza, identificada con el lavado de su cara, sus manos, su boca, su pelo, no se



ocupan de su uniforme, cuando es la hora de la lonchera, se nota que no muestran preocupación por lavarse las manos pues no existe en ellos ese hábito, se inclinan por el consumo de alimentos bajos en nutrientes o llamados alimentos chatarra; que a pesar de que son un reflejo de la educación recibida en el hogar, es importante tener la capacidad de configurar y representar los requisitos en cuanto a los hábitos saludables en ellos, para su incorporación de procedimientos dentro del currículo, programación que maneja el docente, haciendo que este sea un registro más notable y que reaccione a los intereses y necesidad del estudiante.

Frente a la descripción anteriormente planteada se estableció como problema:

¿En qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, para el año 2018?

Frente a la mencionada interrogante se formuló el siguiente *objetivo general*:

Determinar en qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, para el año 2018.

Y se consideran como específicos los que a continuación se mencionan:

Establecer el nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.

Ejecutar los talleres lúdicos para mejorar el nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.

Establecer el nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.

Establecer el nivel de significancia en los resultados de la aplicación de los talleres lúdicos para mejorar los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote.

La perspectiva planteada por la investigación es importante, ya que la labor de los docentes pasa por la búsqueda de soluciones a dificultades presenciadas en el aula donde se da el proceso enseñanza - aprendizaje, como la antes descrita, contribuyendo así con la formación de los estudiantes; asimismo, la investigación se deriva del proyecto línea de la escuela de educación de la Universidad orientada a la identificación de problemas de relevancia y planteen propuestas viables para fortalecer los aprendizajes de educandos de la Educación Básica Regular (EBR), en especial del nivel inicial.

Este trabajo de investigación se justificó en la necesidad de mejora de la práctica de hábitos saludables en los niños de Inicial relacionados con el aseo personal y una alimentación adecuada, tan necesaria para el desarrollo corporal, cognitivo y emocional de los estudiantes de la I.E. N° 324, teniendo como medio generador de aprendizajes el desarrollo de talleres lúdicos enmarcadas en la programación curricular de corto plazo, que al mismo tiempo contribuyan con sus habilidades y destrezas motoras solicitadas en el nivel inicial y en sus logros de aprendizaje.

Desde el aspecto teórico, se justificó, en la propuesta de desarrollo personal indicada por la pirámide de Maslow (citado en Chapman, 2014, p. 42), donde se plantea como punto de partida el satisfacer las necesidades fisiológicas, entre ellos la limpieza individual y la buena nutrición; sin embargo, lo expuesto es evidente, ya que numerosos niños llegan a las aulas desaseados y portando alimentos que no favorecen su salud y menos sus aprendizajes, razón por la cual este trabajo de investigación fue

esencial; considerando que a la luz de los hallazgos y el diagnóstico (pre test) de los hábitos saludables en los estudiantes, se buscó a través del desarrollo de estrategias mediante talleres lúdicos mejorar la práctica de hábitos saludables; constituyendo asimismo, un compromiso para padres y madres, ya que influyó en la autoconciencia así como en sus logros de aprendizajes.

Además, este trabajo, representa un aporte social para con los estudiantes, padres de familia, profesores y cualquier individuo que cambie y mejore sus hábitos saludables, particularmente las relacionadas con la limpieza individual y la buena alimentación, distinguiendo la importancia de ambos en la autoconciencia y cómo reconocer sus prácticas deficientes. Esencialmente, desde la perspectiva educativa, las consecuencias de la investigación permitieron a la investigadora y a las docentes de inicial involucradas en el desarrollo del taller lúdico, validar estrategias que orienten la limpieza individual y los trabajos de adecuadas prácticas en cuanto a asearse y alimentarse saludablemente.

Desde una perspectiva pragmática, la investigación resultó imprescindible, ya que permitió a la investigadora, a la docente de aula en un esfuerzo conjunto con los padres de los estudiantes de 4 años gestionar y enseñar suficientes hábitos de limpieza individual, la ingesta de alimentos saludables y su utilización ideal dentro de la hora de lonchera.

Asimismo, se buscó, que el estudio forme parte de los antecedentes para futuras investigaciones, contribuyendo, además, con aportes de índole teórico-práctico a través de un enfoque metodológico innovador, que incrementa y profundiza el conocimiento que se posee de la temática abordada.

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, de tipo experimental, con un diseño pre experimental en un solo grupo con pre prueba y post prueba, donde la muestra la constituyo 20 niños y niñas de 4 años del nivel inicial de la institución educativa N° 324.

La información se obtuvo mediante la técnica de observación, siendo el instrumento empleado la lista de cotejo, los resultados fueron procesados con la estadística descriptiva para la explicación de los objetivos propuestos presentándolos mediante tablas de frecuencia y figuras estadísticas, empleando los programas SPSS 25.0 y tablas Excel.

Los resultados indican que se ha logrado un 70 % de mejora en hábitos saludables para la calificación “A”; mientras que, en la calificación “B” se ha logrado un incremento de 15 %; en cuanto, a la calificación “C” se ha logrado reducir las dificultades aquí observadas en un 85 % de ello se concluye que los estudiantes observados han mejorado notablemente sus hábitos saludables con la aplicación de los talleres lúdicos.

## II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

### 2.1. Antecedentes

Con referencia al tema investigado, se encontraron los siguientes estudios asumidos como antecedentes y que se muestran los siguientes:

#### Referencias locales

Rosales (2016), presentó la tesis titulada *Talleres de hábitos de higiene personal basados en el enfoque socio cognitivo para el cuidado de la salud en niños y niñas de 4 años de la I.E.I. N° 1637 “Chalan” del distrito de Conchucos provincia de Pallasca - Ancash, 2016*, donde se plantea como objetivo determinar si los talleres de hábitos de higiene personal basados en el enfoque socio cognitivo para el cuidado de la salud en niños y niñas de 4 años, como parte de la metodología considera que un tipo de investigación explicativo, con una muestra de 15 niños de 4 años, utilizando la observación como técnica y la lista de cotejo como instrumento. Los resultados señalan que para el pre test muestran que el nivel de cuidado de la salud personal en 60% se encuentra en el nivel inicio y para el 40% restante en proceso; mientras que, en el post test, el 80% de los niños y niñas ha alcanzado el logro previsto. Concluye que:

El diseño y aplicación de los talleres sobre hábitos de higiene personal ha podido determinar que el nivel de conocimiento de cuidados de la salud personal como promedio logrado en las quince sesiones se evidencia que el 60% de los niños y niñas han alcanzado el logro previsto, dejando claro que los han incrementado sus habilidades necesarias que les conlleve a un adecuado cuidado de su salud personal. Los resultados de la evaluación respecto al nivel de cuidado de la salud personal en los niños través del post test, evidencian que el 80% de los niños y

niñas han alcanzado el logro previsto, datos que son una muestra de que los niños y niñas antes de la ejecución de los talleres de hábitos de higiene han alcanzado el desarrollo de habilidades necesarias para un adecuado cuidado de su salud personal (p. 103).

Vizconde (2018), presentó la investigación titulada *Los juegos lúdicos para mejorar el aprendizaje de los niños de 4 años en el área de matemática de la I.E. Niño Jesús De Praga N° 1538 distrito de Huarmey -Ancash-2016*, cuyo objetivo del estudio ha sido determinar la influencia de la aplicación del programa de juegos lúdicos en el aprendizaje en el área de matemática, en la metodología asumió un tipo de investigación explicativa, con un diseño pre experimental en una muestra de 18 niños de 4 años de la I.E. Niño Jesús de Praga, asume como técnica la observación y como instrumentos la lista de cotejo. En sus resultados señala que a través de la prueba  $t = -5.6 < 1.771$ , se identificó una diferencia significativa en el logro de aprendizaje obtenidos en el Pre Test y Post Test. Concluye que:

El 14.3% de los niños tienen un nivel de logro de aprendizaje logro previsto, es decir A; un 28.6% de los niños tienen un nivel de logro de aprendizaje B, es decir en proceso y un 57.1% de los niños tienen un nivel de logro de aprendizaje C, es decir en inicio y que mediante la aplicación de los juegos Lúdicos se demuestra que el aprendizaje de los niños ha mejorado, evidenciándose en el (Post – Test), con un 85.7% en el nivel de Logro Previsto (p. 98).

#### Referencias Nacionales

Salvador (2015), en la tesis titulada *Influencia del programa preventivo promocional en salud escolar y el desarrollo de capacidades en higiene personal*

*en estudiantes*, en la ciudad de Lima, considero como objetivo determinar la influencia del programa preventivo en estudiantes del primer grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 1211 José María Arguedas, Santa Anita, 2013, realizó un estudio cuantitativo, de tipo cuasi experimental, de corte transversal, prospectivo. Los resultados obtenidos fueron que el nivel de conocimiento era bueno en 32%, regular 64% y deficiente 4% y en lo que respecta a prácticas de higiene fue bueno con 4%, regular 53% y deficiente 43% Los resultados de la investigación concluyen que

El programa preventivo promocional de salud escolar influye positivamente en el desarrollo de capacidades de los estudiantes del primer grado de educación primaria. El investigador recomienda que se debe capacitar a los docentes a fin que puedan adquirir conocimientos respecto al cuidado de la salud y que los niños puedan mejorar sus prácticas de higiene (p. 98).

Egoavil y Yataco (2017), desarrollaron la tesis titulada *Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 - 4 años que asisten a la I.E. "Mi Futuro" - Puente Piedra – 2017*, en la ciudad de Lima, donde asumieron como objetivo el determinar los hábitos alimentarios, el crecimiento y desarrollo de niños de 3 a 4 años, en la cual emplean un estudio descriptivo de corte transversal, la población estuvo conformada por 48 preescolares. Para la evaluación de los hábitos alimentarios, el instrumento de recolección de datos fue un cuestionario elaborado por las investigadoras denominado "frecuencia de consumo de alimentos", la cual fue completada por la madre, donde se describe el consumo alimentario semanal del preescolar. En sus resultados en relación a los hábitos alimentarios los preescolares presentaron como frecuencia de consumo el grupo de cereales y

carbohidratos, siendo predominante de 4 a 6 veces por semana (79%); en el grupo de frutas y verduras, de 4 a 6 veces por semana (88%); en el grupo de carnes, pescados y huevos, de 4 a 6 veces por semana (71%); en el grupo de lácteos y derivados, de 4 a 6 veces por semana (48%); y por último en el grupo de azúcares y grasas, de 1 a 3 veces por semana (54%). Concluyen que

Los preescolares presentaron con mayor frecuencia de consumo al grupo de frutas y verduras; y con menor frecuencia al grupo de azúcares y grasas. Con respecto al crecimiento presentaron un importante porcentaje con sobrepeso al igual que la variable desarrollo con un significativo porcentaje de riesgo y retraso en las tres áreas evaluadas (p. 112).

Silva (2017), presentó la investigación *Programa de Escuelas promotoras de salud en los hábitos saludables de la institución educativa N° 7098 Rodrigo Lara Bonilla-Lurín. Lima, 2017*, en la ciudad de Lima, estudio en el cual asume como objetivo el determinar el efecto del programa de escuelas promotoras de salud en los hábitos saludables en los estudiantes del 6to Grado de primaria de una entidad estatal, en su metodología considera un enfoque cuantitativo, aplicó un diseño pre-experimental. La muestra fue no probabilística constituida por los alumnos del sexto grado de primaria, a quienes se aplicó un cuestionario de hábitos saludables de 22 ítems. Los resultados concluyen que

Los alumnos presentaron mejores hábitos saludables después de haber participado del programa Escuelas Promotoras de Salud: el 100% de los alumnos presentó un nivel adecuado de hábitos saludables en el post test, frente al 51% que en el pretest evidenció un nivel inadecuado de estos hábitos (p. 93).



## Referencias internacionales

Bustamante (2014), presentó la tesis denominada *Promoción de hábitos saludables para la prevención de la obesidad infantil*, en la ciudad de Salamanca, España; asumiendo como objetivo el promover hábitos que favorezcan un estilo de vida saludable en la comunidad escolar, metodológicamente asumió un diseño cuasi experimental, con un diseño pretest-postest con grupo de control. Con una muestra de los 842 alumnos que participaron en la investigación, 382 eran niñas y 460 niños aplicándose el instrumento el cuestionario denominado “Hábitos alimentarios de la población escolar” a niños de primero a cuarto grado de educación primaria. Los resultados de IMC normal fueron de 51.3%, el 23.6% de sobrepeso y 16.4% de obesidad en el post test. En relación a los resultados a las variables antropométricas y el estudio nutricional apreció un incremento natural en las escuelas experimentadas. Concluye el autor indicando que:

Si pretendemos disminuir la prevalencia de obesidad infantil es importante atender el área de las cooperativas escolares. Es incongruente realizar ejercicios para fomentar la alimentación saludable mientras en las escuelas se venden productos ricos en calorías vacías; la escuela es un espacio óptimo para desarrollar programas dirigidos a la promoción de conductas saludables, que deben utilizarse de manera responsable, proveyendo alimentos nutritivos para su consumo; la escuela es la plataforma apropiada para generar propuestas dirigidas a crear una cultura saludable en los escolares y en la comunidad escolar. En este contexto los alumnos pueden aprender, desde edades muy tempranas, a elegir sus alimentos, a responsabilizarse de forma gradual de su salud, y a detectar las conductas que ponen en riesgo su salud (p. 105).

Morales y Bohorquez (2015), presentaron la investigación titulada *Estrategia didáctica para la enseñanza-aprendizaje de hábitos de vida saludable con niños de transición de la IED Nueva Constitución*, en la ciudad de Bogotá, Colombia; en la cual consideró como objetivo el implementar una estrategia didáctica facilitadora de la enseñanza - aprendizaje de hábitos de vida saludable en niños de transición del IED Nueva Constitución. Metodológicamente consideró un enfoque cualitativo, con un tipo de investigación acción participante, en una muestra de 73 Estudiantes del grado 0° (transición o preescolar), empleando la encuesta para recoger la información necesaria en el estudio. Concluye que

Los niños de preescolar manifiestan el deseo y la motivación por realizar actividad física (AF), sin embargo, presentan un déficit en las prácticas saludables de AF, pues emplean la mayor parte del día en actividades pasivas como realizar sus deberes académicos en el hogar y la escuela o usando dispositivos tecnológicos como la tv., videojuegos, tablets y ordenadores, entre otros, aun cuando a esta edad se encuentran en un momento psicosocial y biológicamente predispuesto al movimiento y a la exploración de su medio. en el hogar, la falta de tiempo por parte de los padres y la falta de espacio en sus viviendas (esto de acuerdo a las entrevistas verbales con los padres). En la escuela, la falta de conocimiento en expresión corporal, desarrollo motor, didáctica y lúdica de la educación física por parte de las docentes (esto de acuerdo a las entrevistas verbales con las docentes titulares), las docentes afirmaron haber perdido el interés y la motivación de trabajar lo físico en los niños y centrarse solo en los procesos de lectoescritura y matemáticas, a pesar de contar con el espacio y los recursos físicos necesarios para trabajar lo físico en la población preescolar (p. 109).

Gay (2016), presentó la investigación *Promoción de hábitos alimenticios saludables en una clase de segundo de primaria*, en la ciudad de La Rioja, España, teniendo como objetivo el fundamentar la importancia de la creación de ambientes saludables, tanto dentro del contexto escolar como dentro del familiar; y diseñar e implementar un proyecto de promoción de los hábitos de alimentación saludable; considero una metodología operativa y significativa basada en la experiencia y en la participación activa. A partir de actividades estimulantes, lúdicas y relacionadas con su entorno, el alumno como protagonista aprenderá a aprender de manera reflexiva, significativa y autónoma. Concluye que:

Se ha demostrado y justificado, a través de una considerable revisión bibliográfica sobre ese tema, la importancia de crear desde edades tempranas unas rutinas en la vida del infante que le permitan adquirir hábitos de vida saludables; los malos hábitos son los principales responsables de graves enfermedades crónicas. Por todo ello, se hace necesario e imprescindible establecer un plan de trabajo en el ámbito escolar, proyecto en el que la familia, los docentes y los niños puedan trabajar conjuntamente (p. 132)

Pedrerros (2018), presentó la tesis *Unidades Didácticas en Educación Física para la Promoción de Hábitos de Vida Saludable en Estudiantes de Grado Sexto del Colegio Ciudadela Educativa de Bosa J.T*, en la ciudad de Bogota, Colombia, se planteó como objetivo promover estilos de vida saludable a través de la implementación de unidades didácticas; bajo un enfoque cualitativa descriptiva, fundamentada en la investigación-acción educativa, donde la muestra fueron 38 estudiantes empleando la técnica de observación y registro en el diario de campo. Concluye que:

Los colegios tomen parte responsable en las acciones de promoción e implantación de hábitos de vida saludables, con el fin de implantar un currículo de educación física, que promueva clases activas de la promoción en salud y de esa manera generar un impacto real y medible en las prácticas físicas de la comunidad. Esto recurriendo a la enseñanza a los niños de la importancia de una alimentación balanceada desde el colegio. En relación a la promoción de la actividad física dentro del colegio y en horas extra escolares se debe crear programas deportivos que promuevan estilos de vida saludable estos podrían ser: escuelas deportivas, eventos deportivos y recreativos y jornadas saludables (p. 91).

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Hábitos saludables**

#### **2.2.1.1. Teoría de Maslow “Motivación humana”**

Maslow (citado por Chapman, 2014, p. 65), propone su "teoría de la motivación humana", la misma que comprende cinco clasificaciones de necesidades: fisiológicas, de seguridad, amor y pertenencia, respeto y autoconocimiento; de cuya categorización se puede señalar que las fisiológicas se ubican en un primer orden, como necesidades que aluden al quehacer de la persona; es en este grupo de necesidades donde se ubica la variable hábitos saludables, como necesidad base para poder construir los aprendizajes de los niños contribuyendo así con su formación integral.

La siguiente figura, es la muestra grafica de la propuesta por Maslow presentada como una pirámide:

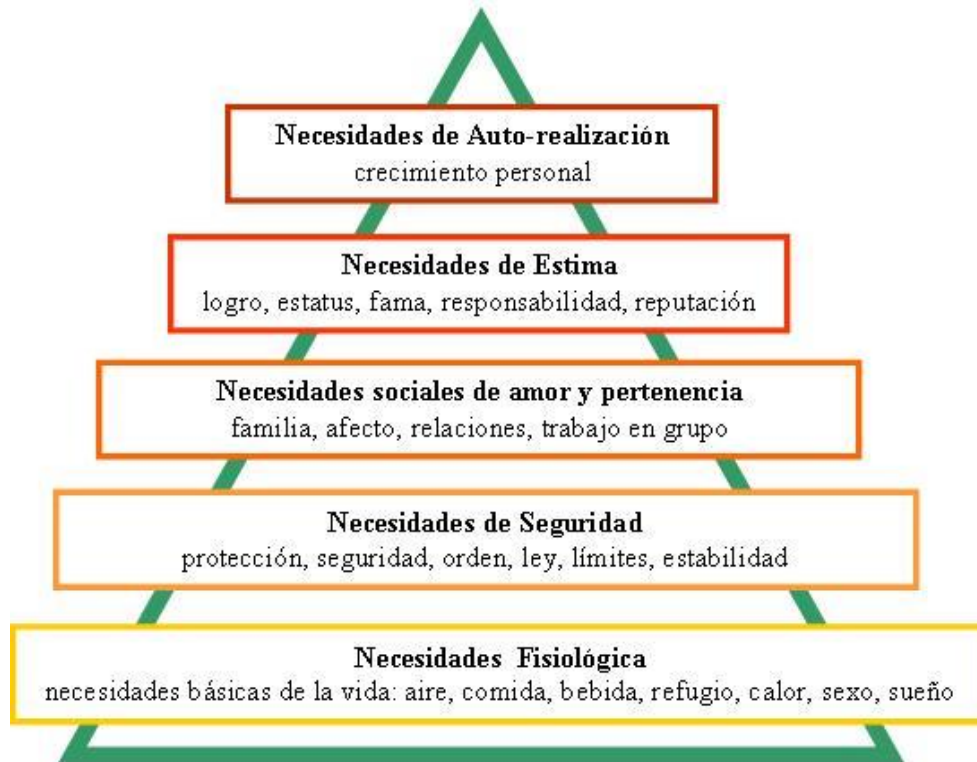


Figura tomada de Chapman (2014, p. 62).

De la representación gráfica de la figura se puede señalar que las Necesidades fisiológicas, de origen natural dispuestas para la supervivencia del ser humano; consideran necesidades esenciales e incorporan: inhalar, tomar agua, descansar, comer bien, sexualidad.

Mientras que, las Necesidades de seguridad, aparecen en el momento que las fisiológicas se cumplen en gran medida, se eleva un paso más de los requisitos situados en búsqueda de la seguridad individual, la solicitud, la constancia y la seguridad. Se encuentran: seguridad física, trabajo, salario y activos, familia, bienestar y en contra de la maldad de la propiedad individual.

Por su parte las Necesidades de amor, afecto y pertenencia, aparecen en cuando las anteriores necesidades se cumplen medianamente, el tipo de requisitos que lo acompañan contienen amor y tener un lugar o asociarse a un grupo social

específico y están situados para vencer aquellos sentimientos de abandono y extrañamiento. Estos requisitos surgen incesantemente cuando la persona demuestra un anhelo de compromiso de pareja, tener familia, ser un individuo de una congregación o formar parte de alguna agrupación.

Para el caso de las Necesidades de estimación, estas aparecen cuando las tres clases iniciales de necesidades se cumplen razonablemente, emergen supuestas necesidades de respeto, dispuestas a confiar en los demás, el reconocimiento del individuo, el logro específico y la consideración hacia los demás; al cumplir estos requisitos, se puede sentir seguridad de sí mismo e importante dentro del público en general; cuando estos requisitos no se cumplen, las personas se sienten mediocres e inútiles. En esta necesidad específica, Maslow planteó dos requisitos de consideración: uno de segunda categoría que incorpora la consideración por los demás, el requisito de estatus, popularidad, magnificencia, reconocimiento, consideración, notoriedad y orgullo; y otro frecuente, que decide el requisito de dignidad, incluidas las emociones, por ejemplo, la certeza, la capacidad, el logro, el dominio, la autonomía y la flexibilidad.

Finalmente, en la cumbre de la pirámide se ubican las Necesidades de autorrealización, que son las de mayor asombro y se encuentran en el punto alto del orden establecido; Maslow describe al autoconocimiento como querer ser y hacer lo que el individuo "estaba destinado a hacer", es decir, es la satisfacción del potencial individual a través de una acción particular; en esta línea, un hombre propulsado por la música debe hacer música, un artesano debe pintar y un escritor debe componer.

### **2.2.1.2. Concepto de Hábitos saludables**

En palabras de López (2016, p. 34), los hábitos saludables son todas aquellas conductas o comportamientos asumidos como propios y que actúan de manera positiva en la persona. teniendo en cuenta el objetivo final de adquirir estas prácticas constructivas, se deben detectar los hábitos a ser incluidas en la vida del individuo, lo esencial es que den un compromiso positivo con el bienestar de la persona.

Uno de los principales obstáculos para asegurar la adquisición de un nuevo hábito saludable es la adaptación, pues al principio podría ser complejo a la luz del hecho, pretender cambiar toda una rutina; sin embargo, una vez que comience a ver las ventajas médicas de estas prácticas, terminarán siendo un hábito sin que el individuo se dé cuenta (López, 2016, p. 67). Otro factor vital es el momento en que podrán evidenciarse las ventajas de los hábitos, va a depender en gran medida de la satisfacción personal que el individuo tenga de antemano, en cualquier caso, comienzas a ver el cambio cuando cosas pesimistas o situaciones de desagrado vayan desapareciendo de la rutina diaria.

### **2.2.1.3. Hábitos saludables en niños**

Teniendo en cuenta los documentos analizados, los hábitos saludables para niños son producto de la educación recibida por sus padres, por lo que en medio de su desarrollo aprecian un gran bienestar. Estos hábitos se componen de una buena limpieza oral, limpieza individual y de la casa, comer con precisión, dormir temprano y relacionarse con otros niños (López, 2016, p. 45).

Como debería ser obvio, de acuerdo con su desarrollo las situaciones rutinarias que atraviesan van cambiando de horarios, el niño debe aprender poco a poco a desarrollar grandes hábitos saludables durante toda su vida. Con toda probabilidad, a algunos les cuesta más que a otros tomar estos hábitos; sin embargo, con un poco de tolerancia y haciéndolo de una forma divertida, el niño se sentirá bien, hará los ejercicios propuestos y alcanzará las mejoras deseadas en la práctica de hábitos saludables que nos propongamos enseñarles (López, 2016, p. 67). Con frecuencia, cuando los niños ven a un adulto realizar hábitos saludables todos los días con ellos, será menos exigente; pues podrán irlos incorporando como parte de sus rutinas familiares o escolares según sea el adulto del cual modelen la conducta deseada.

#### **2.2.1.4. Hábitos de higiene personal**

Teniendo como fundamento teórico la bibliografía revisada, los hábitos de higiene personal, vienen a ser pautas o reglas de conducta que se practican espontáneamente como todo hábito y que esta destinadas a promover y mantener la salud. Los hábitos de higiene en los niños son muy distintos en los países y culturas, ya que dependen en gran medida de las formas de vida (urbana o rustico, por ejemplo) y sobre todo el nivel social y los recursos económicos (López, 2016, p.79).

Asimismo, es crucial considerar la limpieza individual para cada persona. Esa es la razón por la que debe ajustarse a las normas particulares para ejecutar los hábitos de limpieza y de alimentación individual teniendo en cuenta el objetivo final para salvar el bienestar. Los objetos de higiene para la limpieza individual son: limpiador, toalla, pañuelo, cepillo, pasta de zapatos, etc.



Para desarrollar hábitos saludables consistentes, debemos bañarnos si es posible día a día. Para la ducha, se debe utilizar un limpiador suave. La toalla y las diferentes cosas utilizadas como parte del baño deben ser personales. Deberíamos secarnos bien e idealmente, echarnos un poco de colonia después del lavado, en ese punto puede utilizar un poco de talco, con excepción cuando la piel es seca.

Hay que asumir, que la ducha se puede tomar en una tina o batea, pero, es más inteligente tomarla como una ducha de lluvia, pues el agua corre y se lleva consigo los microbios que pudieran haberse acumulado en el cuerpo. Lo que dicen los especialistas al retratar a un niño que estaba lavándose en el baño es: "un niño que se esfuerza por ser más limpio y es más limpio en agua que resulta progresivamente desordenada" (López, 2016, p.112), es decir el agua que corre y no esta estancada es mas limpia.

#### **2.2.1.5. Normas de higiene personal**

Para el caso del aseo personal del niño, se debe seguir ciertos estándares de limpieza individual y del ambiente para mantener un gran bienestar, entre ellos podemos especificar:

- Bañarse todos los días con mucha agua.
- Lavar sus manos empleando jabón líquido previo a la cena e inmediatamente de hacer uso del baño.
- La ropa tiene que estar en todo momento limpia.
- Lavar sus dientes empleando el cepillo de dientes y crema dental, posteriormente a cada comida y al irse a dormir.

- Limpiar las cosas de limpieza, por ejemplo, toallas, cepillos de baño y cepillos dental, impecables y en un lugar apropiado.
- Las copas, vajillas y los cubiertos que se utilicen se debe lavar todo el tiempo.

#### **a) Higiene buco-dental**

Es de amplio conocimiento que el daño más continuo de los dientes es la caries, es un procedimiento ruinoso de la capa y dentina, que se descomponen y desmenuzan por organismos microscópicos corrosivos. El cuidado esencial requerido por los dientes para evitar la podredumbre dental es el aseo continuo.

Lo imperativo es el aseo manual empleando un cepillo y el agua perfectamente sincronizados, de modo que eviten quedarse con espacios sin limpiar (López, 2016, p. 91).

Asimismo, hay que indicar que los dientes son una pieza esencial de nuestro cuerpo y desempeñan tareas importantes en nuestra alimentación como cortar, rasgar, aplastar. Los dientes se identifican por sus agrupaciones en incisivo, canino, premolar y molar, cada uno de ellos tiene parte esencial para una alimentación satisfactoria y sana. Entre las enfermedades más reconocidas de los dientes se encuentran las caries, que son causadas por la ausencia de una limpieza oral adecuada. Las caries son un paso hacia enfermedades mucho más peligrosas, cuando ocurren deben ser atendidas rápidamente por el odontólogo para abstenerse de extraer el diente como resultado de su mal estado. Un diente dañado también puede causar un tormento grave influyente en la labor diaria de las personas de acuerdo a sus quehaceres. Para mantener los dientes saludables, se prescribe:

- Cepille los dientes con eficacia después de cada comida, al levantarse y antes de descansar.
- Limpiar los dientes utilizando la estrategia general, para la cual se coloca el cepillo hacia arriba, apretando delicadamente hasta el punto en que los enjambres del cepillo se bajan, lo que permitirá la eliminación de las acumulaciones de los alimentos adheridos a los dientes.
- Use hilo dental para evacuar los restos de alimento entre los dientes.
- No consuma postres o golosinas entre las comidas.
- Visitar al especialista dental periódicamente, de dos (2) a tres (3) veces cada año.
- Aplique enjuague de fluoruro ocasionalmente, para lo cual debe visitar al odontólogo.

## **b) Higiene de la piel**

La piel es considerada parte esencial del bienestar y la presentación personal en el sujeto y su forma más ideal de cuidarse es a través de la limpieza. Con el objetivo de que la piel pueda desarrollar sus diversas capacidades, es importante mantenerla en una condición ideal de limpieza, y entre otros métodos excepcionales para eliminar la contaminación de la piel está permitiendo que la transpiración se escape, ya que elimina sustancias dañinas; de esta manera, la limpieza constante es vital (López, 2016, p. 110).

En este caso, la ausencia de medidas de limpieza corporal puede ser la razón

de dolencias, por ejemplo, sarna, micosis y crecimientos, entre otros. Los diferentes microorganismos que atacan la piel se mantienen en su mayor parte en las axilas, las entrepiernas, entre los muslos y las diferentes zonas del cuerpo donde hay humedad. Para mantenerse alejado de enfermedades de la piel, se prescribe:

- Báñese día a día, utilizando una gran cantidad de jabón.
- Seque todas las partes del cuerpo por completo después de la ducha.
- Cambiar calzoncillos, camisas y otras prendas que estén en contacto directo con la piel todos los días.
- Lave las prendas íntimas de toda la familia con jabón blanco.
- Lávese el cabello de vez en cuando con champú medicados.
- Mantenga las uñas limpias y cortas.
- Seque las orejas con precisión, sin introducir objetos durante su limpieza.
- Vaya, si surge una enfermedad, a la posta medica más cercana.
- Evite automedicarse.
- Los órganos de transpiración que se diseminan a través de la piel pueden percibir la angustia, tensión o sentimientos enérgicos, por lo que se recomienda lavar completamente las regiones de la piel más sudorosa, séquelas, utilice antitranspirantes no irritantes y polvos para bebés para mantenerlos secos.
- Mantenga sus pies calientes y agradables.

### **c) Higiene de las manos**

Otro de las partes importantes de nuestro cuerpo son las manos, el lavado de éstas, está recomendado hacerlo empleando jabón y cepillo en las uñas. La limpieza de las manos es más que un método básico para la limpieza, sino también una barrera adecuada contra las contaminaciones que pueden influir en nuestro cuerpo debido a la falta de limpieza.

Las manos deben limpiarse siempre, a la luz del hecho de que con ellas tocamos numerosos objetos; llevamos los alimentos a la boca, saludamos y nos permiten estar en contacto con la naturaleza. Asimismo, pueden ser transmisores de microorganismos que dañen el cuerpo. Por lo tanto, debemos lavar nuestras manos anteriormente a cada comida y después de utilizar el baño. Tenga en cuenta, que la mayoría de los jabones ejecutan o impiden el desarrollo de la mayoría de los gérmenes que causan enfermedades (López, 2016, p.98).

### **d) Higiene en el cabello**

Resulta prudente el lavado del cabello mínimo en dos ocasiones a la semana. Hay situaciones en las que se requieren el aseo con mayor regular. Lo esencial es mantener el cabello generalmente muy limpio y peinado. Los peines de cabello deben lavarse con la misma asiduidad que con los champús actuales, de mejor tratamiento que los jabones, puede lavarse el cabello con frecuencia dentro de la semana, inclusive cada día (López, 2016, p. 92).

### **e) Higiene del vestido**

Sobre el caso, valdría la pena lavarse y ponerse prendas que no son perfectas, así que tenga en cuenta que debe ponerse algo más.

Podría suceder que una parte de nuestros compañeros diga que allí no tienen una cantidad tan importante de vestidos para cambiar cada vez que se bañan. Sin embargo, esto no es un problema ya que incluso podemos tener quizás un par de vestidos e incluso nuestras prendas están zurcidas, sin que esto implique que dejemos de ser perfectos. No debemos pasar por alto que una prenda sin mancha, independientemente de si viste prendas pobres y fijas, parece ser excelente y demuestra ser amable.

#### **2.2.1.6. Hábitos alimenticios**

Según Calvo y Gómez (2015, p. 62), los hábitos alimenticios son la elección y decisión de la cantidad, calidad y tipo de planificación del alimento consumido por una persona, como reacción a sus gustos, acceso a la alimentación, convenciones familiares y socioculturales.

En esta edad, el niño debe comenzar a obtener información sobre el alimento y la nutrición que le permita desarrollar la capacidad de establecer opciones adecuadas (Holli y Beto, 2018, p. 53).

Es decir "El alimento consiste en obtener, planificar e ingerir la nutrición que el ser vivo necesita según la acción, la edad y el estado fisiológico" (Salas, 2014, p. 195).

##### **a) La higiene de los alimentos:**

De acuerdo con los planteamientos de Behold y Deen (2018, p. 46), la limpieza de los alimentos como acciones rutinarias, deben estar disponibles a lo largo de todo el proceso de nutrición teniendo en cuenta un objetivo final específico para garantizar su solidez. La alimentación debe experimentar una progresión de etapas en su tratamiento para garantizar la seguridad e impedir la transmisión de enfermedades, incluyendo para ello acciones como:

- Consuma los alimentos con las manos limpias y las uñas recortadas.
- Limpie los utensilios, las ollas, depósitos y el equipo de corte después de lavar los alimentos crudos (carnes, pescado y huevos) y antes de utilizarlos para diferentes propósitos.
- Lave a fondo las verduras y los productos naturales en agua limpia.
- Mantenga la nutrición asegurada.
- Los alimentos manejados en frío no deben estar a temperatura ambiente durante un tiempo prolongado y se recomienda una pronta utilización.
- No mezcle los alimentos frescos con los alimentos que se tenga de varios días.

**b) Higiene en utensilios para la preparación de alimentos**

Las tazas, los platos, las cucharas, las ollas y todo lo que se utiliza para preparar los alimentos o alimentar al niño deben mantenerse limpios de manera confiable. Después que han sido usados por los niños, deben lavarse con mucha agua y limpiador (Furnes y Láquis, 2016, p. 45).

Es importante mantener la limpieza de las oficinas, el hardware y los materiales para preparar los alimentos en el hogar, la escuela y las instituciones, para esto se recomienda:

- Lave los utensilios con detergente de cocina y agua cada vez que los use y guárdelos en lugares seguros y alejados de los insectos, roedores y sobre todo ordenados.
- Aquellos que son empleados para la preparación de la comida deben ser lavados anteriormente a ser utilizados una vez más.
- Los materiales de cocina se deben mantener perfectos y se les debe dar solo un uso particular.

### **c) La alimentación y la salud:**

Con referencia al tema en cuestión, hay que indicar que el bienestar personal se basa en numerosos componentes, por ejemplo, consumen menos calorías, limpieza y actividades, de las cuales la nutrición es una de las más destacadas. Numerosas personas no saben cómo elegir alimentos nutritivos, algunas tienen sobrepeso debido a patrones alimentarios inadecuados.

Muy por el contrario, una mala alimentación, tiene alguna conexión con una gran cantidad de dolencias como: diabetes, fragilidad y podredumbre dental. Hay numerosos jóvenes que comen inadecuadamente en cantidad y calidad por lo que experimentan los efectos nocivos de la falta de alimento saludable y comen lo que les gusta, sin entusiasmo por mejorar su rutina de alimentación.

Las condiciones de bienestar y prosperidad dependen en gran medida de la nutrición que los sujetos tengan durante toda su vida. La alimentación tiene una parte imperativa en lo físico y muy probablemente en la mejora mística y desempeño académico de los niños (Doyle, citado en Cresta, 2016).

#### **2.2.1.7. Educación para la Salud y Promoción de la Salud**

Con relación al tema de la Educación de la salud, está ligada a la educación del bienestar en un grupo particular para lograr un cambio positivo en algunos casos particulares. En esta línea, se espera que se forme una conciencia de las expectativas de los demás sobre el propio bienestar de cada persona. Para comprender mejor su importancia, su campo de trabajo y su efecto sobre la ciudadanía, se presentan las siguientes definiciones:

La Organización Mundial de la Salud (2018), caracteriza a la Educación para



la Salud como "ejercicios que fortalecen a la población, saber cómo mantenerse sano, hacer lo que está en su capacidad exclusiva y todo lo que propicie bienestar personal y buscar ayuda cuando lo requieren" (p.46).

Dentro de la misma línea, para Hernández (2016), la Educación para la Salud es "un procedimiento proactivo para capturar diseños identificados con el mantenimiento y la evolución del bienestar. Este procedimiento tendrá tendencia a generar hábitos que impulsen prácticas identificadas con modos de vida saludables" (p.30). En esta definición, se hace referencia a la importancia de los diseños de aprendizaje que mantienen un estado de resonancia individual, y esto provoca la formación de hábitos que buscan tener una existencia sólida. En cualquier caso, debe asumirse como una prioridad principal que los individuos a partir de ahora tienen hábitos indeseables aprendidos y transformarlos no es una tarea simple.

Mientras que, Fainsod y Busca (2016, p. 37), comentan sobre Educación para la salud como "un procedimiento ponderado de correspondencia e instrucción para enfocarse en la obtención y fortalecimiento de buenas prácticas y formas de vida, apoyar decisiones positivas para el bienestar y promover cambios en prácticas indeseables o inseguras que afectan la vida".

#### **2.2.1.8. Educación para la Salud en el ámbito educativo**

De otra parte, están las instituciones educativas como escenario que, por sus cualidades, promueven la Promoción de la Salud, en la escuela a la que los niños llegan desde temprana edad, se aprovecha cada oportunidad de trabajo en beneficio del bienestar de los educandos. Además, se sugiere el trabajo con

equipos pares, lo que fomenta el reconocimiento y el aprendizaje de prácticas sólidas (Fainsod y Busca, 2016 p. 72).

Por otra parte, Muñoz (2018) especifica que, desde un punto de vista instructivo, la Promoción de la Salud influye en las formas de aprendizaje. En el campo psicológico, los estudiantes deben analizar y pensar en los datos que obtienen teniendo en cuenta el objetivo final para hacerlo razonable en la vida cotidiana. En el campo emocional, mediante la evolución de las convicciones, los estados de ánimo y las cualidades de las personas y los ciudadanos cuando todo está dicho y hecho. Además, en el campo psicomotor, al crear actividades que respaldan el bienestar individual o del grupo de estudio.

## **2.2.2. Talleres lúdicos**

### **2.2.2.1. Teoría del juego de Piaget**

Para Piaget (2015, p. 56), las diferentes formas que el juego adopta a lo largo del desarrollo de la niñez es un resultado inmediato de los cambios sufridos durante ese tiempo por las estructuras cognitivas del sujeto.

De las dos partes (asimilación y acomodamiento) que existen en la adaptación al mundo real, para Piaget (2015, p. 63), el juego es el paradigma de la adaptación: antes de ensamblar estructuras estables con las que se adapta a al medio de manera convincente, el niño se balancea entre acomodaciones que lo impulsan a reorganizar sus estándares de conducta personal basándose en el peso del mundo exterior. En la actualidad, cuando el niño se adapta, expone varios objetos a ejemplos similares de conducta, los esquemas motores se inclinan y apoyan su comprensión en cualquier objeto que esté dentro del alcance. Al ejercitarlos libremente de las propiedades particulares de cada

elemento, el niño deforma la realidad para beneficiar a su organización interna. La función de este juego de actividades es combinar los esquemas motores y sus coordinaciones, a medida que éstos se obtienen.

Los cambios experimentados por las estructuras cognitivas del niño, también se reflejan en el tipo de juego. Según lo indicado por Piaget (2015, p. 68), el juego se pueden agrupar de acuerdo con los periodos de desarrollo cognitivo:

- a) **Juego de ejercicio** (sensorial y motriz). Su etapa es hasta los dos años aproximadamente. Suelen centrarse en su propio cuerpo y en las sensaciones que le producen. Jugando a través de la vista, olfato, tacto, oído y el movimiento se conoce a sí mismo y establece diferencias respecto a otras personas y objetos.
- b) **Juego simbólico**. Centran la atención en aquello que le rodea, representando un objeto, acción o escena. Mediante los cuales, los niños consiguen convertirse en “sociables” dando solución a conflictos internos y contribuye con la buena aceptación de mismos. Es característico en niños en edades de 2 a 4 años.
- c) **Juego de reglas**. Otorga al niño la oportunidad de poder iniciar el desarrollo de su pensamiento lógico y estratégico. Es propio de los niños en edades de 5 a 6 años.

#### **2.2.2.2. Definiciones de Talleres lúdicos**

Los autores Chiva y Martí (2016, p. 72), afirman que un taller es un espacio de trabajo en grupo en el que se realiza un proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene como objetivo el iniciar al estudiante en una enseñanza de carácter tutorial bajo la idea de "aprender haciendo". Asimismo, se refiere al taller

pedagógico como una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos.

Bajo esa concepción, surge la propuesta de propiciar un espacio pedagógico con un enfoque lúdico, donde el estudiante fortalezca el desarrollo de su autoestima como parte de su desarrollo integral. El taller “lúdico”, (denominación tomada de los enfoques y juegos que se emplearán en la presente investigación), se desarrollará mediante sesiones cuyas actividades estarán enmarcadas en el desarrollo de la programación docente de aula (unidades y sesiones), teniendo como base el desarrollo del juego que por la edad de la muestra se desarrollan juego de ficción.

Lo descrito en el párrafo anterior, permite afirmar que el taller “lúdico” resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar su habilidad y capacidad que permita al estudiante el incremento de hábitos saludables que se reflejen en sus logros de aprendizaje.

### **2.2.2.3. Actividades lúdicas**

En el caso del tema: actividad lúdica, “es una expresión cultural humana muy antigua”, tal como lo expresa Ventosa (2017, p. 132); por ello, es una opción a tomar en cuenta cuando se planifican estrategias de enseñanza en la educación formal.

Uno de los aspectos que favorece el desarrollo intelectual de los estudiantes es la actividad creadora que se ubica en realidades novedosas y plenas de sentido, ya que es concebida como libre y desinteresada (Boz de Buzek, 2017). Tal como destaca Pinto (2017, p. 108), “en los juegos participan una o más personas, poseen reglas fijas las cuales establecen los objetivos o metas y los

jugadores deben ser capaces de elegir sus propios actos y acciones para lograr los objetivos". Es por ello, que, al someter a los estudiantes ante un entretenimiento con ciertas normas preestablecidas, se favorece el ordenamiento de ideas de conocimientos previos asociados al tópico seleccionado. En particular, en lo que respecta al aprendizaje matemático, los niveles de abstracción se ven favorecidos con actividades que refuerzan ese aprendizaje.

#### **2.2.2.4. El juego**

El autor Huizinga mencionado en Ventosa (2017, p. 48), señala al juego como la "Acción u ocupación voluntaria, que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas; acción que tiene un fin en sí mismo y está acompañada de un sentimiento de tensión y alegría"

Por su parte, Pinto (2017,p. 135) define "el juego como ejercicio recreativo sometido a reglas, y en el cual se gana o se pierde". Ventosa (2017) resalta que, al juego, se le pueden asociar tres características fundamentales:

- 1. Carácter lúdico.** Se utiliza como diversión y disfrute sin anticipar que debe dar una utilidad rápida o ejercer una capacidad ética. El término acción amante de la diversión se caracteriza por Boz de Buzek (2017) dentro de los elementos del juego, construyendo que se pone en marcha habilidades esenciales que empoderan la producción de diferentes regiones de juego en todos los aspectos de la empresa humana.
- 2. Presencia de reglas propias.** Sujeto a las reglas adecuadas que deben ser claras, y directas, reconocidas sin reservas por los miembros y obligatorias para todos.

Donde pueden diferir según los contendientes.

3. **Carácter competitivo.** Prueba individual de ganar a los rivales y lograr los objetivos establecidos, ya sea de forma independiente o general.

#### 2.2.2.5. Tipos de juegos.

Según lo indicado por la conducta lúdica mostrada y siguiendo las metodologías de Piaget (2015), los juegos pueden ordenarse en:

##### a) **juego de función**

Estos juegos se dan después del nacimiento e incluso anteriormente, sobre la base de que se demuestra que las patadas fetales en el vientre tienen un significado indispensable para dar tono muscular al futuro niño. Estos juegos se identifican porque ayudan en la adquisición de ciertas capacidades visomotoras (coordinación óculo-manual, que se debe a los efectos conjugados entre la maduración y el ejercicio) y un control preciso de sus músculos; es decir, por puro placer funcional obteniendo el placer a partir del dominio de las capacidades motoras y de experimentar en el mundo del tacto, la vista, el sonido, etc.

##### b) **juego de ficción**

El juego es para el niño el refugio en donde se cumplen los deseos de jugar con lo prohibido, de actuar como un adulto. “El juego de ficción desempeña un papel trascendente en el desarrollo del pensamiento, viendo en la situación ficticia del juego una vía o camino de la abstracción” (Piaget, 2015, p. 52).

##### c) **juego de construcción**

Enfatiza en el aspecto mental, asumiendo que el aprendizaje es un proceso de actividad intelectual.

**d) juego de agrupamiento o representación del entorno.**

Con estos juegos los niños y niñas comienzan a conocer todo aquello que le rodea, desde el entorno más inmediato hasta sus compañeros y compañeras de juego. Con la puesta en práctica de los juegos nuevos, el niño y la niña adquieren unos valores totalmente distintos, que propiciarán la autoafirmación y la búsqueda del desarrollo de la personalidad.

Pero también, existen autores como Ventosa (2017); que presenta una clasificación utilizando distintos criterios tales como: el propósito (Stamm, 2018), y la forma o en la estructura del juego (Lapolla, Mucci y Arce, 2017). En tal sentido, los juegos se pueden clasificar en: cooperativos, libres o espontáneos, de reglas o estructurados, de estrategias, de simulación, de estructuras modificables, de uso popular y tradicional. Se tiene los siguientes:

**a) Los juegos de construcción**

Según Stamm (2018, p. 62), “estos tipos de juegos no dependen de las características del juguete, sino de lo que desea hacer con el mismo”. Asimismo, Betancour, Camacho y Gavanis, (2013, p. 78), indican que esta fase de madurez constructiva la irán desarrollando a medida que manipulan diversos materiales (de sencillos a complejos), según la edad del niño y de la habilidad que quieren estimular.

En el mismo caso, Lapolla et al. (2017), amplían un poco más la característica del juego de construcción, al decir que el mismo empieza en el instante en el que el niño, al manipular el material, no se deja influir por la forma como se siente estimulado anímicamente, sino también por la calidad y la naturaleza del

material como tal: Construye, imita los objetos, intenta producir cosas que puedan funcionar. Van der Kooij y Miyjes (2016, p. 72), caracterizan el juego de construcción como "el acto de unir elementos sin sentido para lograr un todo significativo".

**b) Juegos de agrupamiento**

En ellos el niño agrupa, de acuerdo o no con la realidad, objetos significativos (Ama, 2016, p. 91). El niño tiene la oportunidad de seleccionar, combinar y organizar los juguetes que se encuentran en su entorno. Favorece la internalización de diversos términos matemáticos que le serán útiles de por vida.

**c) Los Juegos cooperativos**

Se realizan en grupos en donde se promueve la cooperación e integración con los participantes, estableciendo normas que deben cumplirse. "Este tipo de juego se llama social, ya que sólo se realiza si hay más de dos niños dispuestos a participar" (Stamm, 2018, p. 82). Se incrementa la interrelación de los niños llevándolos a evolucionar su proceso de socialización mediante el compartir y el cooperar en equipo, permitiendo desarrollar experiencias significativas que acrecienten su pensamiento lógico-matemático.

**d) Los Juegos reglados o estructurados**

Se llevan a cabo con reglas establecidas o de obligatorio cumplimiento, se destaca con más fuerza la actividad, la acción es dirigida y orientada por una actitud fundamental. En relación con este tipo de juego, Piaget citado por



Stamm (2018, p. 94), es de la opinión que los juegos con reglas están socialmente adaptados y perduran en la época adulta, sin embargo, demuestran una asimilación más que una adaptación a la realidad. Las reglas de juego legitiman la satisfacción del individuo en el ejercicio sensoriomotor e intelectual y en su victoria sobre los demás, pero no son equivalentes a una adaptación inteligente a la realidad.

**e) Los Juegos de estrategia**

Son considerados como un instrumento importante para la resolución de problemas, ya que ayudan a promover procedimientos mentales; entre las cualidades más notables, tenemos: participan uno o más individuos, tiene reglas fijas que establecerán los objetivos o metas, los jugadores deben elegir sus propias actividades y acciones para lograr los objetivos (Pinto, 2017, p. 46).

**f) Los Juego de estructura adaptable**

Estos tipos de juegos permiten estructurar o mejorar otro juego dependiendo de un juego conocido; el diseño de la nueva estructura infiere la realización de ejercicios en los que se crean enfrentamientos, al igual que una serie de reglas a seguir, al igual que la base del mejor enfoque para ganar. Se tiende a utilizar para construir "una gran variedad de objetivos y contenidos" (Ventosa, 2017, p.53). Este tipo de juego es útil en el campo de la instrucción, ya que permite crear una variedad de recreaciones que dependen de estructuras conocidas, por ejemplo, el domino, las cartas o la lotería.

**2.2.2.6. Contribución de los Juegos Lúdicos en la educación de los niños**

Como lo indican Huiare, Elgier y Clerici (2016, p.87), "el juego es fundamental para que desarrollen sus músculos y ejerciten todas las partes de su cuerpo". Igualmente, funciona como una salida para la vitalidad en exceso, que se acumula, hace que los niños se pongan tensos, ansiosos y molestos. Jugar apropiadamente con los demás requiere que los niños aprendan a hablar con ellos, por lo tanto, necesitan descubrir cómo comprender lo que otros intentan transmitirles.

De igual manera, los mismos autores mencionan que las diversiones útiles colaboran con la extensión de las necesidades y deseos que no pueden satisfacerse de manera agradable de diferentes maneras, a veces se cumplen en los juegos. En este orden de ideas equivalentes, es un impulso para la innovación, ya que al probar diferentes cosas con diversiones, encuentran que hacer algo nuevo y distintivo puede ser de buen gusto.

Debe notarse que, en las recreaciones, los niños encuentran sus capacidades y las contrastan con las de sus compañeros a través de su mejora, y descubren cómo ser sociables; al jugar con otros, los niños descubren cómo construir conexiones sociales, cumplir y resolver los problemas que motivan estas relaciones. Con respecto a los principios morales, a pesar de que los niños aprenden en casa y en la escuela lo que el grupo piensa que es correcto e inexacto, la utilización de normas morales no es tan inflexible como en un grupo de juegos.

De manera similar, se suman al aprendizaje de papeles sexuales adecuados: los niños varones o las mujeres encuentran, en el hogar y en la escuela, cuáles

son los papeles sexuales aprobados. En cualquier caso, entienden de inmediato que deben reconocer, aceptarlos, para convertirse en individuos del grupo de juegos. A partir de su ejecución, se crean atributos de carácter apropiados a través de contactos con los individuos del grupo de amigos; en los juegos, ellos descubren cómo ser útiles, liberales, verdaderos, para tener juegos decente y para ser agradables a otros individuos.

Dentro de esta metodología equivalente, el autor mencionado anteriormente llama la atención sobre las fases en el desarrollo de los ejercicios de juego como objetivos: hasta que los niños tienen alrededor de tres meses de edad, sus recreaciones consisten básicamente en echar un vistazo a individuos y objetos y hacer intentos arbitrarios. Desde ese punto, sus manos y brazos tienen suficiente control intencional para permitirles manejar, sostener y analizar pequeños objetos. Después de que puedan arrastrarse, deslizarse o caminar, miren todo lo que tengan a su alcance.

Desde este punto de vista, la fase de los juguetes: el tratamiento de los juguetes comienza en el primer año y alcanza el punto culminante en el rango de cinco y seis años. Hacia el inicio, en la medida de lo posible, investigan sus juguetes. En algún lugar del rango de dos y tres años, imaginan que los juguetes tienen características cruciales: que pueden actuar, hablar y sentir. A medida que crecen mentalmente, nunca más pueden atribuir atributos de vida a los artículos y esto disminuye su entusiasmo por los juguetes. Otro factor que se suma a la disminución de los juegos con los juguetes es que necesitan organización. Después de ingresar a la escuela, la mayoría de los niños creen que las

recreaciones son "juegos para bebés".

De esta manera, es imperativo actualizar una variedad de juegos en las que todos los miembros puedan ser reconocidos y experimentar, en cualquier caso, un nivel moderado de logros; el temor a la decepción junto con la angustia y la insatisfacción relacionada con la decepción se reducen cuando no se considera que los errores determinen el resultado.

#### **2.2.2.7. Proceso de desarrollo de los juegos**

Según Chiva et al. (2016) las actividades lúdicas pasan por el siguiente proceso:

##### **a) Preparación y organización**

Se prepara anímicamente a los participantes y se construye conjuntamente con ellos las reglas básicas de juego, acordando respetarlas. Se reparten el material suficiente para la ejecución del juego.

##### **b) Ejecución de las actividades lúdicas**

Comprobar si los participantes asimilaron el dinamismo del juego y si se respetan reglas en el juego al momento de su ejecución. El docente facilita, anima y estimula permanentemente el desarrollo del juego. El docente se debe asegurar de la participación de todos los estudiantes para lo cual ira registrando las aportaciones a la ejecución del juego.

##### **c) Evaluación**

La evaluación permite la corrección de errores y la formación de nuevo conocimiento, actitud y habilidad en el educando. Se aprecia y valora el cumplimiento de la regla de juego y el haber logrado los objetivos en el trabajo de investigación.

**d) Compromiso**

Reflexionamos sobre la ejecución del juego y proponen otras acciones que contribuyan a cumplir las reglas de juego y así facilitar el aprendizaje deseado en el niño.

**2.3. Hipótesis**

Hi: La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.

Ho: La aplicación de talleres lúdicos no mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.

**III. METODOLOGÍA**

**3.1. Tipo y nivel de investigación**

**3.1.1. Tipo de la investigación**

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), un estudio cuantitativo "utiliza la recopilación de información para probar las especulaciones, a la luz de la estimación numérica y la investigación de hechos, para establecer ejemplos de

conducta y probar hipótesis" (p.10); por lo tanto, el presente trabajo de investigación fue de tipo cuantitativo.

### **3.1.2 Nivel de la investigación**

La presente investigación corresponde a al nivel explicativo, teniendo en cuenta que se orientó a la explicación de un aspecto de la realidad, explicando la significación de la aplicación de talleres lúdicos en la mejora los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 y de esta manera se contribuirá a resolver un problema emergente “a partir de una teoría de referencia, a la luz de leyes o generalizaciones que dan cuenta de hechos o fenómenos que se producen en determinadas condiciones”, según indica Piscoya (2005, p.53).

### **3.2. Diseño de la investigación**

Según lo expuesto por los autores Hernández, Fernández & Baptista (2014), “el diseño señala al investigador lo que debe hacerse para alcanzar sus objetivos de estudio y para contestar las interrogantes de conocimiento que se ha planteado” (p. 184). Para los efectos de esta investigación, se hizo uso de un diseño pre experimental de un solo grupo aplicando una pre-prueba y post-prueba, donde el diseño de estudio quedó constituido por el siguiente esquema:

**G.E.: O1 x O2**

Dónde:

G.E.: Grupo experimental (Niños y niñas 4 años del nivel inicial en la I.E. N° 324)

O1 : Pre Prueba (Lista de cotejo)

X : Aplicación de la variable experimental (taller “Lúdico”)

02 : Post Prueba (Lista de cotejo).

### 3.3. Población y muestra

La población constituye la disposición de las personas, los objetos, entre otros, que, al ser sometidos a evaluación, tienen atributos básicos para brindar información, siendo necesarios para los resultados alcanzados.

La población estuvo conformada por 64 niños de 4 años del nivel inicial en la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote en representación de los estudiantes matriculados en el año 2018, según se indica en la siguiente tabla:

Tabla 1 *Población de la investigación.*

Institución Educativa	Sexo	Aulas de 4 años			Total
		Roja	Azul	Verde	
N° 324	Niños	11	10	12	33
	Niñas	9	12	10	31
<b>Total</b>		20	22	22	64

Fuente: Nómina de matrícula 2018.

#### **Muestra:**

En cuanto a la muestra, Andean (2012) señala que "es una parte de la población a considerar" (p. 67). Para efectos de la investigación, se consideró su selección mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, en este sentido se consideró el número total de niños en el aula roja, siendo 20 estudiantes tal como figuran en la siguiente tabla:

Tabla 2: Muestra.

Institución Educativa	Edad	Aula roja		
		Niños	Niñas	Total
Nº 324	4 años	11	9	20

Fuente: Tabla 1.

Para determinar la muestra se estableció como:

Criterios de inclusión

- Niños y niñas que se encuentra matriculados en el aula de 4 años de acuerdo con la nómina 2018.
- Niños y niñas que asisten regularmente a clases.

Criterios de exclusión

- Niños y niñas que no se encuentra matriculados en el aula de 4 años.
- Niños y niñas que no asisten regularmente a clases.

### **3.4. Definición y operacionalización de variables**

Variable independiente: **Talleres lúdicos**

Chiva et al. (2016), afirman que “un taller es un espacio de trabajo en grupo en el que se realiza un proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene como objetivo el iniciar al estudiante en una enseñanza de carácter tutorial bajo la idea de aprender haciendo”; para efectos de la investigación comprende las dimensiones: Preparación y organización, ejecución, evaluación y compromiso.

Variable dependiente: **Hábitos saludables**



Los hábitos saludables son todas aquellas conductas o comportamientos asumidos como propios y que actúan de manera positiva en la persona. teniendo en cuenta el objetivo final de adquirir estas prácticas constructivas, lo esencial es que den un compromiso positivo con el bienestar de la persona. (López, 2016), para efectos de la investigación comprende las dimensiones hábitos de higiene personal y hábitos alimenticios.

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA DE MEDICIÓN</b>
VARIABLE DEPENDIENTE  Hábitos saludables	hábitos de higiene personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aseo de manos</li> <li>• Aseo de cara</li> <li>• Aseo de boca</li> <li>• Aseo de cabellos</li> <li>• Cuidado de su ropa.</li> </ul>	17 –20 Calificación A
	Hábitos alimenticios	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Higiene en los alimentos</li> <li>– Consumo de agua</li> <li>– Consumo de frutas</li> <li>– Uso de cubiertos</li> <li>– Conocimiento nutricional</li> </ul>	11 – 16 Calificación B  0 – 10 Calificación C
VARIABLE INDEPENDIENTE  Talleres lúdicos	Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Indicaciones</li> <li>– Animación y estimulación permanente del juego.</li> </ul>	
	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Comprobar si comprendieron la dinámica de juego</li> <li>– Respeto de las reglas del juego durante su desarrollo.</li> <li>– Registro de aportes al desarrollo del juego.</li> </ul>	
	Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Evaluar y corregir errores</li> <li>– Formar conocimientos, actitudes y habilidades en los estudiantes.</li> <li>– Apreciar y valorar el cumplimiento de las reglas de juego y el logro de los objetivos.</li> </ul>	
	Compromiso	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Reflexión sobre el desarrollo de la actividad</li> <li>– Se propone nuevas estrategias para el cumplimiento de las reglas.</li> <li>– Facilita el aprendizaje deseado en el niño.</li> </ul>	

Fuente: Elaboración propia

### 3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

**Técnicas:**

Las técnicas según Carrasco (2008, p. 82), se refieren al “proceso sistemático de obtención, recopilación y registro de datos empíricos de un objeto, un suceso, un acontecimiento o conducta humana con el propósito de procesarlos y convertirlos en información”. Para efecto de la presente investigación se ha considerado como técnica la observación.

*La observación como técnica*, de acuerdo con Rodríguez y Burneo (2017, p. 56) consiste en “visualizar o captar mediante la vista, en forma sistemática, cualquier hecho, fenómeno o situación que se produzca en la naturaleza o en la sociedad, en función de unos objetivos de investigación pre-establecidos”, a través de ella se pudo observar y recoger la información necesaria tanto en la pre y post prueba en relación con Hábitos saludables en los niños y niñas de 4 años recogiendo los datos que generados como resultado del contacto directo entre el observador y la realidad.

**Instrumento:**

los instrumentos según Pimienta y Orden (2017, p. 61), son un “conjunto de preguntas o ítems debidamente organizados e impresos, módulos o cualquier forma organizada o prevista que permitirán obtener y recoger respuestas”. En el caso de la investigación se empleó la lista de cotejo, que, en palabras del mismo autor, son de fácil manejo, pero de bastante utilidad.

La lista de cotejo, en palabras de Cordova (2018, p. 83), son “instrumentos que permite identificar comportamiento con respecto a actitudes, habilidades y destrezas”.

Con referencia a los procedimientos asumidos para la aplicación del instrumento, se consideró que para poder cumplir con la observación de los 20 niños y niñas que formaron parte de la muestra, se destino un tiempo de 10 minutos por niño aproximadamente, donde el espacio designado fue la hora de la lonchera (40 minutos en promedio), para poder cumplir con la observación de la totalidad de la muestra se tuvo que contar con el apoyo en la aplicación del instrumento de la docente y auxiliar de aula, para ello en reunión de coordinación previa a la aplicación de la lista de cotejo, se realizó la explicación respectiva a las personas mencionadas, de este modo se pudo cumplir con la meta propuesta, evaluar los hábitos saludables en los estudiantes de 4 años de la I.E. N° 324.

### **Validez y confiabilidad del instrumento**

- Se llevó a cabo la validación del instrumento

Para este procedimiento se recurrió al método de consulta de expertos contando para ello con la carta de validación de instrumento y el Certificado de validez de contenido del instrumento que mide los hábitos saludables; contando para este proceso con el apoyo de 5 licenciadas en Educación Inicial, donde el promedio de valoración de la lista de cotejo fue de 88,4 %.

- Se determinó la confiabilidad del instrumento.

Para lo cual se contó con un grupo piloto de 12 estudiantes, que proceden de clases socioculturales y económicas medio-bajas, cuyas características son similares a la muestra, pues fueron tomados del aula vecina de la muestra. El valor alfa para los 20 ítems que forman el cuestionario fue de 0.818, lo que nos lleva a calificarlo como un valor satisfactorio.

### **Procedimiento de la ejecución de la investigación**

- Se presentó la carta a la Institución para solicitar los permisos para la aplicación del instrumento (pre prueba).
- Coordinación con la docente de aula para establecer la fecha, los tiempos y los espacios a ser empleados para la evaluación de la variable dependiente a través del instrumento.
- Aplicación del instrumento (lista de cotejo), de acuerdo con los tiempos establecidos a cada uno de los sujetos integrantes de la muestra.
- Elaboración de base de datos con la información recopilada en la pre prueba en el programa spss 25.0
- Aplicación de talleres programados.
- Elaboración de base de datos con la información recopilada en la post prueba en el programa spss 25.0

### **3.6. Plan de análisis**

El manejo se realizó sobre la información obtenida luego del uso del instrumento, para los sujetos de la investigación: estudiantes de 4 años, con el motivo de evaluar los hábitos saludables, y partir de esta evaluación aplicar los talleres lúdicos con el único fin de mejorar los resultados de la evaluación de la variable mencionada.

En la organización de la información, se utilizó el programa Excel 2016. El procesamiento se realizó sobre la información obtenida después del uso del instrumento, utilizando el programa Excel 2016 y el software estadístico SPSS 25.0 empleando la estadística descriptiva en el análisis de los resultados de la pre y pos

prueba, así como su presentación en tablas de frecuencia simple, acumulada y porcentual; para su posterior representación gráfica.

Para las comparaciones estadísticas, evaluación de los planteamientos de la hipótesis, se hizo uso de la estadística inferencial a través de prueba estadística no paramétrica de Wilcoxon para muestras relacionadas estableciendo un nivel de significancia del 5% ( $p < 0,05$ ).

### 3.7. Matriz de consistencia

Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Metodología
<p>¿En qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar en qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Establecer el nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324. Ejecutar los talleres lúdicos para mejorar el nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324. Establecer el nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324. Establecer el nivel de significancia en los resultados de la aplicación de los talleres lúdicos para mejorar los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote.</p>	<p>Hi: La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.</p> <p>Ho: La aplicación de talleres lúdicos no mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.</p>	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Diseño: Pre experimental de un solo grupo aplicando pre y post test</p> <p>G.E.: O1 x O2</p> <p>donde:</p> <p>G.E.: Grupo experimental (Niños y niñas de 4 años) O1 : Pre Prueba (lista de cotejo) X : Aplicación de taller “Lúdico” O2 : Post Prueba (Lista de cotejo)</p> <p>Población 64 niños y niñas de 4 años</p> <p>Muestra 20 niños y niñas de 4 años</p> <p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo</p> <p>Análisis de datos: Tablas de frecuencia prueba estadística no paramétrica de Wilcoxon</p>

### **3.8. Principios éticos**

Durante el desarrollo de la presente investigación se hizo uso de los siguientes principios éticos señalados por el Consejo Universitario con Resolución N° 0973-2019-CU-ULADECH Católica, de fecha 16 de agosto del 2019, que plantea:

La protección de las personas, se tomó en cuenta este principio, bajo el cual se aseguró la protección de la identidad de los niños y niñas, por ello los instrumentos no consignaron los nombres de los sujetos, asignándoles por tanto un código para el procesamiento de la información, de esta manera se asegura el respeto a la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad.

Respecto a la confidencialidad, la investigadora da cuenta de los datos, respetan la privacidad respecto a la información suministrada a través de la aplicación del instrumento. Asimismo, Beneficencia no maleficencia, se consideró este principio pues la información recopilada asegura el bienestar de los involucrados en las investigación. En ese sentido, busco disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios resultantes; asimismo, constituir un referente para el planteamiento de programas de acompañamiento pedagógico y tutorial.

La libre participación y derecho a estar informado, se asumió este principio pues se está convencido que las personas involucradas en la investigación tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollan; en efecto, como parte del estudio se consideró para poder acceder al establecimiento donde se ejecutó la investigación se envió una solicitud formal de aprobación a la Directora de la Institución Educativa; asimismo, por ser menores de edad, los sujetos de la muestra, estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 fueron informados sus tutores (profesoras) y a través de ellos los padres de familia, acerca del objeto de investigación.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Presentación de resultados

Como producto de la aplicación del trabajo de investigación se dan a conocer en los siguientes subtítulos considerando los objetivos e hipótesis planteados.

#### 4.1.1. Nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos

*Tabla 1.*

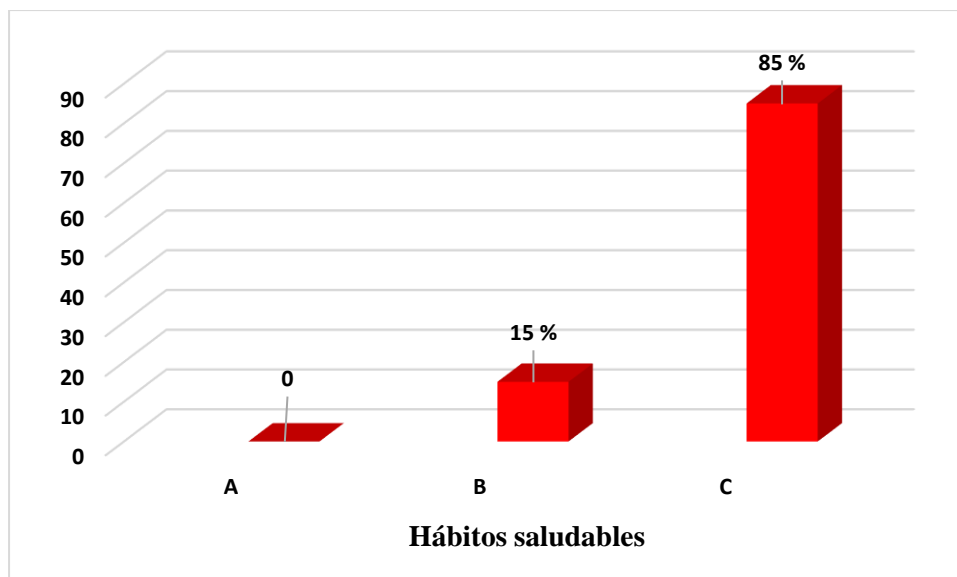
*Nivel de hábitos saludables según la pre prueba*

CALIFICACIÓN	fi	%
A	0	0
B	3	15
C	17	85
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada a la muestra (octubre, 2018)

*Figura 1*

*Porcentaje de estudiantes según sus hábitos saludables en la pre prueba*



Fuente: Lista de cotejo aplicada a la muestra (octubre, 2018)



De acuerdo a lo presentado por la tabla 1 y figura 1 se puede afirmar que un 85 % de sujetos evaluados se ubican en el nivel “C” respecto a sus hábitos saludables; mientras que el 15 % presenta hábitos saludables de nivel “B”; del análisis, se puede afirmar que la muestra observada necesita mejorar sus hábitos saludables.

#### 4.1.2. Actividades lúdicas para mejorar el nivel de hábitos saludables

**Tabla 2**

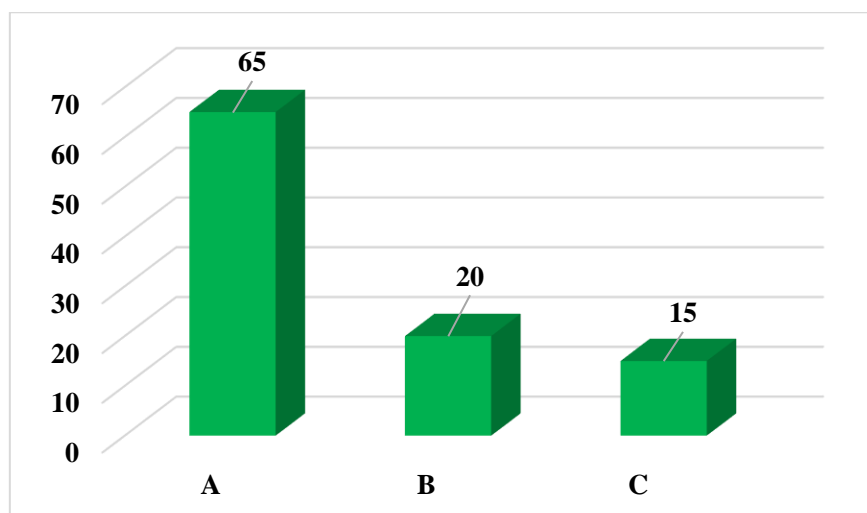
**Primera sesión: Aprendo a cuidar mi cuerpo**

CALIFICACIÓN	N	%
A	13	65
B	4	20
C	3	15
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 1 (octubre, 2018)

**Figura 2**

**Primera sesión: Aprendo a cuidar mi cuerpo**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 1 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 2 y figura 2 para la Primera sesión: Cuido mi cuerpo manteniéndolo limpio; se evidencia que el 65 % de los

estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 20 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 15 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 3**

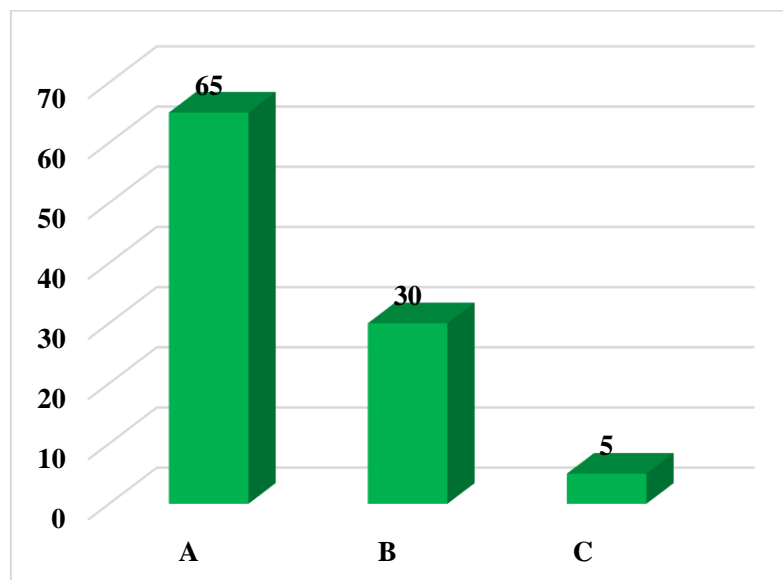
**Segunda sesión: Hábitos de aseo familiar**

CALIFICACIÓN	N	%
A	13	65
B	6	30
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 2 (octubre, 2018)

**Figura 3**

**Segunda sesión: Hábitos de aseo familiar**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 2 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 3 y figura 3 para la Segunda sesión: utilizo el jabón y la toalla; se evidencia que el 65 % de los estudiantes alcanzó

el nivel “A”; mientras que, el 30 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 4**

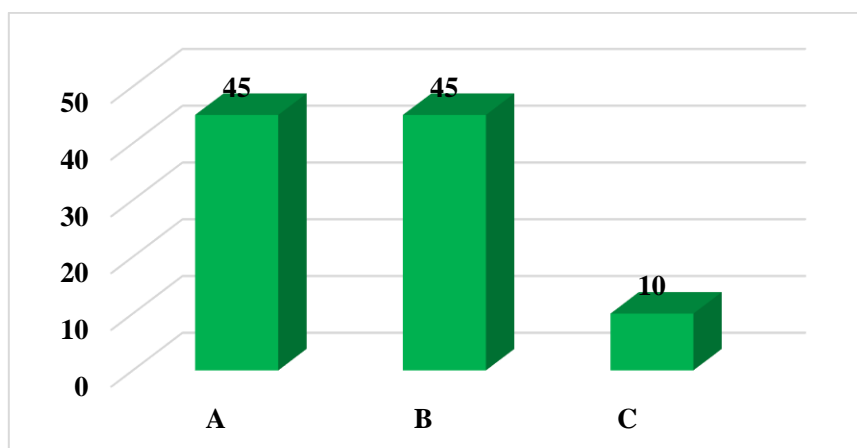
**Tercera sesión: Cuido mi ropa**

CALIFICACIÓN	N	%
A	9	45
B	9	45
C	2	10
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 3 (octubre, 2018)

**Figura 4**

**Tercera sesión: Cuido mi ropa**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 3 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 4 y figura 4 para la Tercera sesión: el aseo de los alimentos; se evidencia que el 45 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 45 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 10 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 5**

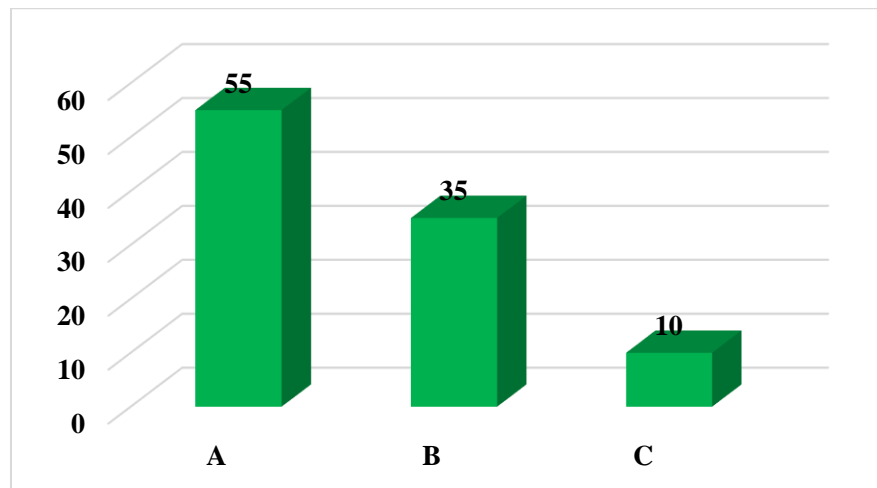
**Cuarta sesión: Aprendo a asearme jugando**

<b>CALIFICACIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>A</b>	11	55
<b>B</b>	7	35
<b>C</b>	2	10
<b>TOTAL</b>	20	100

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 4 (octubre, 2018)

**Figura 5**

**Cuarta sesión: Aprendo a asearme jugando**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 4 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 5 y figura 5 para la Cuarta sesión: el aseo de la boca; se evidencia que el 55 % de estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 35 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 10 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 6**

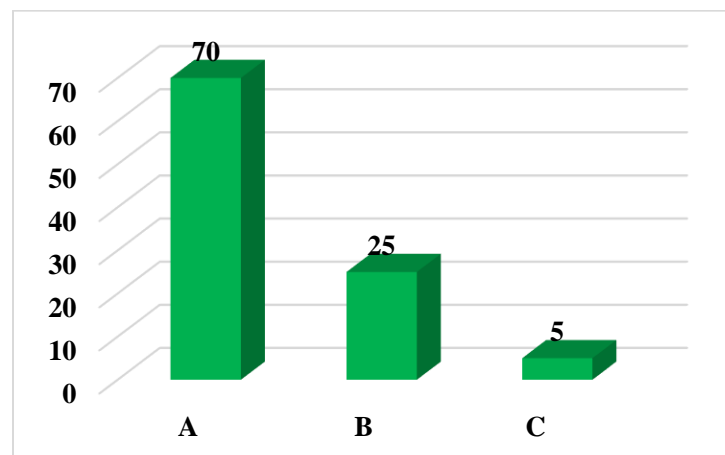
**Quinta sesión: Limpieza de los alimentos**

<b>CALIFICACIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>A</b>	14	70
<b>B</b>	5	25
<b>C</b>	1	5
<b>TOTAL</b>	20	100

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 5 (octubre, 2018)

**Figura 6**

**Quinta sesión: Limpieza de los alimentos**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 5 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 6 y figura 6 para la Quinta sesión: el aseo de la boca; se evidencia que el 70 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 25 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 7**

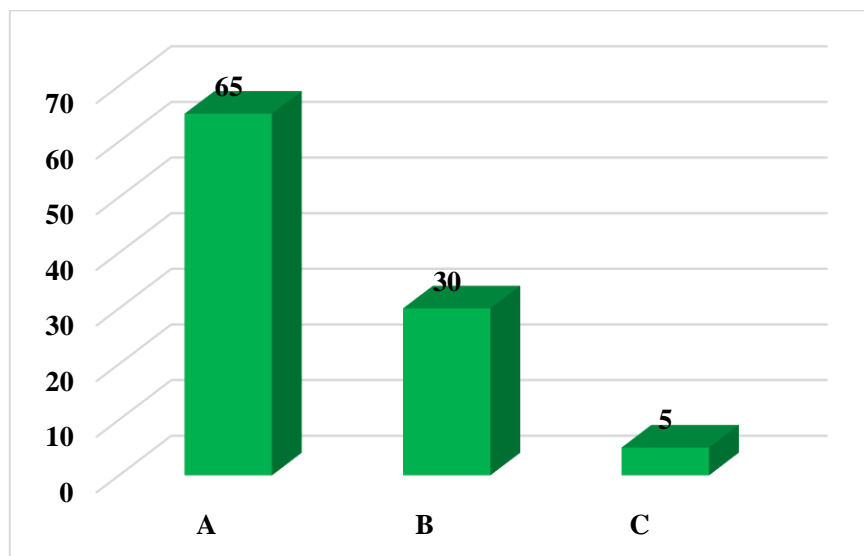
**Sexta sesión: El aseo de la boca**

CALIFICACIÓN	N	%
A	13	65
B	6	30
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 6 (octubre, 2018)

**Figura 7**

**Sexta sesión: El aseo de la boca**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 6 (octubre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 7 y figura 7 para la Sexta sesión: aprendemos más del aseo de la boca; se evidencia que el 65 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 30 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 8**

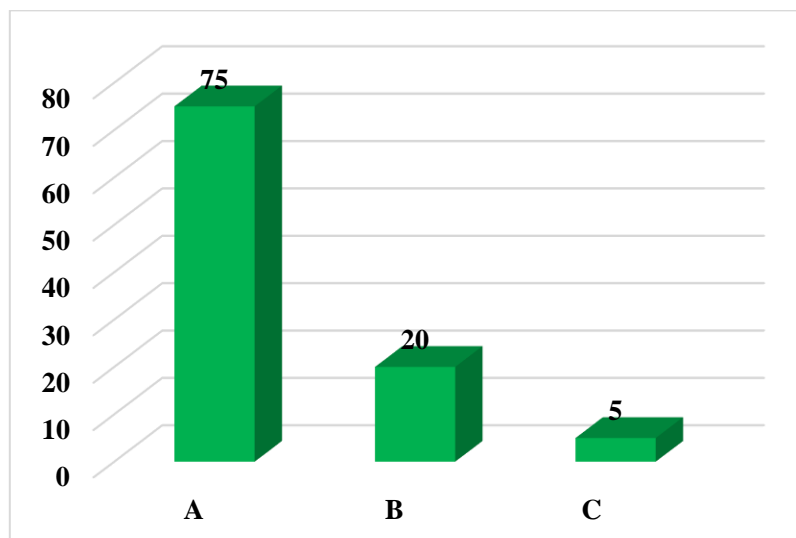
**Séptima sesión: Me aseo al compas de la musica**

CALIFICACIÓN	N	%
A	15	75
B	4	20
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 7 (noviembre, 2018)

**Figura 8**

**Séptima sesión: Me aseo al compas de la música**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 7 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 8 y figura 8 para la Séptima sesión: Aprendemos a mantener aseado nuestro cabello; se evidencia que el 75 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 20 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 9**

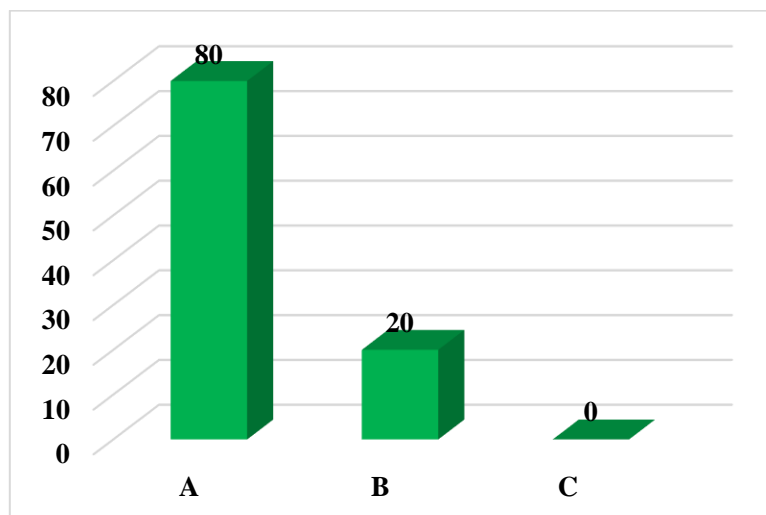
**Octava sesión: Cuidamos de nuestro aseo personal**

<b>CALIFICACIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>A</b>	16	80
<b>B</b>	4	20
<b>C</b>	0	0
<b>TOTAL</b>	20	100

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 8 (noviembre, 2018)

**Figura 9**

**Octava sesión: Cuidamos de nuestro aseo personal**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 8 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 9 y figura 9 para la Octava sesión: cuidamos de nuestro aseo personal; se evidencia que el 80 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 20 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, ninguno permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.



**Tabla 10**

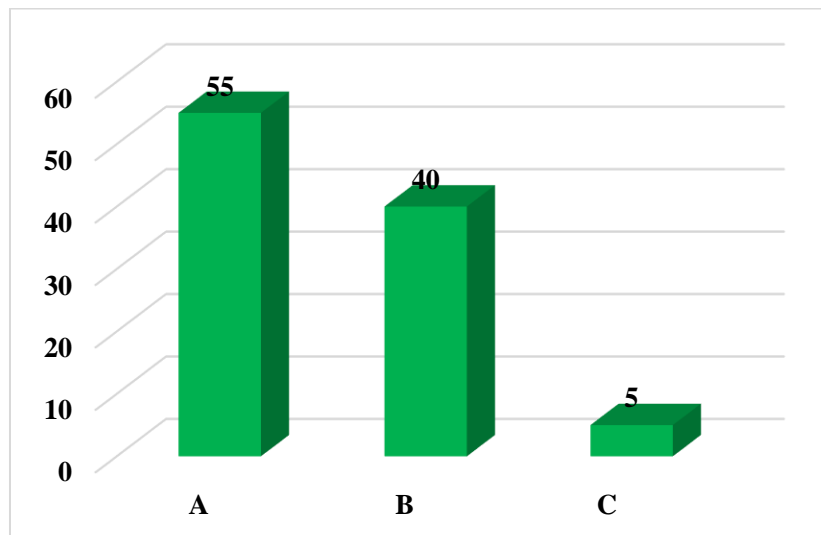
**Novena sesión: El agua es parte de nuestra alimentación**

<b>CALIFICACIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>A</b>	11	55
<b>B</b>	8	40
<b>C</b>	1	5
<b>TOTAL</b>	20	100

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 9 (noviembre, 2018)

**Figura 10**

**Novena sesión: El agua es parte de nuestra alimentación**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 9 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 10 y figura 10 para la Novena sesión: El agua es parte de nuestra alimentación; se evidencia que el 55 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 40 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 11**

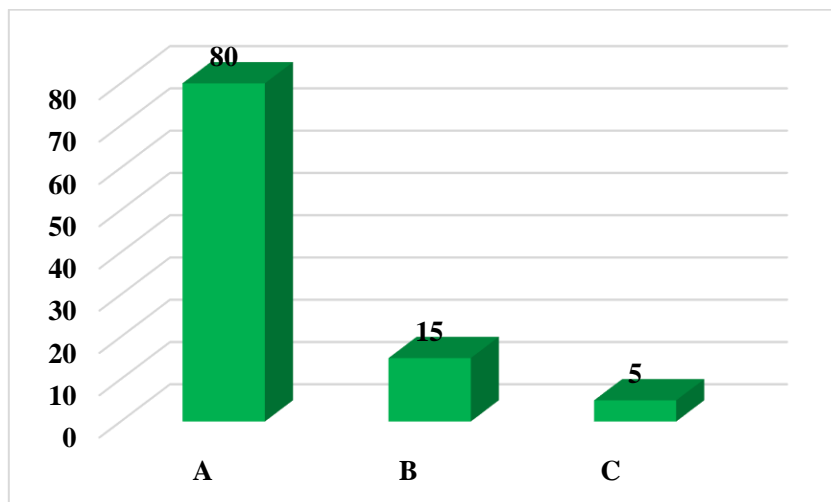
**Décima sesión: Clasificamos los alimentos**

CALIFICACIÓN	N	%
A	16	80
B	3	15
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 10 (noviembre, 2018)

**Figura 11**

**Décima sesión: Clasificamos los alimentos**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 10 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 11 y figura 11 para la Décima sesión: clasificamos los alimentos; se evidencia que el 80 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 15 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 12**

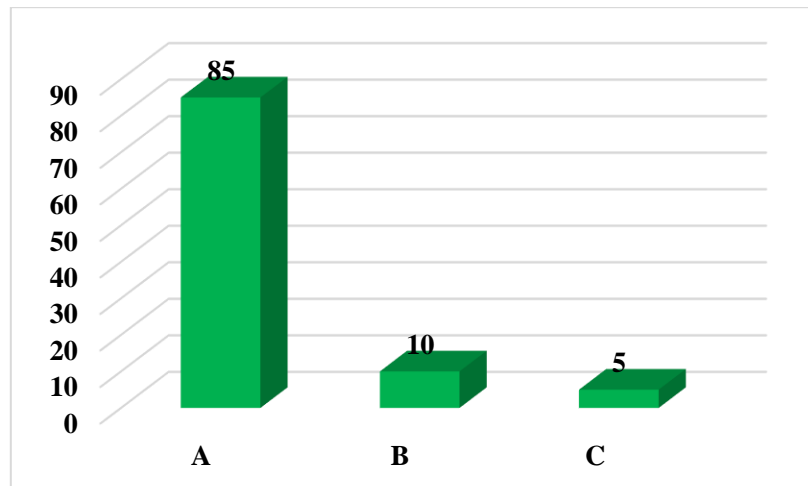
**Onceava sesión: Nos alimentamos bien para estar sanos**

CALIFICACIÓN	N	%
A	17	85
B	2	10
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 11 (noviembre, 2018)

**Figura 12**

**Onceava sesión: Nos alimentamos bien para estar sanos**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 11 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 12 y figura 12 para la Onceava sesión: Nos alimentamos bien para estar sanos; se evidencia que el 85 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 10 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 13**

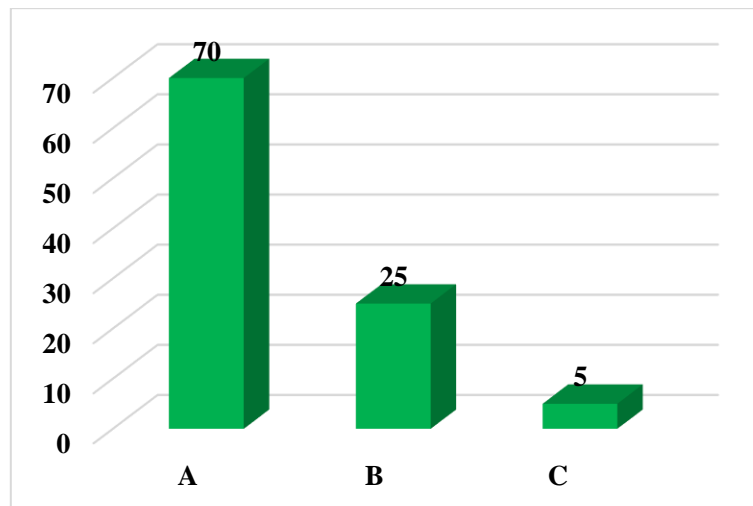
**Doceava sesión: Consumimos frutas ricas y nutritivas**

CALIFICACIÓN	N	%
A	14	70
B	5	25
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 12 (noviembre, 2018)

**Figura 13**

**Doceava sesión: Consumimos frutas ricas y nutritivas**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 12 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 13 y figura 13 para la Doceava sesión: Consumimos frutas ricas y nutritivas; se evidencia que el 70 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 25 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 14**

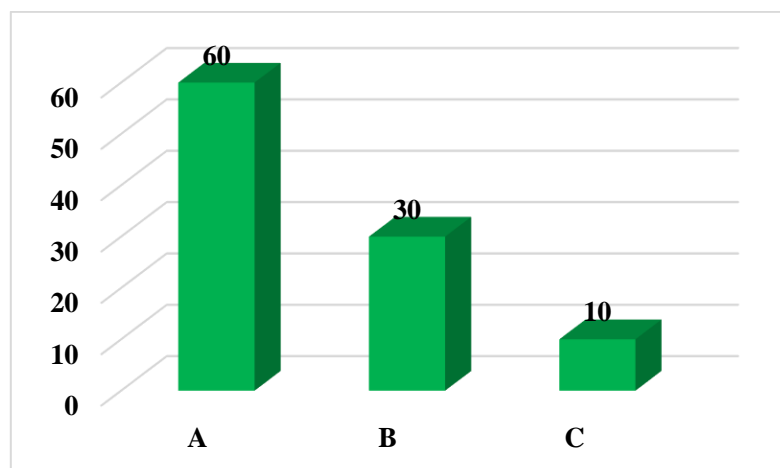
**Treceava sesión: Cuidamos nuestro aseo personal durante las tareas**

CALIFICACIÓN	N	%
A	12	60
B	6	30
C	2	10
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 13 (noviembre, 2018)

**Figura 14**

**Treceava sesión: Cuidamos nuestro aseo personal durante las tareas**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 13 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 14 y figura 14 para la Treceava sesión: Cuidamos de nuestra ropa; se evidencia que el 60 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 30 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 10 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 15**

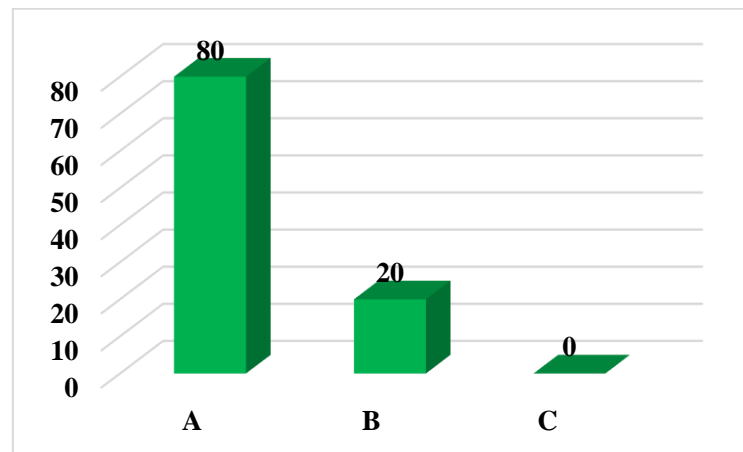
**Catorceava sesión: Jugando aprendo a apreciar mis alimentos**

CALIFICACIÓN	N	%
A	16	80
B	4	20
C	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 14 (noviembre, 2018)

**Figura 15**

**Catorceava sesión: Jugando aprendo a apreciar mis alimentos**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 14 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 15 y figura 15 para la Catorceava sesión: Consumimos alimentos ricos; se evidencia que el 80 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 20 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, ninguno permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 16**

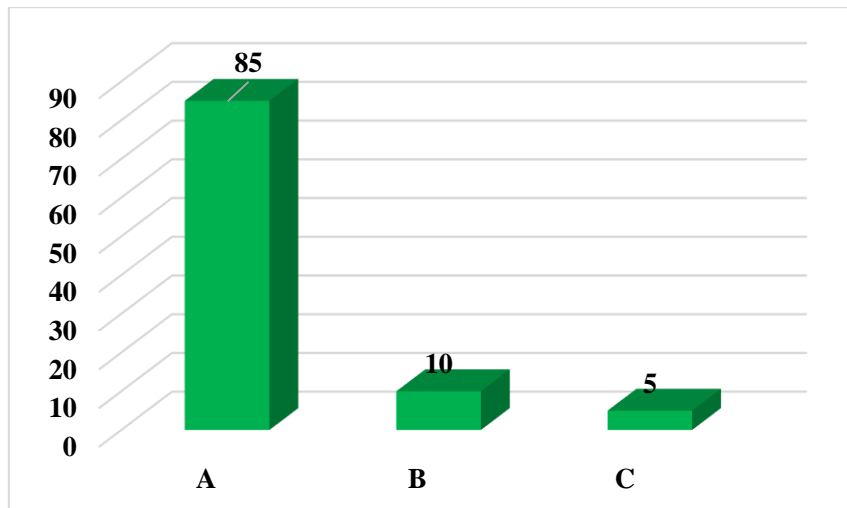
**Quinceava sesión: El aseo después de alimentarnos**

CALIFICACIÓN	N	%
A	17	85
B	2	10
C	1	5
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 15 (noviembre, 2018)

**Figura 16**

**Quinceava sesión: El aseo después de alimentarnos**



Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 15 (noviembre, 2018)

De acuerdo con los datos proporcionados por la tabla 16 y figura 16 para la Quinceava sesión: El aseo después de alimentarnos; se evidencia que el 85 % de los estudiantes alcanzó el nivel “A”; mientras que, el 10 % se ubica en el nivel “B”; en tanto que, el 5 % permanece en el nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado mejoras en la adquisición de hábitos saludables.

**Tabla 17**

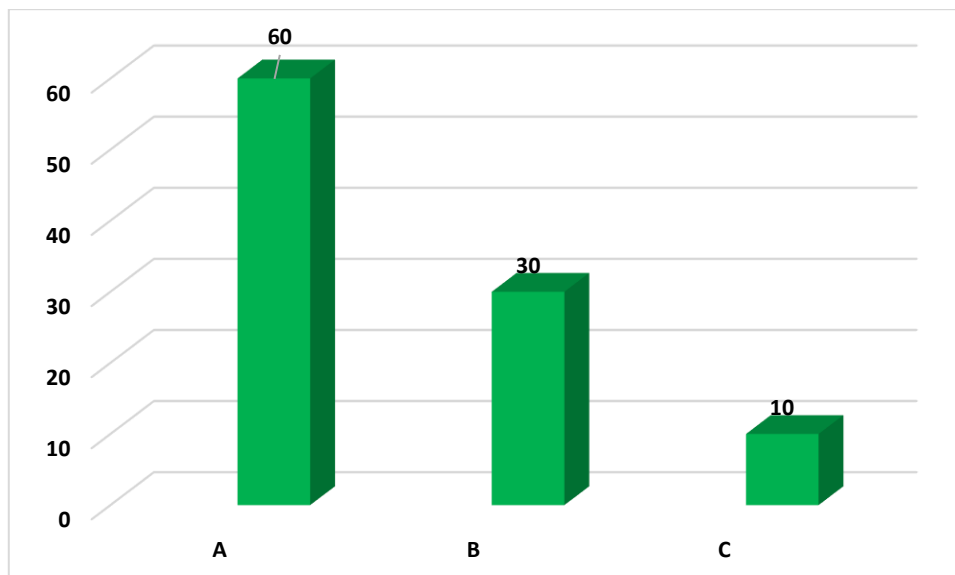
**Calificación promedio en las sesiones aplicadas**

CALIFICACIÓN	N	%
A	12	60
B	6	30
C	2	10
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada en la sesión 15 (noviembre, 2018)

**Figura 17**

**Calificación promedio en las sesiones aplicadas**



Fuente: Sesiones aplicadas

Según los datos presentados por la tabla 17 y figura 17 referente al promedio alcanzado por la muestra a partir de la ejecución de las 15 sesiones programadas se evidencia que el 60 % de los estudiantes alcanza mejoras en el nivel “A”; mientras que, el 30 % ubica sus logros en el nivel “B”; en tanto que, el 10 % aún permanece con deficiencias de nivel “C”, del análisis realizado se asume que la aplicación de talleres lúdicos ha logrado disminuir progresivamente los porcentajes presentados.



#### 4.1.3. Nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos

**Tabla 18**

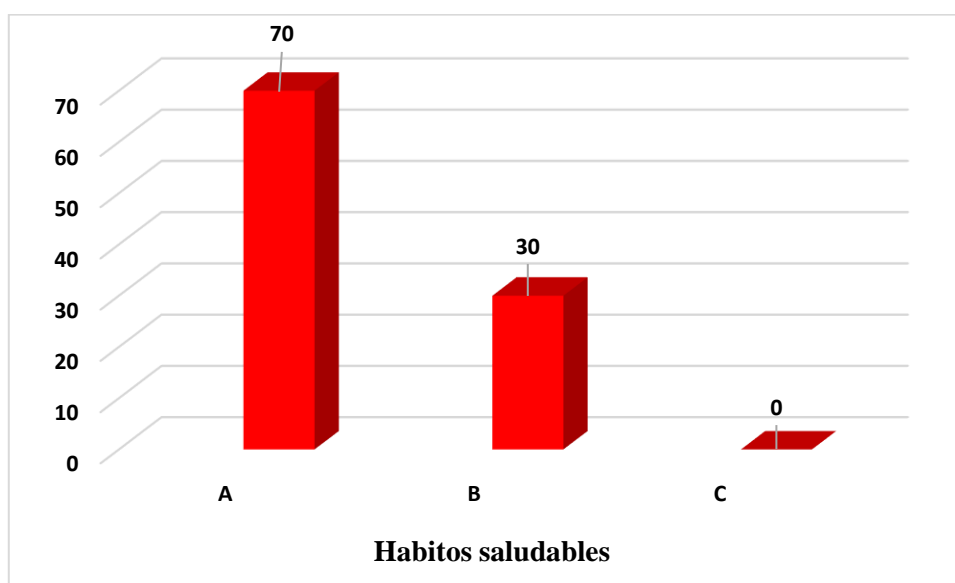
*Nivel de hábitos saludables según la post prueba*

CALIFICACIÓN	N	%
A	14	70
B	6	30
C	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Fuente: Lista de cotejo aplicada a la muestra (noviembre, 2018)

**Figura 18**

*Porcentaje de estudiantes según hábitos saludables en la post prueba*



Fuente: Lista de cotejo aplicada a la muestra (noviembre, 2018)

En referencia a la información presentada por la tabla 18 y figura 18 se puede afirmar que un 70 % de los educandos evaluados con la post prueba alcanzaron el nivel “A” respecto a sus hábitos saludables; mientras que el 30 % presentan hábitos saludables de nivel “B”; del análisis, se puede afirmar que una cantidad cercana a las tres cuartas partes mejoraron sus hábitos saludables gracias a la aplicación de los talleres lúdicos.

**4.1.4. Nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324**  
antes y después de la aplicación de talleres.

**Tabla 19**

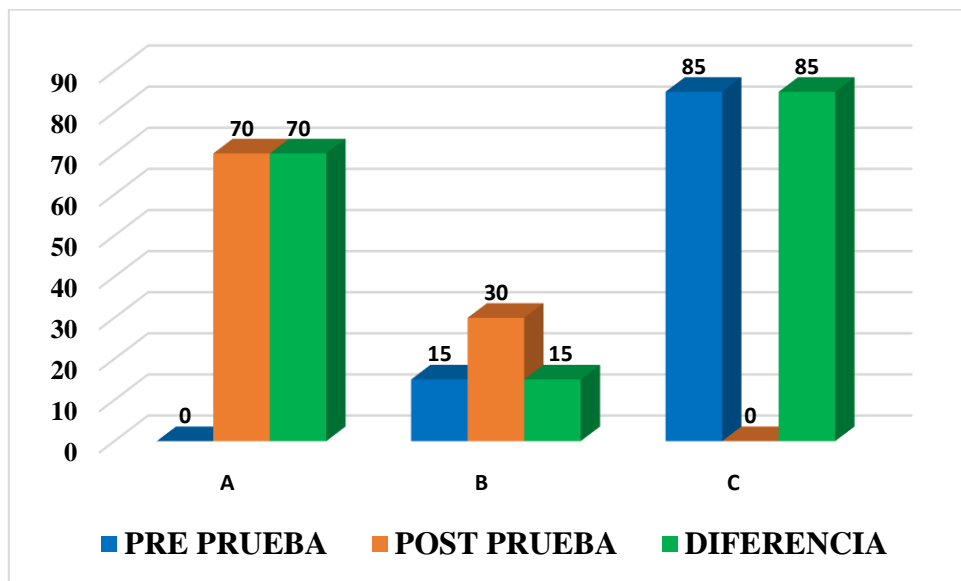
**Nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años**

CALIFICACIÓN	PRE PRUEBA		POST PRUEBA		DIFERENCIA	
	N	%	N	%	N	%
A	0	0	14	70	14	70
B	3	15	6	30	3	15
C	17	85	0	0	17	85
<b>TOTAL</b>	20	100	20	100		

Fuente: Lista de cotejo, pre y post test, aplicada a la muestra (setiembre - noviembre, 2018)

**Figura 19**

**Nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años**



Fuente: Lista de cotejo, pre y post prueba, aplicada a la muestra (setiembre - noviembre, 2018)

Con relación a la información presentada por la tabla 19 y figura 19 se puede afirmar que se ha logrado un 70 % de mejora en hábitos saludables para la calificación “A”; mientras que, en la calificación “B” se ha logrado un incremento de 15 %; en cuanto, a la calificación “C” se ha logrado reducir las dificultades aquí observadas en un 85 %

de niños que no presentaban hábitos saludables, a partir del análisis realizado, se asume que un porcentaje elevado de estudiantes observados han mejorado notablemente con la aplicación de los talleres lúdicos.

#### 4.1.5. Nivel de significancia en los resultados de la aplicación de los los talleres lúdicos

Hi: La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.

Ho: La aplicación de talleres lúdicos no mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.

**Tabla 20**

#### *Prueba de rango de Wilcoxon*

Rango		N	Promedio	Sumatoria
POST PRUEBA	Negativo	0 <sup>a</sup>	0,00	0,00
	Positivos	20 <sup>b</sup>	8,00	120,00
PRE PRUEBA	Empates	0 <sup>c</sup>		
	Total	20		

#### *Estadísticos de contraste*

	POS PRUEBA – PRE PRUEBA
Z	-3,542 <sup>a</sup>
Sig. Asintót. (bilateral) p	0,001

a. En vista de los rangos negativos.

## **Se concluye que**

Como  $p < 0.05$ ; se infiere que hay un gran contraste entre las calificaciones obtenidas en la pre y post prueba, viéndose superados en la post prueba; con lo cual queda demostrado que *La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324.*

## **4.2. Análisis de los resultados.**

En este subtítulo la intención de la investigadora es llevar a cabo el examen de los resultados exhibidos anteriormente, con el objetivo final de ver el impacto de los talleres lúdicos como variable dependiente. Por lo tanto, la investigación de los resultados se muestra según los objetivos e hipótesis propuesta.

### **4.2.1. Sobre el nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324**

La información recopilada en la lista de cotejo con relación al nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos, presenta como resultados que el 85 % de estudiantes evaluados en el nivel “C” respecto a sus hábitos saludables; mientras que el 15 % se ubica en el nivel “B”; estos datos reafirmaron la idea de que los estudiantes observados necesitan mejorar sus hábitos saludables. Un análisis a partir del conocimiento empírico de la investigadora, permite señalar que los estudiantes no alcanzaron desarrollar habilidades relacionadas con hábitos saludables, debido a que en sus hogares sus padres de familia, no están asumiendo su deber de educar a sus menores hijos; una clara evidencia de esta afirmación es la ausencia de aseo en sus cabellos, ropa descuidada y desaseada, no tienen como hábito el lavarse las manos antes de consumir sus loncheras; siendo evidente la necesidad de desarrollar

las actividades planteadas en los talleres ejecutados. Este resultados ratifica lo dicho por el antecedente Gay (2016), que en su tesis, afirma que los niños desde edad tempranas deben asumir acciones rutinarias que promuevan hábitos como parte de la búsqueda de estilos de vida saludables; asumiendo que esta práctica inadecuada de hábitos trae como consecuencia las enfermedades crónicas; hay que tomar en cuenta por tanto, que un alto porcentaje se encuentra en el nivel “C” claro indicador que la escuela tampoco se está comprometiendo mediante el desarrollo de estrategias pertinentes; lo indicado confirma la pertinencia de la selección de los talleres lúdicos como estrategia para fortalecer los hábitos saludables en los niños.

#### **4.2.2. Ejecutar las actividades lúdicas para mejorar el nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324**

En los resultados presentados se revela el avance logrado por los estudiantes a través de la ejecución de los talleres lúdicos, los cuales se abordaron a partir de cada uno de los ítems planteados en la lista de cotejo, siendo abordado mediante juegos del agrado del estudiante, lo que permitió la incorporación de los hábitos que no se encontraban siendo practicados, pudiendo mejorar progresivamente sus hábitos saludables, evidenciándose en elevar sus estados de ánimo al traer alimentos limpios y legítimamente arreglados a sus loncheras, los niños han asumido la importante de consumir alimentos con las manos aseadas, cuando reciben información referente a las actividades a hacer, para ejecutar la limpieza individual, demostrando que su visión sobre la consideración de su propio bienestar estaba progresando.

Asimismo, se pudo reflejar un mayor ánimo del estudiante, compromiso de los padres con mejorar los hábitos saludables; en esa línea los resultados muestran relación con lo afirmado por Salvador (2015), que en su tesis recomienda que se debe capacitar a los docentes a fin que puedan adquirir conocimientos respecto al cuidado de la salud y que los niños puedan mejorar sus prácticas de higiene; asimismo, es imprescindible involucrar a los padres como facilitadores de los materiales, se sienten enfocados en la instrucción de sus hijos; En este sentido, serán fortificados desde el aula y en hogares a partir de la práctica continua. Considerando, además lo indicado por López (2016), quien afirma que las familias son los espacios donde el niño fortalece la buena limpieza oral, limpieza individual y de la casa, comer con precisión, dormir temprano y relacionarse con otros niños.

#### **4.2.3. Nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324**

La información presentada para el objetivo indica que el nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos, dan cuenta de los logros que se alcanzaron y que ha conllevado a mejorar los hábitos de aseo personal, sus hábitos alimenticios que permitiendo contar con hábitos saludables y estilos de vida sostenibles; es más, eso obviamente se refleja en su ejecución en el aula, de esta manera, una mayor predisposición para estudiar; estos datos indican que el 50 % de los niños y niñas evaluados presentan hábitos saludables regulados; mientras que el 50 % presenta hábitos saludables de nivel excelente, a la luz de nuestra experiencia, los estudiantes observados han mejorado notablemente, pues la toma de conciencia y el compromiso con ellos mismos generados a temprana edad a través de la lúdica ha

permitido una mayor y más rápida interiorización de aprendizajes de habilidades de cuidado personal, como son los hábitos saludables.

Referente a lo indicado encontramos a similitud con los resultados presentados por Silva (2017), en su investigación evidencia que los alumnos presentaron mejores hábitos saludables después de haber participado del programa Escuelas Promotoras de Salud: un nivel adecuado de hábitos saludables en el post test, frente al pretest donde se evidenció un nivel inadecuado de estos hábitos. Por lo tanto, existen razones claras para generar compromisos en los docentes principalmente en los niveles de educación inicial; asumiendo, lo indicado por Holli y Beto (2018, p. 53), que es en esta edad, el niño debe comenzar a obtener información sobre el alimento y la nutrición que le permita obtener la capacidad de establecer opciones adecuadas.

#### **4.2.4. Evaluación del nivel de significancia de los talleres lúdicos**

Al adquirir un resultado positivo y diferenciar la hipótesis planteada, trabajamos mediante el uso de talleres lúdicos propuestos como variable independiente; teóricamente indicado por Chiva et al. (2016), como muestra de interés permite considerar y compartir espacios educativos razonables y que pueden llegar a ser un medio para mejorar habilidades personales.

Para probar la hipótesis del estudio, se valió de medidas no paramétricas como la de Wilcoxon bajo un nivel de significancia de 0.05 (5%), que tras su aplicación se evidenció un valor de 0,001; que está por debajo de 0.05 ( $p < 0.05$ ). Este resultado permitió asumir que realmente *La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324.*

## V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. Conclusiones

En respaldo a la información presentada como producto del procesamiento estadístico se establecieron las siguientes conclusiones:

- El nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial indicó que el 85 % de la muestra, se ubican en el nivel “C”; mientras que el 15 % presentaba hábitos saludables de nivel “B”; por lo cual se concluyo que los estudiantes observados necesitaban mejorar sus hábitos saludables, estableciendo como necesidad la aplicación de los talleres lúdicos.
- La planificación y ejecución de los talleres lúdicos aplicados en 15 sesiones permitieron mejorar el nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años progresivamente, de este modo en cada actividad desarrollada se pudo alcanzar el logro previsto por indicadores establecidos; concluyéndose que la oportuna programación y ejecución de los talleres lúdicos permitieron la adquisición de hábitos saludables.
- El nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial, indicó que el 70 % de los niños y niñas evaluados con la post prueba alcanzaron el nivel “A”; mientras que el 30 % presentan hábitos saludables de nivel “B”; estableciéndose como conclusión que los estudiantes observados han mejorado notablemente sus hábitos saludables con la aplicación de los talleres lúdicos.



- La evaluación del nivel de significancia de los talleres lúdicos indica que hay un gran contraste entre las calificaciones obtenidas en la pre y post prueba donde los estudiantes observados han mejorado notablemente sus hábitos saludables con la aplicación de los talleres lúdicos; con lo cual queda demostrado que *La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324.*

## **5.2. Recomendaciones**

Como parte de las vivencias de la investigación, se presentan como recomendaciones las siguientes:

- A la directora de la Institución Educativa, establecer convenios de cooperación inter institucional como instituciones de la localidad asociadas al cuidado de la salud: como la posta médica, colegio de enfermeros a fin de conseguir asesoría para mejorar los hábitos de salud y de alimentación.
- Asimismo, desarrollar planes de trabajo que orienten la labor del padre de familia referente a la salud de sus menores hijos, generando hábitos adecuados para la alimentación, salud y otros.
- A los profesores de la Institución, se sugiere desarrollar actividades de aprendizaje donde se oriente y sensibilice al estudiante sobre el consumo adecuado de la lonchera, cuidado de la limpieza y otros aspectos que favorezcan su salud integral.
- De igual modo, incluir los procesos pedagógicos, que desarrollan el uso de actividades lúdicas de diversa índole, considerando que el juego es una valiosa herramienta para el desarrollo del aprendizaje.

- A los Padres de familia de la Institución, posibilitar la práctica deportiva de su menor hijo, internalizando dentro de su estructura cognitiva que el juego es la herramienta de aprendizaje por excelencia para el niño.
- A otros investigadores incluir dentro de la programación el uso de taller lúdico, que comprenda las diversas habilidades solicitadas por las áreas curriculares, propiciando mejores resultados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ama, O. (2016). *Aprendiendo a ser pequeño: 80 Juegos con Niños*. Málaga: ICB.
- Behold, L. y Deen, R. (2018). *Limpieza, Desinfección y los Siete Pasos para Saneamiento*. Recuperado de [https://www.foodprotection.org/members/files/1\\_9\\_18\\_Webinar.pdf](https://www.foodprotection.org/members/files/1_9_18_Webinar.pdf)
- Betancour, M., Camacho, C. y Gavanis, M. (2013). El juego en la vida del niño. En: *Ser Padres. Ser maestros. N° 28-2013*. Colombia: Educar Cultural Recreativa, S.A.
- Boz de Buzek, M. (2017). *El juego y su valor educativo*. Revista del Instituto de Investigación Educativa. Tomo 63.
- Bustamante, S. (2014). *Promoción de hábitos saludables para la prevención de la obesidad infantil*. (Tesis Doctoral) Salamanca: Universidad de Salamanca.
- Calvo, S. y Gómez, C. (2015). *Manual de alimentación : planificación alimentaria*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Chapman, A. (2014). *Maslow: jerarquía de las necesidades*. Recuperado de [www.businessballs.com/maslow.htm](http://www.businessballs.com/maslow.htm).
- Chiva, O. y Martí, M. (coords) (2016). *Métodos pedagógicos activos y globalización: conceptualización y propuestas de aplicación*. Barcelona: GRAO.
- Cresta, C. (2016). *Educación alimentaria y nutricional libro para el docente 3*. Buenos Aires: Ediciones. Pirámide S.A.
- Del Real, S., Sánchez, A., Barón, M., Solano, L., Velásquez, E. y López, J. (2012). *Estado nutricional en niños preescolares que asisten a un jardín de infancia*

*público en Valencia, Venezuela.* Centro de Investigaciones en Nutrición "Dr. Eleazar Lara Patín", Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Carabobo.

Egoavil, S. y Yataco, A. (2017). *Hábitos alimentarios, crecimiento y desarrollo de niños de 3 - 4 años que asisten a la I.E. "Mi Futuro" - Puente Piedra – 2017* (Tesis de Licenciada en enfermería) Lima: Universidad Cayetano Heredia.

Fainsod, P. y Busca, M. (2016). *Educación para la Salud y género: escenas del currículum en acción.* Rosario: Homo Sapiens.

Furnes, R. y Láquis, M. (2016). *Nutrición Infantil en lactantes, niños y adolescentes.* Córdoba: Brujas.

Gay, M. (2016). *Promoción de hábitos alimenticios saludables en una clase de segundo de primaria.* (Tesis de maestría). Logroño: Universidad Internacional de La Rioja

Hernández, J. (2016). *Manual para el cuidado de la Salud: Educación práctica.* México: Trillas.

Hernández, R.; Fernández, C.; Baptista, P.; (2014). *Metodología de la investigación.* México: Mc GRAW\_ HILL

Holli, B. y Beto, J. (2018). *Educación Nutricional: guía para profesionales de la Nutrición.* Setima edición. Barcelona: Wolters Kluwer.

Huiare, E.; Elgier, A. y Clerici, G. (2016). *Pensar la niñez : psicología Del Desarrollo desde una perspectiva americana.* Lima: Grijley.

Lapolla, P.; Mucci, M. y Arce, M. (2017). *Experiencias artísticas con instalaciones :*

*trabajos interdisciplinarios de simbolización y Juego en la escuela Infantil.*

Buenos Aires: Noveduc.

López, P. (2016). *Hábitos saludables*. Recuperado de <http://mejorshabitos.com/habitos-saludables/>

Ministerio de Salud (2017). *Situación de Salud de los Adolescentes y Jóvenes en el Perú*. Lima: SINCO Diseño E.I.R.L. Perú.

Morales, H, y Bohorquez, J. (2015). *Estrategia didáctica para la enseñanza-aprendizaje de hábitos de vida saludable con niños de transición de la IED nueva constitución*. (Tesis de licenciatura). Bogotá: Universidad Libre.

Muñoz, C. (2018). *Promoción de la Salud y apoyo psicológico al paciente*. Valle hermoso: Síntesis.

Organización Mundial de la salud (OMS, 2016). *Actividad Física: datos y cifras*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.

Organización Mundial de la Salud. (2018). *Nuevos métodos de educación sanitaria en atención primaria de salud* (Serie informes técnicos, 690). Ginebra: Organización Mundial de la Salud.

Ortuño, V. (2017). *Dietas y nutrición: cinco comidas al día mejor que tres*. Recuperado de <http://www.trendenciasbelleza.com/dietas-y-nutricion/cinco-comidas-al-dia-mejor-que-tres>

Pedrerros, M. (2018). *Unidades Didácticas en Educación Física para la Promoción de Hábitos de Vida Saludable en Estudiantes de Grado Sexto del Colegio Ciudadela Educativa de Bosa* (Tesis de maestría). Bogotá: Universidad Santo

Tomás.

Piaget, J. (2015). *La psicología de la inteligencia : lecciones en el collège de France*

Buenos Aires: Siglo Veintiuno.

Pimienta, J. y Orden, A. (2017). *Metodología de la Investigación*. Tercera edición.

México: Pearson Educación.

Pinto, D. (Coord.) (2017). *Talleres y rincones de Juegos*. 2da edición. Málaga: ICB.

Rodríguez, J. y Burneo, K. (2017). *Metodología de la Investigación*. Lima:

Universidad San Ignacio de Loyola.

Rosales, S. (2016). *Talleres de hábitos de higiene personal basados en el enfoque socio*

*cognitivo para el cuidado de la salud en niños y niñas de 4 años de la I.E.I. N°*

*1637 “Chalan” del distrito de Conchucos provincia de Pallasca - Ancash,*

*2016. (Tesis de licenciatura). Chimbote: Universidad los Ángeles de Chimbote.*

Recuperado

de

[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1584/CUIDADO](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1584/CUIDADO_DE_LA_SALUD_ENFOQUE_SOCIO_COGNITIVO_ROSALES_CARRASCO_SAIDA_NATALY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[O\\_DE\\_LA\\_SALUD\\_ENFOQUE\\_SOCIO\\_COGNITIVO\\_ROSALES\\_CARR](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1584/CUIDADO_DE_LA_SALUD_ENFOQUE_SOCIO_COGNITIVO_ROSALES_CARRASCO_SAIDA_NATALY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[ASCO\\_SAIDA\\_NATALY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1584/CUIDADO_DE_LA_SALUD_ENFOQUE_SOCIO_COGNITIVO_ROSALES_CARRASCO_SAIDA_NATALY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Salas, J. (2014). *Al Andalus y Dieta Mediterránea. VI Congreso de la Sociedad*

*Española de Nutrición Comunitaria*. Ibiza, España.

Salvador, E. (2015). *Influencia del Programa preventivo promocional en salud escolar*

*y el desarrollo de capacidades en higiene personal de estudiantes (Tesis*

*doctoral)* Lima: Universidad San Martín de Porres. Recuperado de

[http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1966/1/salvador\\_ene](http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/1966/1/salvador_ene).

- Silva, C. (2017). *Programa de Escuelas promotoras de salud en los hábitos saludables de la institución educativa N° 7098 Rodrigo Lara Bonilla-Lurín*. Lima, 2017. (Tesis de Maestría). Lima: Universidad Cesar Vallejo.
- Stamm, J. (2018). *Neurociencia Infantil: el desarrollo de la mente y el poder del cerebro de 0 a 6 años*. Madrid: Narcea.
- UNICEF (2014). *Estado de la Niñez Indígena en el Perú*. Lima: Tarea Asociación Gráfica Educativa.
- Van der kooij, R. y Meyjes, P. (2016). *Situación actual de la investigación sobre el niño y el juego. Perspectivas N° 57*. Revista trimestral de educación. UNESCO-CRESALC. Servicio de información y documentación.
- Ventosa, V. (2017). *Neuroanimación : cómo dinamizar el cerebro a través de la Actividad lúdica*. Bogotá : Ediciones de la U.
- Vizconde, J. (2018). *Los juegos lúdicos para mejorar el aprendizaje de los niños de 4 años en el área de matemática de la I.E. Niño Jesús De Praga N° 1538 distrito de Huarmey -Ancash-2016*. (Tesis de licenciatura). Chimbote: Universidad los Ángeles de Chimbote. Recuperado de [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4442/JUEGOS%20LUDICOS\\_APRENDIZAJE\\_VISCONDE\\_ROMERO\\_JAHAYRA\\_MARIALLY\\_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4442/JUEGOS%20LUDICOS_APRENDIZAJE_VISCONDE_ROMERO_JAHAYRA_MARIALLY_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

# ANEXOS



## Matriz de consistencia

Talleres lúdicos para mejorar hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Conceptualización de la variable	Dimensiones	Indicadores	Metodología	
¿En qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018?	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar en qué medida los talleres lúdicos mejoran los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Establecer el nivel de hábitos saludables antes de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.</p> <p>Ejecutar los talleres lúdicos para mejorar el nivel de hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.</p> <p>Establecer el nivel de hábitos saludables después de la aplicación de los talleres lúdicos en estudiantes de 4 años de Inicial de la Institución Educativa N° 324.</p> <p>Establecer el nivel de significancia en los resultados de la aplicación de los talleres lúdicos para mejorar los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote.</p>	<p><b>General</b> Hi: La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018. Ho: La aplicación de talleres lúdicos no mejora significativamente los hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018.</p> <p><b>Específicas</b> La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente hábitos de higiene en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018 La aplicación de talleres lúdicos mejora significativamente hábitos alimenticios en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018</p>	Hábitos saludables	Los hábitos saludables son todas aquellas conductas o comportamientos asumidos como propios y que actúan de manera positiva en la persona. teniendo en cuenta el objetivo final de adquirir estas prácticas constructivas, se deben detectar los hábitos a ser incluidas en la vida del individuo, lo esencial es que den un compromiso positivo con el bienestar de la persona. López (2016)	hábitos de higiene personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aseo de manos</li> <li>- Aseo de cara</li> <li>- Aseo de boca</li> <li>- Aseo de cabellos</li> <li>- Cuidado de su ropa.</li> </ul>	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: experimental</p> <p>Diseño: pre experimental de un solo grupo aplicando pre y post test</p> <p style="text-align: center;">G.E.: O1 x O2 donde:</p> <p>G.E.: Grupo experimental (Niños y niñas de 4 años)</p> <p>O1 : Pre Prueba (lista de cotejo) X : Aplicación de taller "Lúdico" O2 : Post Prueba (Lista de cotejo)</p> <p>Técnica: Observación</p> <p>Instrumento: Lista de cotejo.</p> <p>Muestra 42 niños y niñas de 4 años</p>	
								Hábitos alimenticios
			Talleres lúdicos		Chiva et al. (2016), afirma que un taller es un espacio de trabajo en grupo en el que se realiza un proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene como objetivo el iniciar al estudiante en una enseñanza de carácter tutorial bajo la idea de "aprender haciendo".	Preparación y organización		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Indicaciones</li> <li>- Animación y estimulación permanente del juego.</li> </ul>
						Ejecución		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprobar si comprendieron la dinámica de juego</li> <li>- Respeto de las reglas del juego durante su desarrollo.</li> <li>- Registro de aportes al desarrollo del juego.</li> </ul>
				Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluar y corregir errores</li> <li>- Formar conocimientos, actitudes y habilidades en los estudiantes.</li> <li>- Apreciar y valorar el cumplimiento de las reglas de juego y el logro de los objetivos.</li> </ul>			
				Compromiso	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexión sobre el desarrollo de la actividad</li> <li>- Se propone nuevas estrategias para el cumplimiento de las reglas.</li> <li>- Facilita el aprendizaje deseado en el niño.</li> </ul>			

## CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Nuevo Chimbote, octubre 09 del 2018.

Lic. \_\_\_\_\_

Docente de Inicial en la Institución Educativa \_\_\_\_\_

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es grato expresar mi saludo cordial y asimismo solicitar su valiosa colaboración en calidad de JUEZ para validar el instrumento denominado lista de cotejo sobre hábitos Saludables. Que corresponde ahora al proyecto de investigación titulado: Talleres lúdicos para mejorar hábitos saludables en estudiantes de 4 años de Inicial de la I.E. N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote, año 2018. Este instrumento consta de 20 ítems distribuidos en 2 dimensiones hábitos de higiene personal (ítems del 1 al 10) y Hábitos alimenticios (ítems del 11 al 20), fue elaborado por la investigadora Irene Elizabeth Roncal Muñoz.

El expediente de validación que se hace llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definición conceptual de las variables
- Operacionalización de las variables.
- Certificado de validez del instrumento: Lista de cotejo.
- Matriz de elaboración del instrumento: Lista de cotejo.
- Lista de cotejo.

Expresando mi agradecimiento y consideración me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que disponga a la presente.

Atentamente,

---

Irene Elizabeth Roncal Muñoz

DNI.....

## ***DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES***

### **VARIABLE INDEPENDIENTE: TALLERES LÚDICOS**

Chiva et al. (2016, p. 72), afirma que un taller es un espacio de trabajo en grupo en el que se realiza un proceso de enseñanza-aprendizaje que tiene como objetivo el iniciar al estudiante en una enseñanza de carácter tutorial bajo la idea de "aprender haciendo".

### **VARIABLE DEPENDIENTE: HÁBITOS SALUDABLES**

Los hábitos saludables son todas aquellas conductas o comportamientos asumidos como propios y que actúan de manera positiva en la persona. teniendo en cuenta el objetivo final de adquirir estas prácticas constructivas, se deben detectar los hábitos a ser incluidas en la vida del individuo, lo esencial es que den un compromiso positivo con el bienestar de la persona. (López, 2016)

### **Referencias**

- Chiva, O. y Martí, M. (coords.) (2016). *Métodos Pedagógicos activos y globalización: conceptualización y propuestas de aplicación*. Barcelona: GRAO
- López, P. (2016). *Hábitos saludables*. Recuperado de <http://mejorshabitos.com/habitos-saludables/>

### MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Variable	Dimensiones	Indicadores
VARIABLE DEPENDIENTE  Hábitos saludables	hábitos de higiene personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Aseo de manos</li> <li>– Aseo de cara</li> <li>– Aseo de boca</li> <li>– Aseo de cabellos</li> <li>– Cuidado de su ropa.</li> </ul>
	Hábitos alimenticios	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Higiene en los alimentos</li> <li>– Consumo de agua</li> <li>– Consumo de frutas</li> <li>– Uso de cubiertos</li> <li>– Conocimiento nutricional</li> </ul>
VARIABLE INDEPENDIENTE  Talleres lúdicos	Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Indicaciones</li> <li>– Animación y estimulación permanente del juego.</li> </ul>
	Ejecución	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Comprobar si comprendieron la dinámica de juego</li> <li>– Respeto de las reglas del juego durante su desarrollo.</li> <li>– Registro de aportes al desarrollo del juego.</li> </ul>
	Evaluación	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Evaluar y corregir errores</li> <li>– Formar conocimientos, actitudes y habilidades en los estudiantes.</li> <li>– Apreciar y valorar el cumplimiento de las reglas de juego y el logro de los objetivos.</li> </ul>
	Compromiso	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Reflexión sobre el desarrollo de la actividad</li> <li>– Se propone nuevas estrategias para el cumplimiento de las reglas.</li> <li>– Facilita el aprendizaje deseado en el niño.</li> </ul>



**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE  
MIDE LOS HÁBITOS SALUDABLES**

N°	DIMENSIONES/ÍTEMS	Pertinencia 1		Relevancia 2		Claridad 3		Sugerencia
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
<b>Dimensión 1. Hábitos de higiene personal</b>		<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	
1.	Utiliza el jabón para enjabonarse las manos.							
2.	Se enjuaga y seca sus manos después de lavarlas.							
3.	Utiliza el jabón para lavarse el rostro.							
4.	Emplea la toalla o papel toalla para secarse la cara y las manos.							
5.	Se cepilla los dientes después de consumir su lonchera							
6.	Se limpia la boca después de comer.							
7.	Tiene cuidado de mantener su cabello aseado durante el día.							
8.	Llega a la institución con el cabello correctamente peinado.							
9.	Cuida su ropa cuando se la quita, ubicándola sobre su silla o dentro de su mochila.							
10.	Se preocupa cuando tiene el calzado o la ropa sucia, solicitando ayuda.							
<b>Dimensión 2. Hábitos alimenticios</b>		<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	Sugerencia
11.	Los alimentos que consume en su lonchera son limpios, frescos y en buen estado							
12.	Limpia o lava sus alimentos antes de consumirlos.							
13.	Porta consigo una botella de agua como parte de sus alimentos.							
14.	Bebe agua y cuida de ella.							
15.	En la lonchera del niño hay al menos 1 fruta.							
16.	Las frutas son enviadas enteras y con cáscara.							
17.	Utiliza la cuchara, el tenedor y el vaso cuando es necesario.							
18.	Emplea la servilleta al terminar de consumir sus alimentos.							
19.	En la lonchera se encuentran los tres grupos de alimentos (energéticos, constructores y protectores)							
20.	Menciona lo importante que es para su salud consumir alimentos nutritivos.							

Precisar si existe suficiencia en la cantidad de ítems para evaluar el constructo y las dimensiones correspondientes

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Opinión de aplicabilidad:

- Aplicable ( )
- Aplicable después de corregir ( )
- No aplicable ( )

Nombre y apellido del juez evaluador:

.....  
.....

DNI .....

Especialidad: .....

Fecha:.....

\_\_\_\_\_  
Firma del experto

**Pertinencia 1:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado

**Relevancia 2:** el ítem es apropiado para representar la componente o la dimensión específica del constructo

**Claridad 3:** se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítems, es conciso preciso y directo

**Nota:** suficiencia, se dice cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

**MATRIZ DE ELABORACIÓN DEL INSTRUMENTO: LISTA DE COTEJO**

<b>Variable</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Hábitos saludables	hábitos de higiene personal	Aseo de manos	1. Utiliza el jabón para enjabonarse las manos.			
			2. Se enjuaga y seca sus manos después de lavarlas.			
		Aseo de cara	3. Utiliza el jabón para lavarse el rostro.			
			4. Emplea la toalla o papel toalla para secarse la cara y las manos.			
		Aseo de boca	5. Se cepilla los dientes después de consumir su lonchera			
			6. Se limpia la boca después de comer.			
		Aseo de cabellos	7. Tiene cuidado de mantener su cabello aseado durante el día.			
			8. Llega a la institución con el cabello correctamente peinado.			
		Cuidado de su ropa.	9. Cuida su ropa cuando se la quita, ubicándola sobre su silla o dentro de su mochila.			
			10. Se preocupa cuando tiene el calzado o la ropa sucia, solicitando ayuda.			
	Hábitos alimenticios	Higiene en los alimentos	11. Los alimentos que consume en su lonchera son limpios, frescos y en buen estado			



			12. Limpia o lava sus alimentos antes de consumirlos.			
		Consumo de agua	13. Porta consigo una botella de agua como parte de sus alimentos.			
			14. Bebe agua y cuida de ella.			
		Consumo de frutas	15. En la lonchera del niño hay al menos 1 fruta.			
			16. Las frutas son enviadas enteras y con cáscara.			
		Uso de cubiertos	17. Utiliza la cuchara, el tenedor y el vaso cuando es necesario.			
			18. Emplea la servilleta al terminar de consumir sus alimentos.			
		Conocimiento nutricional	19. En la lonchera se encuentran los tres grupos de alimentos (energéticos, constructores y protectores)			
			20. Menciona lo importante que es para su salud consumir alimentos nutritivos.			

## LISTA DE COTEJO

Nombre del niño: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Institución: \_\_\_\_\_

Observadora: \_\_\_\_\_

Código del instrumento
------------------------

Ítems	SI	NO	OBSERVACIONES
<b>DIMENSIÓN: hábitos de higiene personal</b>			
1. Utiliza el jabón para enjabonarse las manos.			
2. Se enjuaga y seca sus manos después de lavarlas.			
3. Utiliza el jabón para lavarse el rostro.			
4. Emplea la toalla o papel toalla para secarse la cara y las manos.			
5. Se cepilla los dientes después de consumir su lonchera			
6. Se limpia la boca después de comer.			
7. Tiene cuidado de mantener su cabello aseado durante el día.			
8. Llega a la institución con el cabello correctamente peinado.			
9. Cuida su ropa cuando se la quita, ubicándola sobre su silla o dentro de su mochila.			
10. Se preocupa cuando tiene el calzado o la ropa sucia, solicitando ayuda.			
<b>DIMENSIÓN: Hábitos alimenticios</b>			
11. Los alimentos que consume en su lonchera son limpios, frescos y en buen estado			
12. Limpia o lava sus alimentos antes de consumirlos.			
13. Porta consigo una botella de agua como parte de sus alimentos.			
14. Bebe agua y cuida de ella.			
15. En la lonchera del niño hay al menos 1 fruta.			
16. Las frutas son enviadas enteras y con cáscara.			
17. Utiliza la cuchara, el tenedor y el vaso cuando es necesario.			
18. Emplea la servilleta al terminar de consumir sus alimentos.			
19. En la lonchera se encuentran los tres grupos de alimentos (energéticos, constructores y protectores)			
20. Menciona lo importante que es para su salud consumir alimentos nutritivos.			

**SESIONES APLICADAS**  
**Taller lúdico N° 01**

**1.- PARTE INFORMATIVA**

- 1.1. Institución Educativa** : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote  
**1.2. Aula** : 4 años  
**1.3. Fecha** : 23-10-18  
**1.4. Número de niños** : 20 niños y niñas  
**1.5. Investigadora** : Elizabeth Roncal Muñoz

**2.- PARTE DIDÁCTICA**

**2.1. Título del taller:**

“Aprendo a cuidar mi cuerpo”

**2.2. Objetivo:**

El niño y niña aprenden a reconocerse y describir los aspectos más relevantes de su propia persona

**2.3. Desarrollo del aprendizaje**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ESTRATEGIA</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RECURSO</b>
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li> <li>- Entonan la canción “mi cuerpito”</li> <li>- Dialogan sobre lo mencionado en la canción: ¿de que nos habla la canción? ¿Qué parte de nuestro cuerpo se mencionan? ¿les gusta como son?</li> <li>- Son invitados a participar del juego “volver a vivir” donde recrean las etapas de su vida hasta llegar a su edad actual.</li> <li>- Reciben los materiales necesarios para el juego.</li> </ul>	<b>15’</b>	<p style="text-align: center;">Papelografo</p> <p style="text-align: center;">Juguetes diversos</p>
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollan el juego “volver a vivir”</li> <li>- Mencionan las acciones desarrolladas en el juego.</li> </ul>	<b>15’</b>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demuestran respeto por las reglas establecidas.</li> <li>- Complementan lo desarrollado con el juego “así soy yo”, donde manifiestan como es que se ven, rasgos físicos: color de pelo, ojos, cara, nariz, etc.</li> <li>- Comentan lo desarrollado.</li> </ul>	<b>20'</b>	Copias, hojas de colores, lápices, etc
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evalúan lo desarrollado indicando lo importante que es conocerse, aceptarse y cuidarse mediante el aseo personal.</li> <li>- Realizan dibujos sobre acciones relacionadas al aseo personal.</li> <li>- Exponen sus dibujos realizados.</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> </ul>	<b>15'</b>	Copias, hojas de colores, lápices, etc
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Menciona acciones que debe desarrollar para asear su cuerpo comprometiéndose con cumplirlas</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo establecido.</li> </ul>	<b>15'</b> <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de cotejo

## Taller lúdico N° 02

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. **Institución Educativa** : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. **Aula** : 4 años
- 1.3. **Fecha** : 24-10-18
- 1.4. **Número de niños** : 20 niños y niñas
- 1.5. **Investigadora** : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Hábitos de aseo familiar”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña comprende la necesidad de valorar los cuidados de aseo personal que le brinda su familia y como ellos puede apoyar manteniéndose aseados.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas con la canción: “Mi familia” Yo tengo una familia, que me quiere mucho a mí mi papito, mi mamita, me enseñan a vivir y mi abuelito, mi abuelita me engríen siempre así.</li><li>- Dialogamos acerca de la canción: ¿De qué se trata?, ¿quiénes son? Luego se les pregunta: ¿Quién te</li></ul>	<b>15´</b>	Papelografo  Con canción

	ayuda en tu aseo personal?, ¿En qué ayudan en casa?; dan nombres de los miembros de su familia y el apoyo que reciben en su aseo personal (se anota en la pizarra).		
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Enseguida se animará a los niños para que armen su álbum familiar, que consistirá en lo siguiente:</li> <li>- En la cubierta del folder repasan con plumón (mi familia me ayuda a asearme), en cada hoja de colores dibujan cada actividad de aseo en familia, para luego decorarlo con fideos, témperas, etc.</li> <li>- Comentan lo desarrollado.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>15'</b></p> <p style="text-align: center;"><b>20'</b></p>	Copias, hojas de colores, lápices, fideos, temperas, etc
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evalúan lo desarrollado indicando lo importante de la familia en el aseo y cómo podemos apoyar nosotros.</li> <li>- Terminado el trabajo expone cada uno su álbum familiar y representan lo aprendido sobre el aseo familiar.</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> </ul>	<b>15'</b>	Álbumes
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Finalmente dialogamos sobre lo realizado, comprometiéndose a aprender a asearse por sí solos.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo establecido.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>15'</b></p> <p style="text-align: center;"><b>10'</b></p>	<p style="text-align: center;">Ficha metacognitiva</p> <p style="text-align: center;">Lista de Cotejo</p>

## Taller lúdico N° 03

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : **25-10-18**
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Cuido mi ropa”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña aprenden a mantener aseada y ordenada su ropa y que otros lo apoyen cuando sea necesario.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas a través de la adivinanza.  Soy de piel o paño gordo y me adhiero a tu cuerpo para abrigarte.  (chompa)</li><li>- Luego dialogamos sobre la adivinanza: ¿De qué trata?, ¿para qué sirve?, ¿cuándo lo utilizamos? ¿Cómo la cuidamos para que no se ensucie?</li></ul>	<b>15'</b>	Papelografo  Con adivinanza
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Incentivamos a realizar un juego con una chompa, de la siguiente manera: Se traza dos líneas en extremos con tiza una para que</li></ul>	<b>15'</b>	

	<p>empiecen y la otra de llegada y se deja que los niños elijan a sus compañeros de grupo realizamos carreras de relevos. Un niño lleva puesta la chompa, se quita y se la da a otro compañero, que no puede empezar a correr hasta que la tenga puesta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comentan lo desarrollado y los cuidados de no ensuciar su ropa.</li> </ul>	<b>20'</b>	Chompa Tiza mojada
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Después se dialoga sobre lo realizado: ¿Qué se pusieron?, ¿se golpearon?, ¿quién no quiso jugar? ¿Cómo cuidaron de no ensuciarse mucho?</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> <li>- Proponen acciones que evitarían para ensuciar su ropa.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Finalmente se comprometen a mantener limpios sus uniformes de escuela.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiv a  Lista de cotejo



## Taller lúdico N° 04

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. **Institución Educativa** : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. **Aula** : 4 años
- 1.3. **Fecha** : 26-10-18
- 1.4. **Número de niños** : 20 niños y niñas
- 1.5. **Investigadora** : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Aprendo a asearme jugando”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña potencian el desarrollo de hábitos de higiene personal.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>ESTRATEGIA</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RECURSO</b>
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas, dejándolos que mencionen diversos juegos que han elegido para ejecutarlos (se anota en la pizarra los juegos propuestos).</li><li>- Luego en papelitos se escribe la relación que se encuentra en la pizarra y se coloca en la cajita (se escoge sólo dos juegos).</li></ul>	<b>15'</b>	Pizarra Plumón
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Enseguida se les pide que mencionen algunas normas que se debe cumplir para que en el juego se ensucien lo menos posible.</li><li>- Desarrollan los juegos acordados.</li><li>- Comentan lo desarrollado.</li><li>- Indican que necesidades de aseo necesita su cuerpo después de cada juego.</li></ul>	<b>40'</b>	Papelitos Cajita

<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Después del juego, los niños van a los servicios higienicos para lavarse las manos y rostro.</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>• Finalmente dialogamos acerca de la actividad, comentan espontáneamente compromisos para el aseo personal.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo establecido.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	<p>Ficha metacognitiva</p> <p>Lista de Cotejo</p>

## Taller lúdico N° 05

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 29-10-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Limpieza de los alimentos”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña aprende normas para asear sus alimentos.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas a través de la canción “mis alimentos y yo”.</li><li>- Todos los niños se colocan alrededor de la mesa (sentados), sacan de la caja 10 cartas de colores (cada uno).</li></ul>	<b>15'</b>	Caja Cartas de colores
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comienza un niño a tirar una carta, pero para tener derecho a echarlas encima de la mesa tiene que saber el nombre del alimento que figura en la carta. Un alimento mal nombrado hará que el niño vuelva a recoger la carta. Los cambios de carta se realizarán por riguroso turno.</li><li>- Ganará el juego quien haya logrado tirar todas sus cartas a la mesa y</li></ul>	<b>40'</b>	Caja Cartas de colores

	<p>perderá quien se quede con las cartas de alimentos. Se jugará sólo con los alimentos básicos (frutas).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comentan lo desarrollado.</li> </ul>		
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Terminado el juego, comentan sobre lo realizado y sobre su comportamiento</li> <li>- Comentan sobre acciones que podemos hacer para asear los alimentos (frutas) que llevamos en la lonchera.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Finalmente se comprometen a limpiar o asear los alimentos que consume.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo establecido.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de Cotejo

## Taller lúdico N° 06

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote  
1.2. Aula : 4 años  
1.3. Fecha : 30-10-18  
1.4. Número de niños : 20 niños y niñas  
1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“El aseo de la boca”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ Aprender a utilizar las palabras mágicas (gracias, por favor), como estrategia para el cuidado de sus dientes

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>•Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>•Se motivará a los niños y niñas a través de canciones, escuchándolas realizarán diversos movimientos con las partes de su cuerpo: cabeza, manos, brazos, piernas y pies libremente, sin golpearse.</li><li>•Enseguida dialogamos sobre los movimientos realizados: ¿Cómo lo hicimos?, ¿qué parte de nuestro cuerpo movimos?</li><li>•Los niños y niñas descubren el propósito de la actividad <b>“Aprender a cuidar de nuestra boca y dientes”</b></li><li>•Recordamos las normas de aseo</li></ul>	<b>15´</b>	Video Espacios Pizarra Papel sabana Plumones Títeres

	aprendidas.		
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niños y niñas se preparan para realizar un juego.</li> <li>• En una cajita habrá dibujos de acuerdo al número de niños, se les repartirá para que lo observen y tendrán que acordarse del dibujo que les tocó.</li> <li>• Luego se volverá a echar los dibujos en la caja y los niños irán sacando (uno por uno) y el que lo haya tenido pasará a ser el líder y nos indicará el movimiento a realizar y así sucesivamente hasta lograr la participación de todos.</li> <li>• Los movimientos de las canciones tienen que ver con el lavado de dientes, Limpieza de la boca, cepillado, enjuague.</li> </ul>	<b>40'</b>	<p>Caja Cartas de colores</p> <p>Espacios del aula.</p> <p>Frutas de la lochera</p>
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Terminado el juego, comentan sobre lo realizado y sobre su comportamiento</li> <li>• Comentan sobre acciones que podemos hacer para asear los dientes y la boca</li> <li>• Después del juego, realizamos prácticas aseo de los dientes y la boca</li> <li>• Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas..</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reúnen en asamblea para dialogar y llegar a conclusiones sobre lo aprendido ¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué debemos hacer para que cuidar de los dientes y la boca? ¿Por qué es importante asearnos bien?</li> <li>• Reflexionan sobre lo aprendido ¿Qué les pareció lo que aprendieron? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron?</li> <li>• Finalmente dialogamos acerca de la actividad, comentan espontáneamente compromisos para cuidar de los dientes y la boca..</li> </ul>	<p><b>15'</b></p> <p><b>10'</b></p>	<p>Ficha metacognitiva</p> <p>Lista de Cotejo</p>

## Taller lúdico N° 07

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote  
1.2. Aula : 4 años  
1.3. Fecha : 31-10-18  
1.4. Número de niños : 20 niños y niñas  
1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Me aseó al compás de la música”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña aprenden como realizar el aseo personal mediante canciones que le provocan placer y disposición en las actividades

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"><li>Se motivará a los niños y niñas a través de canciones, escuchándolas realizarán diversos movimientos con las partes de su cuerpo: cabeza, manos, brazos, piernas y pies libremente, sin golpearse.</li></ul>	15'	
Ejecución de las actividades lúdicas	<ul style="list-style-type: none"><li>Enseguida dialogamos sobre los movimientos realizados: ¿Cómo lo hicimos?, ¿qué parte de nuestro cuerpo movimos?</li><li>Además, en una cajita habrá dibujos de acuerdo al número de</li></ul>	40'	

	<p>niños, se les repartirá para que lo observen y tendrán que acordarse del dibujo que les tocó.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luego se volverá a echar los dibujos en la caja y los niños irán sacando (uno por uno) y el que lo haya tenido pasará a ser el líder y nos indicará el movimiento a realizar y así sucesivamente hasta lograr la participación de todos.</li> <li>• Los movimientos de las canciones tienen que ver con el lavado de dientes, cara, manos, rostro.</li> </ul>		
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después comentamos sobre lo realizado: ¿Les gustó, Por qué?, ¿cómo lo hicimos?, ¿obedecimos al momento de las indicaciones?, ¿qué movimientos realizamos para asearnos?</li> <li>• Finalmente conversan acerca de su comportamiento y ponen en practicas el aseo personal.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>• Finalmente se comprometen a realizar su aseo personal de manos, ojos, oídos, cara....</li> <li>• Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de Cotejo



## Taller lúdico N° 08

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote  
1.2. Aula : 4 años  
1.3. Fecha : 05-11-18  
1.4. Número de niños : 20 niños y niñas  
1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Cuidamos nuestro aseo personal”**

#### 2.2. Objetivo:

El niño aprende a apreciar sus características personales y como debemos de cuidarlas a través del aseo personal

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"><li>Se motivará a los niños y niñas a través de la canción: “De colores” De colores ... de colores se visten los campos en la primavera de colores ... de colores son los pajaritos que vienen de afuera y por eso los grandes amores, los muchos colores, me gustan a mí.</li><li>Luego dialogamos acerca de la canción: ¿De qué nos habla?, ¿qué colores tenemos?</li></ul>	15´	Canción
Ejecución de las actividades	<ul style="list-style-type: none"><li>Enseguida se distribuyen por el</li></ul>		Bolitas de

<b>lúdicas</b>	espacio de juego bolitas de colores: Rojo – Azul. A los niños se les forma en 2 grupos, donde cada uno ellos buscarán el color que se le indique. El primer grupo que logre recoger todas las bolitas, será el ganador.	<b>40'</b>	color rojo y azul
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después dialogamos sobre lo realizado: ¿Qué hubo en el espacio de juego?, ¿de qué colores eran?, ¿se golpearon?</li> <li>• Dialogan sobre las características que más les gusta de ellos mismos.</li> <li>• Finalmente conversan acerca de cómo a través del aseo cuidamos de nuestra persona.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>• Finalmente llegan al compromiso de la semana de cuidar su cuerpo a través del aseo personal.</li> <li>• Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de Cotejo

## Taller lúdico N° 09

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 06-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“El agua es parte de nuestra alimentación”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña aprenden a portar consigo una botella de agua como parte de sus alimentos, a beberla y cuidar de ella y utilizar el vaso cuando es necesario.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>• Se motivará a los niños y niñas, dejándolos que mencionen diversos alimentos que son de su agrado personal (se anota en la pizarra lo propuesto).</li><li>• Luego en papelitos se escribe la relación que se encuentra en la pizarra y se coloca en la cajita (se escoge 4 alimentos).</li><li>• Dialogan sobre lo mencionado: ¿las frutas serán nuestros únicos alimentos? ¿Qué otros alimentos conocemos? ¿será el agua un alimento? ¿Qué nos proporciona el agua?</li><li>• Los niños y niñas descubren el propósito</li></ul>	<b>15'</b>	Espacios Pizarra Papel sabana Plumones

	<p>de la actividad</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Practicamos consumo y cuidado del agua”</li> <li>• Recordamos las normas de aseo aprendidas.</li> </ul>		
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Son invitados a participar del juego “canasta revuelta”.</li> <li>• Enseguida se les pide que mencionen algunas normas que se debe cumplir para la realización del juego “Canasta revuelta”</li> <li>• Desarrollan el juego acordado.</li> <li>• Comentan lo desarrollado ¿cómo son esos alimentos? ¿Como los limpiamos? ¿Cómo los consumimos? ¿Qué empleamos? ¿Qué sucede con el agua? ¿Cómo la empleamos?</li> </ul>	<b>40’</b>	<p>Espacios del aula.</p> <p>Imágenes de objetos</p>
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Después del juego, realizamos ejercicios de relajación y regeneración para ello consumen agua de las botellas y en vaso cuando ellos consideran.</li> <li>• Finalmente conversan acerca de su comportamiento cuidando su aseo durante el juego.</li> <li>• Comentan sobre acciones que podemos hacer para consumir el agua.</li> <li>• Después del juego, realizamos prácticas de consumo y cuidado del agua.</li> </ul>	<b>15’</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reúnen en asamblea para dialogar y llegar a conclusiones sobre lo aprendido ¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué debemos hacer para que cuidar el agua? ¿Por qué es importante consumir agua?</li> <li>• Evalúan lo desarrollado indicando lo importante que es el agua.</li> <li>• Reflexionan sobre lo aprendido ¿Qué les pareció lo que aprendieron? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron?</li> <li>• Finalmente dialogamos acerca de la actividad, comentan espontáneamente compromisos para consumir agua.</li> <li>• Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<p><b>15’</b></p> <p><b>10’</b></p>	<p>Ficha metacognitiva</p> <p>Lista de cotejo</p>

## Taller lúdico N° 10

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 07-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

“Clasificamos los alimentos”

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ El niño y niña aprenden a clasificar sus alimentos durante la hora de la lonchera.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"><li>• Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>• los niños y niñas entonan la canción los “alimentos que rico son”.</li><li>• Dialogan sobre lo mencionado: ¿Cómo se nombra en la canción a los alimentos? ¿Qué otros alimentos conocemos? ¿Qué nos proporcionan? ¿Qué importante son?</li><li>• Los niños y niñas descubren el propósito de la actividad “seleccionar y clasificar los alimentos”</li><li>• Recordamos los aprendizajes adquiridos en las sesiones anteriores..</li></ul>	15'	Espacios Pizarra Papel sabana Plumones

<p><b>Ejecución de las actividades lúdicas</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Luego en papelitos se escribe los diferentes tipos de alimentos que traen en sus loncheras.</li> <li>•Son invitados a observar un video sobre los tipos de alimentos.</li> <li>•Dialogan sobre el video ¿Cuáles son energéticos? ¿Cuáles son constructores? ¿Cuáles son protectores?</li> <li>•Desarrolla un juego de clasificación de alimentos.</li> <li>•Comentan lo desarrollado ¿cómo son esos alimentos? ¿Cómo los consumimos? ¿Qué empleamos?</li> </ul>	<p><b>40'</b></p>	<p>Espacios del aula.</p> <p>video</p>
<p><b>Evaluación</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Después del juego, realizamos ejercicios de identificación y clasificación de los alimentos de la lonchera.</li> <li>•Finalmente conversan acerca de su comportamiento cuidando su aseo durante el juego.</li> <li>•Comentan sobre acciones que podemos hacer para consumir los alimentos adecuados.</li> <li>• Después del juego, realizamos prácticas de identificación y clasificación de los alimentos por su valor nutritivo..</li> </ul>	<p><b>15'</b></p>	<p>Imágenes de alimentos</p>
<p><b>Compromiso</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reúnen en asamblea para dialogar y llegar a conclusiones sobre lo aprendido ¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué tipo de alimentos debemos consumir? ¿Por qué es importante consumirlos?</li> <li>• Evalúan lo desarrollado indicando lo importante de una alimentación variada y nutritiva</li> <li>• Reflexionan sobre lo aprendido ¿Qué les pareció lo que aprendieron? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron?</li> <li>• Finalmente dialogamos acerca de la actividad, comentan espontáneamente compromisos para alimentarse bien..</li> <li>• Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<p><b>15'</b></p> <p><b>10'</b></p>	<p>Ficha metacognitiva</p> <p>Lista de Cotejo</p>

## Taller lúdico N° 11

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 08-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Nos alimentamos bien para estar sanos”**

#### 2.2. Objetivo:

Los niños aprenden hábitos alimenticios mediante actividades donde comparten alimentos con los demás.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
Preparación y organización	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará haciendo que todos los niños gateen por el patio (lento-rápido).</li><li>- Dialogan sobre lo realizado: ¿Qué hicimos? ¿Qué parte de nuestro cuerpo hemos empleado? ¿Cómo se sintieron?</li><li>- Pregunta ¿después de haber jugado que debemos hacer ahora para pasar a consumir nuestros alimentos?</li></ul>	<b>15'</b>	Alfombra
Ejecución de las actividades lúdicas	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realizan el lavado de sus manos y rostro.</li><li>- En seguida sacan las frutas solicitadas por la docente con</li></ul>	<b>15'</b>	Frutas

	<p>anterioridad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los niños elaboran un ensalada de frutas y juegan a imitar a un vendedor de ensalada de frutas</li> <li>- Comentan lo desarrollado.</li> </ul>	<b>20'</b>	
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evalúan lo desarrollado indicando lo importante que es dialogar y cumplir con las normas de aseo de los alimentos.</li> <li>- Responden a ¿Qué hicimos?, ¿Cómo lo hicimos?, ¿les gustó, por qué?</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> </ul>	<b>15'</b>	Palabra oral
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Menciona acciones que debe desarrollar para cuidar sus alimentos que consumen.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de cotejo



## Taller lúdico N° 12

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 09-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

“Consumimos frutas ricas y nutritivas”

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ Los niños identifican las frutas diferenciadas por nutritivas y ricas..

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Los niños se sientan formando un círculo, dejando un espacio vacío.</li><li>- Cada niño menciona el nombre de su fruta preferida e indica porque le gusta.</li><li>- Los niños y niñas descubren el propósito de la actividad<ul style="list-style-type: none"><li>- “Consumir frutas ricas y nutritivas”</li></ul></li><li>- Recordamos los aprendizajes adquiridos en las sesiones anteriores.</li></ul>	<b>15´</b>	Espacios Pizarra Papel Plumones
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Enseguida se les distribuye en 3 grupos, con 3 cajas para cada equipo con telas.</li><li>- Realizan el lavado de sus manos y rostro.</li><li>- En seguida sacan las frutas solicitadas por la docente con anterioridad.</li><li>- Las llevan a lavar y luego las consumen, y mencionan características de la fruta.</li></ul>	<b>15´</b>	Frutas, fotos, tijera, goma, telas, etc.

		<b>20'</b>	
<b>Evaluación</b>	- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se reúnen en asamblea para dialogar y llegar a conclusiones sobre lo aprendido ¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué tipo de frutas debemos consumir? ¿Por qué es importante consumirlas?</li> <li>- Evalúan lo desarrollado indicando lo importante de consumir frutas ricas y nutritivas</li> <li>- Reflexionan sobre lo aprendido ¿Qué les pareció lo que aprendieron? ¿Cómo lo aprendieron? ¿Cómo se sintieron?</li> <li>- Finalmente dialogamos acerca de la actividad, comentan espontáneamente compromisos para alimentarse bien..</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiv a  Lista de Cotejos.

## Taller lúdico N° 13

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote  
1.2. Aula : 4 años  
1.3. Fecha : 12-11-18  
1.4. Número de niños : 20 niños y niñas  
1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Cuidamos nuestro aseo personal durante las tareas”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ Los niños desarrollan actividades de aprendizaje cuidando de su aseo personal

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Entonan la canción “las abejas”</li><li>- Luego dialogamos sobre la canción: ¿De qué trata?, ¿has visto alguna vez una abeja?,</li></ul>	<b>15´</b>	Papelografo
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Incentivamos a realizar un juego en grupos, de la siguiente manera: Se traza dos líneas en extremos con tiza una para que empiecen y la otra de llegada y se deja que los niños elijan a sus compañeros de grupo realizamos carreras de postas.</li><li>- Un niño lleva un globo y lo pasa a su compañero de equipo para que lo lleve otra distancia y este a su vez a</li></ul>	<b>15´</b>  <b>20´</b>	Armables en equipos Globos

	<p>otro hasta completar el recorrido del equipo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comentan lo desarrollado y como evitaron ensuciarse más de lo debido.</li> </ul>		
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Después se dialoga sobre lo realizado: ¿se golpearon?, ¿quién no quiso jugar? ¿Cómo cuidaron de su aseo?</li> <li>- Expresan: ¿Qué debo hacer ahora para mantenerme aseado?</li> <li>- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas.</li> </ul>	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Finalmente se propone el compromiso de la semana: realizo mis actividades de aprendizaje cuidando de mi aseo personal.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de Cotejo

## Taller lúdico N° 14

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 13-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“Jugando aprendo a apreciar mis alimentos”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ Los niños reconocen y valoran el aseo de los alimentos.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas, dejándolos que mencionen diversos alimentos que son de su agrado personal (se anota en la pizarra lo propuesto).</li><li>- Luego en papelitos se escribe la relación que se encuentra en la pizarra y se coloca en la cajita (se escoge 4 alimentos).</li></ul>	<b>15'</b>	Pizarra Plumón
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Enseguida se les pide que mencionen algunas normas que se debe cumplir para la realización del juego “Canasta revuelta”</li><li>- Desarrollan el juego acordado.</li><li>- Comentan lo desarrollado ¿cómo</li></ul>	<b>40'</b>	Papelitos Cajita

	son esos alimentos? ¿Como los limpiamos? ¿Cómo los consumimos? ¿Qué empleamos?		
<b>Evaluación</b>	- Comentan sobre el cumplimiento de las reglas establecidas y la actividad de simulación de uso de cubiertos realizados.	<b>15'</b>	
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>• Finalmente dialogamos acerca de la actividad y se comprometen a emplear utensilios para mantener aseados sus alimentos.</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo</li> </ul>	<b>15'</b>  <b>10'</b>	Ficha metacognitiva  Lista de Cotejo

## Taller lúdico N° 15

### 1.- PARTE INFORMATIVA

- 1.1. Institución Educativa : N° 324 del distrito de Nuevo Chimbote
- 1.2. Aula : 4 años
- 1.3. Fecha : 14-11-18
- 1.4. Número de niños : 20 niños y niñas
- 1.5. Investigadora : Elizabeth Roncal Muñoz

### 2.- PARTE DIDÁCTICA

#### 2.1. Título del taller:

**“El aseo después de alimentarnos”**

#### 2.2. Objetivo:

- ✓ Los niños aprenden hábitos alimenticios mediante la difusión a través de tarjetas.

#### 2.3. Desarrollo del aprendizaje

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA	TIEMPO	RECURSO
<b>Preparación y organización</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escuchan las indicaciones de la profesora para el inicio del taller.</li><li>- Se motivará a los niños y niñas a través de la canción “mis saberes personales”.</li><li>-</li></ul>	<b>15'</b>	Caja Tarjetas de colores
<b>Ejecución de las actividades lúdicas</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- A los niños se les proporciona rompecabezas con imágenes de aseo personal. Arman los rompecabezas por grupos.</li></ul>	<b>40'</b>	Caja Tarjetas de colores
<b>Evaluación</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Comentan sobre lo realizado y sobre su comportamiento mientras arman el rompecabezas.</li><li>- Comentan sobre el cumplimiento de</li></ul>	<b>15'</b>	

	las reglas establecidas.		
<b>Compromiso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Responden a preguntas metacognitivas sobre lo desarrollado: ¿Qué aprendimos? ¿Qué hicimos?, etc.</li> <li>- Finalmente se propone a cumplir con lo señalado en los rompecabezas</li> <li>- Se evalúa el logro del objetivo.</li> </ul>	<p><b>15'</b></p> <p><b>10'</b></p>	<p>Ficha metacognitiva</p> <p>Lista de Cotejo</p>