



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Unidad de Educación a distancia

Carrera de Educación Inicial

La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.

Trabajo de Integración Curricular,
previo a la obtención del Título de
Licenciada en Ciencias de la
Educación Inicial.

AUTORA:

Aide Michelle Villalta Cartuchi

DIRECTOR:

María Soledad Cárdenas Palacios.

Loja – Ecuador

2024

Certificación.



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Sistema de Información Académico
Administrativo y Financiero - SIAAF

CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **CARDENAS PALACIOS MARIA SOLEDAD**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **La nutrición y desarrollo motoriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica "3 de Diciembre"**

del **Cantón Paltas.**, perteneciente al estudiante **AIDE MICHELLE VILLALTA CARTUCHI** , con cédula de identidad N° **1104443013**.

Certifico:

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 2 de Agosto de 2024

MARIA
SOLEDAD
CARDENAS
PALACIOS

Firmado digitalmente
por MARIA SOLEDAD
CARDENAS PALACIOS
Fecha: 2024.08.02
18:51:28 -05'00'

F) -----
**DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR**



Certificado TIC/TT.: UNL-2024-001827

1/1
Educamos para Transformar

Autoría

Yo, **Aide Michelle Villalta Cartuchi**, declaro ser autora del presente Trabajo de Integración Curricular y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma. Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.



Firma: Aide Michelle Villalta Cartuchi.

Cédula de Identidad: 1104443013

Fecha: 10 de octubre de 2024.

Correo electrónico: aide.villalta@unl.edu.ec

Teléfono o celular: 0990898151

Carta de autorización del Trabajo de Integración Curricular por parte de la autora, para la consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo.

Yo, **Aide Michelle Villalta Cartuchi**, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado: **La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas**, como requisito para optar el título de **Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los diez días del mes de octubre del dos mil veinticuatro.

Firma:



Autora: Aide Michelle Villalta Cartuchi.

Cédula: 1104443013.

Dirección: Calle Loja y Naún Briones, Catacocha.

Correo electrónico: aide.villalta@unl.edu.ec

Celular: 0990898151

DATOS COMPLEMENTARIOS

Director del Trabajo de Integración Curricular:

Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios

Dedicatoria

Primeramente, dedico esto a Dios, por darme la fuerza, la sabiduría y la dicha de contar con una familia unida y amorosa. Sin su guía y bendiciones, este logro no habría sido posible.

A mi abuela Leonor, por ser mi inspiración y apoyo constante. Tu amor incondicional y tus consejos han sido mi faro en todo momento, te debo todo lo que soy y todos mis logros.

A mi Padre, tíos y primos paternos, por su apoyo inquebrantable y por siempre creer en mí. Sus palabras de aliento y su confianza en mis capacidades me han motivado a seguir adelante.

A mis hermanos, por ser mis compañeros de vida y por llenar mi camino de risas y comprensión. Su compañía y apoyo han sido fundamentales para alcanzar esta meta.

A una persona especial Daniel T, a mis amigos más cercanos y en especial a mi querida compañera Gina R, por estar siempre a mi lado, brindándome su amistad sincera y su apoyo en cada paso del camino. Sus palabras de aliento y su presencia han sido invaluable.

Este trabajo es un reflejo del amor y apoyo que he recibido de cada uno de ustedes. Gracias por ser parte de mi vida y por ayudarme a alcanzar este sueño.

Aidé Villalta

Agradecimiento

A las Autoridades de La Universidad Nacional de Loja, de la Modalidad de Estudios a Distancia, al personal docente de la Carrera de Educación Inicial, por su colaboración y eficiencia durante este proceso de formación profesional.

Quisiera aprovechar esta oportunidad para expresar mi más sincero agradecimiento a todos aquellos que han contribuido al éxito de mi proyecto de integración curricular. Este logro es el resultado de un esfuerzo conjunto y de la dedicación de mi persona.

A la Magister María Soledad Cárdenas Palacios, directora de Trabajo de Integración Curricular, quien, con sus orientaciones, hizo posible llevar adelante el presente trabajo de Investigación. Gracias a todos por su dedicación, esfuerzo y pasión. Juntos, hemos demostrado que la educación es una empresa colectiva y que, con unidad y compromiso, podemos lograr grandes cosas.

Con gratitud y aprecio,

Aidé Villalta.

Índice de Contenidos

Portada	i
Certificación	ii
Autoría	iii
Carta de Auctorización	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vii
Índice de Contenidos	viii
<i>Índice de tablas:</i>	<i>vii</i>
<i>Índice de figuras:</i>	<i>vii</i>
<i>Índice de anexos:</i>	<i>vii</i>
1. Título	1
2. Resumen	2
Abstract.....	3
1 Introducción	4
2 Marco teórico	6
2.1. Marco histórico	6
2.1.1. <i>Antecedentes</i>	6
2.1 <i>Bases teóricas</i>	6
2.1.1 Teoría sociocultural de Vygotsky	6
2.1.2 Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget.....	6
2.1.3 Teoría de aprendizaje de Montessori	7
2.2 <i>Marco conceptual</i>	7
2.2.1 Nutrición.....	7

2.2.2	¿Qué son los nutrientes?.....	8
2.2.3	¿Cuáles es la dieta adecuada durante la primera infancia?	8
2.2.4	Importancia de la nutrición	9
2.2.5	La nutrición en el preescolar	10
2.2.6	La nutrición en el hogar	10
2.2.7	Efectos de la malnutrición.....	11
2.2.8	Efectos de una buena nutrición	12
2.2.9	Requerimientos nutricionales	12
2.2.10	Desarrollo motriz.....	13
2.2.11	Tipos de motricidad.....	13
2.2.12	Fases del desarrollo motriz.....	14
2.2.13	Características de la motricidad infantil.....	15
2.2.14	Tendencias y avances en el estudio del desarrollo motriz	18
2.2.15	Relación entre nutrición y motricidad	18
2.3	<i>Marco legal</i>	19
3	Metodología.....	20
3.1	<i>Área de estudio</i>	20
3.2	<i>Procedimiento</i>	21
3.2.1	Enfoque metodológico (cualitativo)	21
3.2.2	Métodos.....	21
3.2.3	Técnicas e instrumentos:	21
3.2.4	Unidad de estudio.....	22
3.3	<i>Procesamiento de los datos obtenidos</i>	23
4	Resultados	24
4.1	<i>Triangulación de datos</i>	25

5	Discusión	29
6	Conclusiones	31
7	Recomendaciones	32
8	Bibliografía	33
9	Anexos	36

Índice de tablas:

Tabla 1. Población y muestra	22
Tabla 2. Triangulación de datos variable independiente	25
Tabla 3. Triangulación de datos variable dependiente	28

Índice de figuras:

Figura 1. Escuela Básica 3 de Diciembre.....	20
---	----

Índice de anexos:

Anexo 1. Consentimiento Informado.....	36
Anexo 2. Entrevista.....	37
Anexo 3. Ficha de Observación	38
Anexo 4. Validación de Guía de Entrevista.....	39
Anexo 5. Validación del Instrumento	43
Anexo 6. Operalización de variables	48
Anexo 7. Certificado de ingreso a la Institución Educativa.....	50
Anexo 8. Guía de actividades	51
Anexo 9 Certificado del Abstrac.....	60

1. Título

La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre”
del Cantón Paltas

2. Resumen

La presente investigación gira en torno a la relación que existe entre la nutrición y el desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica 3 de Diciembre del Cantón Paltas. En primera instancia, se hace alusión a la importancia de la nutrición durante la primera infancia, principalmente porque es determinante en el desarrollo cognitivo, social y físico de los niños y niñas. La investigación tuvo como objetivo central analizar la relación entre la nutrición y el desarrollo motriz, para determinar como la alimentación saludable influye en las capacidades motoras y desempeño estudiantil. Se utilizó una metodología cualitativa, y se aplicaron instrumentos como la entrevista semiestructurada y la guía de observación. Entre los principales resultados se encontró que la alimentación es la base fundamental en el crecimiento del niño, ya que a través de una alimentación saludable el niño adquiere los nutrientes y vitaminas necesarios para crecer fuerte. Finalmente, se concluye que la nutrición y el desarrollo motriz están intrínsecamente relacionados, ya que la nutrición determina el grado de desarrollo motriz que tienen los niños y es fundamental que durante la primera infancia se desarrollen estas capacidades motoras. Por último, se llegó a la conclusión de que los niños de la institución estudiada mantienen una alimentación balanceada, lo cual les permite desarrollar cualquier actividad física, social y cognitiva sin dificultades.

Palabras clave: *Nutrición, desarrollo motriz, alimentación, primera infancia.*

Abstract

The present research revolves around the relationship that exists between nutrition and motor development of children aged 3 to 4 years at the 3 de Diciembre Basic School of Paltas Canton. In the first instance, reference is made to the importance of nutrition during early childhood, mainly because it is decisive in the cognitive, social and physical development of boys and girls. The main objective of the research was to analyze the relationship between nutrition and motor development, to determine how healthy eating influences motor abilities and student performance. A qualitative methodology was used, and instruments such as the semi-structured interview and the observation guide were applied. Among the main results, it was found that nutrition is the fundamental basis for a child's growth, since through healthy eating the child acquires the nutrients and vitamins necessary to grow strong. Finally, it is concluded that nutrition and motor development are intrinsically related, since nutrition determines the degree of motor development that children have and it is essential that these motor abilities develop during early childhood. Finally, it was concluded that the children of the institution studied maintain a balanced diet, which allows them to carry out any physical, social and cognitive activity without difficulties.

***Keywords:** Nutrition, motor development, feeding, early childhood.*

1 Introducción

La primera infancia constituye una etapa crucial en el desarrollo del ser humano, sentando las bases para un crecimiento y aprendizaje óptimos. En este contexto, la nutrición emerge como un elemento esencial que impacta de manera directa en el desarrollo cognitivo, social y físico de los niños y niñas. Una alimentación adecuada durante este período crítico no solo favorece el crecimiento físico, sino que también potencia las habilidades cognitivas, emocionales y sociales, sentando las bases para un aprendizaje efectivo y un futuro saludable.

Sin embargo, a nivel mundial, la malnutrición infantil representa un desafío de gran magnitud. Según la UNICEF (2019), uno de cada tres niños menores de cinco años no crece adecuadamente debido a diversas formas de malnutrición, como el retraso en el crecimiento, la emaciación y el sobrepeso (p. 8). Esta problemática no solo afecta el desarrollo físico de los niños, sino que también tiene repercusiones significativas en su aprendizaje y potencial futuro. En Latinoamérica, la situación no es diferente. La malnutrición es un problema crítico que afecta a diversas regiones del mundo, y América Latina y el Caribe no son la excepción. La falta de acceso a una dieta saludable es una de las principales causas de este problema, afectando especialmente a los niños. Por lo tanto, la malnutrición en América Latina y el Caribe es un problema complejo que requiere una atención urgente y multifacética. La falta de acceso a una dieta saludable es una de las principales causas de este problema, afectando a millones de personas, especialmente a los niños.

La nutrición se define como la ciencia que estudia los requerimientos cualitativos y cuantitativos de una alimentación equilibrada, necesaria para mantener la salud y prevenir enfermedades (Lozano, 2011, p.23). En el caso de la nutrición infantil, esta adquiere una relevancia especial, ya que los primeros años de vida son un período crítico para el desarrollo del cerebro y el sistema nervioso. Una alimentación adecuada durante esta etapa proporciona los nutrientes esenciales para el crecimiento físico, el desarrollo cognitivo y la función inmunológica, sentando las bases para un futuro saludable y productivo.

Por lo tanto, esta investigación se centra en tratar esta problemática a nivel local, en la provincia de Loja, ubicada al sur de Ecuador. Es una región rica en patrimonio cultural y natural, en particular, el cantón Paltas ya que se lo considera como un lugar de gran importancia arqueológica y paleontológica. Sin embargo, a pesar su riqueza cultural, posee ciertos problemas sociales que aquejan a su población, entre estos, la pobreza, causa principal del porqué no poseen una adecuada nutrición los niños y niñas.

Así mismo, este proyecto se realiza con la finalidad de correlacionar patrones de nutrición con el crecimiento motriz, esto permitirá reforzar teorías científicas sobre la

importancia de una buena nutrición para la educación. Por lo tanto, este proyecto es conveniente tanto desde un punto de vista académico como social. Académicamente, este tipo de investigaciones permite aumentar el bagaje de información sobre la nutrición y el desarrollo motriz en la infancia temprana. Socialmente, los hallazgos de esta investigación pueden ser utilizados para mejorar la nutrición y el desarrollo motriz de los niños en la Escuela Básica “3 de Diciembre” y en otras instituciones similares.

Por lo tanto, la investigación tiene como objetivo analizar la relación entre la nutrición y el desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas para entender cómo la alimentación saludable influye en el desarrollo de las capacidades motoras. Así mismo, se pretende identificar los patrones de nutrición predominantes; caracterizar el desarrollo motriz y determinar la valoración entre los patrones de nutrición y el desarrollo motriz.

2 Marco teórico

2.1. Marco histórico

2.1.1. Antecedentes

En forma específica la Educación Inicial en Ecuador tiene como antecedentes a la construcción de programas asistenciales, entre ellos la asistencia de casas cuna, escuelas maternas, asilos, guarderías, preescolares, jardines de infancia, clases de preprimaria (Solís, 2009, p.57). Tras un largo proceso, en el siglo XXI, nacen programas en Ecuador que pretenden maximizar de categoría a la Educación Inicial. Por ejemplo, el Plan decenal de Educación 2006-2015, muestra que “Se plantean claros objetivos y metas relacionadas a la universalización de la educación infantil de cero a cinco años de edad” (Solís, 2009, p. 57). Es importante empezar señalando el proceso de consolidación de la Educación Inicial en Ecuador porque a partir de aquello la academia empezó a preocuparse por temas como la importancia de la nutrición para el desarrollo motriz de los niños en cierto rango de edad, específicamente en la primera infancia.

Sobre esta tutela, se desglosa un amplio marco teórico que abarca las dos variables principales “Nutrición” y “Desarrollo motriz”, las cuales guían el camino de la investigación bibliográfica y sobre todo aportan a la claridad del tema que se está investigando.

2.1 Bases teóricas

2.1.1 Teoría sociocultural de Vygotsky

La teoría sociocultural de Vygotsky sostiene que los individuos aprenden a través de las interacciones sociales y su cultura. Vygotsky explica que el diálogo es una psicología importante en el desarrollo del pensamiento del niño, ya medida que los niños crecen y se desarrollan, su lenguaje básico se vuelve más complejo (Mota y Villalobos, 2007). Los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo, ya que es donde el pensamiento y el lenguaje se vuelven cada vez más independientes.

Sobre la investigación planteada, la teoría de Vygotsky sugiere que los padres y cuidadores pueden jugar un papel crucial en la enseñanza de hábitos alimenticios saludables y en la promoción de actividades físicas a través de interacciones sociales y culturales. Por ejemplo, se puede educar a los infantes sobre la importancia de la nutrición en su desarrollo físico y emocional.

2.1.2 Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget

La teoría del desarrollo cognitivo de Piaget se centra en el proceso de aprendizaje de los niños. Según Piaget, los niños pasan por varias etapas de desarrollo cognitivo, y en cada etapa, adquieren nuevas habilidades y comprenden el mundo de diferentes maneras (Pérez, 2014).

En el contexto de la nutrición y el desarrollo motriz, la teoría de Piaget sugiere que los niños de 3 a 4 años están en la etapa preoperacional de desarrollo. En esta etapa, los niños comienzan a desarrollar habilidades motoras más complejas y pueden empezar a comprender conceptos básicos sobre la salud y la nutrición. Por ejemplo, pueden aprender a identificar alimentos saludables y no saludables, y pueden comenzar a comprender la importancia del ejercicio para la salud y el bienestar.

2.1.3 Teoría de aprendizaje de Montessori

La teoría de aprendizaje de Montessori se centra en proporcionar un ambiente de aprendizaje que fomente la independencia y permita a los niños aprender a su propio ritmo. Según Montessori, los niños aprenden mejor cuando se les permite explorar y descubrir por sí mismos (Torres, 2017).

En términos de nutrición y desarrollo motriz, un enfoque de Montessori podría implicar proporcionar a los niños oportunidades para participar en la preparación de alimentos saludables y en actividades físicas. Por ejemplo, los niños podrían ayudar a preparar una ensalada de frutas, aprendiendo así sobre los diferentes tipos de frutas y su importancia para la salud. Así mismo, la actividad física es una herramienta importante para desarrollar las habilidades motoras de los niños.

2.2 Marco conceptual

2.2.1 Nutrición

La nutrición es primordial en el desarrollo y crecimiento de los niños, especialmente durante los primeros años de vida. En esta etapa, la alimentación adecuada juega un papel crucial en el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los niños. Una nutrición deficiente puede afectar negativamente su crecimiento, capacidad de aprendizaje, sistema inmunológico y desarrollo motor. Por lo tanto, una alimentación equilibrada y saludable desde temprana edad es esencial para garantizar el óptimo desarrollo de los niños.

En este sentido, la nutrición se define como “Un proceso educable que comprende un conjunto de actos voluntarios y conscientes que van dirigidos a la elección, preparación e ingestión de los alimentos que son fenómenos muy relacionados con el medio sociocultural y económico” (Abete, s.f). Por tanto, nutrición es un concepto que relaciona la conducta alimenticia y el estilo de vida con la forma en que una persona lleva su calidad de vida.

Por consiguiente, la nutrición desempeña un papel fundamental en la vida de una

persona, principalmente durante sus primeros años de vida ya que en ese rango de edad adquiere la mayor cantidad de vitaminas y en consecuencia permite que el niño tenga un crecimiento y desarrollo normal. Las escuelas tienen un papel importante en promover hábitos alimentarios saludables. Esto implica fomentar el consumo de alimentos nutritivos como frutas, verduras y proteínas. La educación nutricional en las escuelas también ayuda a los estudiantes a comprender la importancia de una buena alimentación y les enseña habilidades para tomar decisiones saludables en su vida diaria. En resumen, las escuelas desempeñan un papel fundamental en la promoción de una alimentación saludable y en la educación nutricional de los estudiantes.

2.2.2 *¿Qué son los nutrientes?*

Los nutrientes son de fundamental importancia para el desarrollo adecuado del organismo humano. Estos compuestos químicos se encuentran presentes en los alimentos y cumplen un papel fundamental en el mantenimiento de la salud y el bienestar. Los nutrientes se dividen en diferentes categorías, como los carbohidratos, las proteínas, las grasas, las vitaminas y los minerales, cada uno con funciones específicas en el cuerpo.

A través de una alimentación equilibrada y variada, se busca obtener todos los nutrientes necesarios para el correcto funcionamiento del organismo, proporcionando energía, fortaleciendo el sistema inmunológico, promoviendo el crecimiento y desarrollo, y contribuyendo al mantenimiento de una buena salud en general. El conocimiento sobre los nutrientes y su importancia en la dieta diaria es fundamental para llevar una vida saludable y prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación.

Así mismo, los nutrientes pueden ser orgánicos e inorgánicos. Según el autor Del Toro (2017) los alimentos orgánicos e inorgánicos “son aquellos que se componen de los tres macronutrientes, proteínas, hidratos de carbono y grasas. Los alimentos inorgánicos son básicamente el agua y minerales” (párr. 11).

2.2.3 *¿Cuáles es la dieta adecuada durante la primera infancia?*

Una de las ramas científicas que se preocupa por el mantenimiento de un estado de salud óptimo y trata de prevenir enfermedades no sólo infantiles, sino también en la repercusión en la vida adulta es la Pediatría. En este sentido, autores como: Cubero (2012) expresan que algunos de los alimentos clave que aseguran una dieta equilibrada y nutritiva, son los siguientes:

- Frutas: Las frutas son una excelente fuente de vitaminas, minerales y fibra. Se puede incluir frutas frescas como manzanas, plátanos, uvas, fresas, naranjas, entre otras. También puedes ofrecerles frutas en forma de jugos naturales o batidos.

- Verduras: Abundantes en nutrientes esenciales y fibra. Puedes ofrecerles verduras como zanahorias, brócoli, espinacas, tomates, calabacines, entre otras. Se puede incorporarlas en ensaladas, sopas, guisos o incluso hacer purés.
- Lácteos: Tienen una buena fuente de calcio y proteínas. Se puede incluir leche, yogur, queso y otros productos lácteos en tu dieta diaria. Opte por opciones bajas en grasa y sin azúcares añadidos.
- Cereales y granos integrales: Brindan una fuente importante de energía y fibra. Puedes ofrecerles pan integral, arroz integral, avena, quinua, entre otros.
- Proteínas: Son fundamentales para el crecimiento y desarrollo de los niños. Entre ellas están: pollo, pavo, pescado, huevos, legumbres (lentejas, garbanzos, frijoles), tofu, entre otros.

2.2.4 Importancia de la nutrición

La nutrición juega un papel crucial en los primeros años de vida y en el desarrollo motriz de los niños. Durante esta etapa de crecimiento y desarrollo físico, es importante asegurar una nutrición adecuada para fortalecer los huesos, los músculos y el sistema nervioso. Esto es fundamental para establecer las bases de un desarrollo motriz saludable. En una investigación realizada por autores como González, López y Prado (2016) se evalúa sobre la nutrición en los primeros 1000 días de vida. En esta investigación se plantea que:

La velocidad de crecimiento neural es alta durante los primeros años de vida; llama la atención que durante el primer año se alcanza un 40% de su crecimiento, y a los 5 años alcanza aproximadamente el 85% de la masa neural que tendrá cuando sea adulto (González, et al. p.602)

La nutrición juega un papel crucial en el desarrollo y crecimiento del cerebro durante los primeros años de vida. Es fundamental contar con una alimentación adecuada que proporcione los nutrientes necesarios para el correcto desarrollo de las células cerebrales y la formación de conexiones neuronales. Los nutrientes esenciales, como las proteínas, los ácidos grasos omega-3, las vitaminas y los minerales, son indispensables para el desarrollo y funcionamiento óptimo del cerebro. Por lo tanto, “las alteraciones que ocurran durante los primeros 2 años de vida generarán morbilidad futura afectarán el desarrollo mental-motor y a largo plazo puede asociarse a bajo rendimiento intelectual” (González, et al. 2016). Es importante asegurar una alimentación equilibrada y nutritiva para los niños, proporcionando una variedad de alimentos ricos en nutrientes desde el nacimiento hasta los primeros años de vida. Esto incluye frutas, verduras, proteínas magras, granos enteros y lácteos. Además, es esencial garantizar un adecuado aporte de energía y nutrientes para satisfacer las necesidades

de crecimiento y desarrollo del cerebro.

La nutrición adecuada durante los primeros años de vida también puede tener un impacto en el desarrollo cognitivo, el rendimiento académico y la salud en general a lo largo de la vida. Por lo tanto, es fundamental brindar una alimentación saludable y equilibrada a los niños desde una edad temprana para promover un desarrollo cerebral óptimo.

2.2.5 *La nutrición en el preescolar*

La nutrición en el entorno preescolar determina el desarrollo cognitivo y físico de los niños en esta etapa de su vida. Durante estos años, los niños están experimentando un rápido crecimiento físico y cognitivo, por lo que es fundamental proporcionarles una alimentación adecuada y equilibrada que les brinde los nutrientes necesarios para su desarrollo óptimo.

Además, en el entorno preescolar es donde nacen las primeras influencias para adquirir hábitos alimentarios saludables, fomentando la ingesta de alimentos nutritivos, variados y adecuados para su edad. La nutrición en el entorno preescolar no solo contribuye al desarrollo físico de los niños, sino que también tiene un impacto en su capacidad de aprendizaje, su salud y su bienestar en general. Por lo tanto, es significativo que en los entornos preescolares se tome en cuenta la promoción de un hábito nutritivo saludable.

Sobre esto, los autores Loaiza, et al. (2020) expresan que “los padres son los únicos responsables de llevar un lunch nutritivo a sus hijos, de tener un control para que muestren interés al alimentarse y su distribución según los nutrientes necesarios de acuerdo a la edad del infante” (p.17). Además, es fundamental enseñar a los niños la importancia de una alimentación equilibrada y variada, así como fomentar su interés por los alimentos saludables. Los padres pueden involucrar a sus hijos en la elección y preparación de los alimentos, lo que les ayudará a desarrollar una relación positiva con la comida ya adquirir habilidades alimentarias saludables

2.2.6 *La nutrición en el hogar*

Los hábitos de nutrición empiezan en el hogar, el primer alimento que tiene un niño es el seno de su madre que le aporta con los nutrientes necesarios para crecer. Al pasar el tiempo, el niño va adquiriendo hábitos que se crean en su hogar, si los padres son responsables con su alimentación, el niño también lo será y viceversa. En otras palabras, se afirma que “Los infantes aprenden a elegir los alimentos en el hogar, por ello la estructuración de su dieta depende en gran medida de la actitud de la madre hacia la comida” (Cárdenas, 2012, p.60). Así mismo, según Gable, citado en Cárdenas (2012) “Los ambientes de casa y escuela conducen al infante a la elección de alimentos y bebidas, que aunados al tipo de actividad recreativa que realizan pueden o no inducir el desarrollo de obesidad” (p.61).

Sin embargo, es importante considerar que la nutrición en el hogar ecuatoriano no depende únicamente de la educación y hábitos que los padres generen en el niño, sino también de su condición socioeconómica, ya que los ingresos económicos son aquellos que permiten adquirir los alimentos necesarios para los hijos e hijas. Esta tesis se relaciona con lo investigado por Cruz y Maldonado (2017) quienes afirman que “Los factores que inciden en el acceso a la canasta básica en Ecuador son, por un lado, la experiencia laboral, mientras las personas tengan más experiencia laboral, tienen mayores posibilidades de acceder a una canasta básica” (Cruz y Maldonado, 2017, p.28). Así mismo, existen otros factores que influyen en la nutrición de las familias ecuatorianas, entre estos factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales, económicos y educativos. Es importante tener en cuenta que estos factores interactúan entre sí y pueden variar según las circunstancias individuales y familiares. La comprensión de estos factores puede ayudar a promover una alimentación saludable en el hogar

2.2.7 Efectos de la malnutrición

Según Martínez (2021), la malnutrición, que abarca la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad, tiene graves repercusiones en la salud de la población a nivel mundial. Se estima que 1.900 millones de adultos padecen sobrepeso u obesidad, mientras que 462 millones tienen insuficiencia ponderal. Además, 52 millones de niños menores de cinco años presentan emaciación, 17 millones padecen emaciación grave, y 155 millones sufren retraso del crecimiento, mientras que 41 millones tienen sobrepeso u obesidad (Martínez, 2021).

La desnutrición, especialmente en los países en vías de desarrollo, está relacionada con hasta un 45% de las muertes de menores de cinco años. Esta situación se agrava debido al aumento de las tasas de sobrepeso y obesidad en la niñez en estos mismos países. La desnutrición provoca aproximadamente 7.000 muertes infantiles al día en el mundo, lo que la convierte en una causa significativa de morbilidad y mortalidad. Los niños que sobreviven a la desnutrición suelen enfrentar secuelas que limitarán su vida y la de sus futuros hijos, perpetuando así el ciclo de malnutrición, enfermedad y pobreza de generación en generación (Martínez, 2021).

La malnutrición, ya sea por déficit o por exceso de nutrientes, tiene un impacto negativo en la salud física y el desarrollo cognitivo de los niños, lo que afecta su potencial de desarrollo físico e intelectual a lo largo de su vida y el de sus futuras generaciones. Además, la desnutrición debilita la salud de los niños, los hace más vulnerables a enfermedades y afecta su capacidad de aprendizaje, lo que a su vez puede generar un ciclo de pobreza y limitaciones en el progreso individual y social (Martínez, 2021).

2.2.8 Efectos de una buena nutrición

Una buena nutrición tiene efectos positivos en la salud y el bienestar general de las personas. Cuando se sigue una dieta equilibrada y se obtienen los nutrientes necesarios, el cuerpo puede funcionar de manera óptima. Una alimentación adecuada, rica en frutas, verduras, proteínas magras, grasas saludables y carbohidratos complejos, proporciona la energía necesaria para realizar actividades diarias.

Además, una buena nutrición puede fortalecer el sistema inmunológico, lo que ayuda a prevenir infecciones y enfermedades. Asimismo, puede contribuir a la salud mental, ya que ciertos nutrientes están relacionados con la regulación del estado de ánimo y la función cognitiva. Una dieta equilibrada también puede promover la salud cardiovascular, ósea y muscular, lo que a su vez puede reducir paros cardiorrespiratorios.

2.2.9 Requerimientos nutricionales

Energía

La energía es un requerimiento nutricional fundamental, ya que proporciona el combustible necesario para que el cuerpo realice sus funciones diarias. Se mide en calorías y varía según la edad, el género, el nivel de actividad física y otros factores individuales. Una ingesta equilibrada de energía proveniente de carbohidratos, proteínas y grasas (Tinitana, 2020).

Grasas

Las grasas son una fuente importante de energía y desempeñan un papel crucial en la absorción de vitaminas liposolubles. Sin embargo, es fundamental consumirlas en cantidades moderadas y priorizar las grasas saludables, como las presentes en los frutos secos, aguacates y pescados grasos, en lugar de las grasas saturadas y trans, que pueden contribuir a la enfermedad (Tinitana, 2020).

Proteínas

Las proteínas desempeñan un papel fundamental en el cuerpo humano, ya que son nutrientes esenciales que contribuyen a la fabricación de células, tejidos, enzimas, neurotransmisores y hormonas. Son moléculas complejas que realizan la mayor parte del trabajo en las células y son vitales para la estructura, función y regulación del cuerpo (Tinitana, 2020).

Fibra

La fibra es un componente esencial de la dieta que se encuentra en alimentos como frutas, verduras, granos enteros, legumbres y frutos secos. Su importancia radica en sus diversos beneficios para la salud: salud digestiva, control de peso, regulación de azúcar en la sangre, y prevención de enfermedades (Tinitana, 2020).

Agua

El agua es esencial para la vida y desempeña un papel vital en diversas funciones biológicas, incluida la regulación de la temperatura corporal, la lubricación de las articulaciones y la eliminación de desechos a través de la orina. Es crucial mantenerse bien hidratado, y la cantidad de agua necesaria varía según la edad, el sexo, el nivel de actividad y las condiciones ambientales (Tinitana, 2020)

Vitaminas

Las vitaminas son nutrientes esenciales que desempeñan una variedad de funciones en el cuerpo, como el fortalecimiento del sistema inmunológico, la producción de energía y el mantenimiento de la salud ósea. Una dieta equilibrada que incluya una amplia variedad de frutas, verduras, granos enteros, proteínas magras y productos lácteos bajos en grasa proporciona las vitaminas necesarias para mantener la salud óptima (Tinitana, 2020).

2.2.10 Desarrollo motriz

El desarrollo motriz infantil es un proceso fundamental en la vida de los niños. Durante los primeros años, los pequeños experimentan un rápido crecimiento y desarrollo físico, lo cual incluye el desarrollo de habilidades motoras. El desarrollo motriz abarca desde los movimientos básicos, como gatear y caminar, hasta habilidades más complejas, como correr, saltar o lanzar una pelota.

En este sentido, se lo puede definir como “el proceso por medio del cual los seres vivos logran una mayor capacidad funcional de sus sistemas en virtud de fenómenos de maduración, diferenciación e integración de funciones” (Uribe, 1998, p.93). Por otro lado, autores como Viciano (2009) afirma que “La motricidad no solo es importante porque permite el desarrollo motor del alumnado, sino también porque a través de ella el niño expresa y comunica sus emociones y adquiere los conocimientos pertenecientes al ciclo” (p.101). Estas habilidades motoras son esenciales para que los niños puedan explorar su entorno, interactuar con otros y participar en actividades físicas y deportivas. Un adecuado desarrollo motriz en la infancia no solo contribuye a la autonomía y confianza de los niños, sino que también sienta las bases para un estilo de vida activo y saludable en el futuro.

2.2.11 Tipos de motricidad

Existen diferentes tipos de motricidad que se pueden clasificar en función de las características y habilidades motoras involucradas. La autora Mendoza (2017) afirma que “La motricidad fina se refiere a las acciones que implican pequeños grupos musculares de cara, manos y pies, concretamente, a las palmas de las manos, los ojos, dedos y músculos que rodean

la boca” (Mendoza, 2017, p.2). Por tanto, la motricidad fina incluye habilidades como agarrar objetos, escribir, recortar con tijeras, abotonar, atar cordones y manipular objetos pequeños. Estas habilidades son fundamentales para actividades diarias como vestirse, comer y realizar tareas escolares. Por otro lado, las autoras Jiménez y Romero (2019) expresan que:

La motricidad gruesa, que a su vez trabaja dos partes importantes del cuerpo, por un lado, el dominio corporal dinámico, es decir la coordinación general, el equilibrio, el ritmo y, por otro lado, la coordinación viso motriz, como lo es el dominio corporal estático: tonicidad, respiración y relajación (p.4

Por lo tanto, estos movimientos son fundamentales para el desarrollo de habilidades como gatear, caminar, correr, saltar, trepar, lanzar, patear y nadar. La motricidad gruesa está relacionada con la coordinación general del cuerpo y la capacidad de mantener el equilibrio.

2.2.12 Fases del desarrollo motriz

Fase de automatismo

La fase de automatismo en el desarrollo motriz se refiere a la capacidad de realizar movimientos de manera automática y sin esfuerzo consciente. Esta fase es crucial para la eficiencia y la fluidez en la ejecución de tareas motoras, según Fallas (2020) estas fases se determinan por los siguientes procesos:

Desarrollo de Movimientos Automáticos: Los movimientos reflejos son movimientos automáticos de supervivencia que se desarrollan en los primeros meses de vida y forman la base para movimientos más complejos. Estos movimientos incluyen el control de la cabeza y el cuello, gateo, y caminar.

Control Postural y Desplazamiento: El desarrollo motor permite controlar el cuerpo y estar atento para recibir y procesar información del contexto, lo cual es esencial para la automatización de movimientos. La motricidad gruesa, que incluye habilidades como caminar y correr, se desarrolla en esta fase

Desarrollo de la Coordinación: La fase autónoma del desarrollo motor se caracteriza por la fusión organizada y autónoma de los diferentes componentes de una tarea, lo que reduce la predisposición a errores. Esta fase es crucial para la estabilización de la coordinación fina y la disponibilidad variable del movimiento

Fase receptiva

La fase receptiva se centra en la capacidad de los niños para comprender y procesar información del entorno, lo cual es fundamental para el desarrollo de habilidades motoras y cognitivas, según los autores Simbaña, et al. (2021) los procesos de la fase receptiva son:

Comprensión de la Comunicación: Los niños demuestran la capacidad de comprender

la comunicación tanto verbal como no verbal, lo que es esencial para el desarrollo del lenguaje receptivo. Esta capacidad influye en el éxito social y en la interacción con otros.

Desarrollo de la Percepción: La percepción se refiere a cómo los niños usan sus sentidos para recopilar y entender la información y responder al mundo que los rodea. Este proceso es fundamental para el desarrollo perceptual, motor y físico, que es el cimiento para el aprendizaje en todos los dominios

Desarrollo de la Motricidad Básica: En la fase receptiva, los niños comienzan a entender la estructura y funcionamiento de su cuerpo en relación con el espacio que los rodea, lo que es crucial para el desarrollo de la motricidad básica

Fase de experimentación y adquisición de conocimientos

Esta fase implica la exploración activa y la práctica de nuevas habilidades motoras, lo que lleva a la adquisición de conocimientos y al perfeccionamiento de movimientos.

Exploración y Movimiento: Durante los primeros años de vida, los niños aprenden a través del movimiento y la exploración, lo que les brinda autonomía y seguridad. El juego físico desempeña un papel crucial en el desarrollo motor de los niños.

Desarrollo de Habilidades Motoras Finas y Gruesas: La motricidad fina involucra movimientos precisos de las manos y dedos, fundamentales antes del aprendizaje de la lectoescritura. La motricidad gruesa se refiere a la habilidad de mover armoniosamente los músculos del cuerpo y mantener el equilibrio.

Progresión del Desarrollo Motor: El desarrollo motor avanza de forma gradual en el mismo orden y aproximadamente a la misma edad, siguiendo principios como la dirección próximo distal y céfalo caudal. Este proceso incluye hitos como gatear, sentarse, pararse solo, y caminar.

2.2.13 Características de la motricidad infantil

Para Reinoso (2019) la motricidad es “la capacidad de movimiento del cuerpo humano. La psicomotricidad integra los aspectos psicológicos y su rol en la maduración de la personalidad. La motricidad infantil evoluciona desde el nacimiento del niño mediante un proceso de aprendizaje”

Los infantes aprenden cada uno a su ritmo las distintas habilidades posturales como gatear, sentarse, pararse y mantenerse de pie o caminar. Se clasifican dos tipos de motricidad:

- **Motricidad gruesa:** es la que se desarrolla primero, es la capacidad con la que se genera movimientos amplios. Es la habilidad que los niños van adquiriendo para poder mover de forma armónica los músculos del cuerpo para de esta forma poco a poco poder mantener el equilibrio de la cabeza, tronco y extremidades. De esta forma lograr sentarse, gatear, ponerse

de pie y caminar con facilidad

Para poder estimular este tipo de motricidad hay actividades como derribar pirámides de objetos, pasarle objetos de distintos tamaños para que agarre, hacer que atrape pelotas, entre otros.

- Motricidad fina: esta implica el control voluntario y preciso de movimientos de mano y dedos. es fundamental que el desarrollo de esta para que los niños puedan realizar una gran cantidad de actividades escolares.

Entre las actividades que se recomienda para estimular este tipo de motricidad esta trabajar con plastilina, hacer que dibuje libremente, jugar con pinzas, etc.

El desarrollo motriz va a interactuar con facetas de la maduración del infante, entre estas tenemos:

- Maduración social: el niño cuando no es capaz de seguir a los demás en sus actividades ya sea físicas y juegos, no será incluido en el grupo por lo que se aislará y evitara trabajar en conjunto.

- Crecimiento físico: al no realizar ejercicio físico se impedirá un óptimo desarrollo óseo, muscular y nervioso.

- Desarrollo mental: al madurar la motricidad de pequeño sus facultades cognitivas se incrementarán. Los niños activos desde un punto físico son más perceptivos ante el aprendizaje.

- Percepción sensorial: los niños utilizan y afinan sus sentidos durante el juego y deportes.

- Desarrollo del habla: la falta de motricidad fina puede llegar a causar que el niño no coordine los gestos para una expresión verbal, lo que impedirá una comunicación fluida.

La práctica psicomotriz, es una actividad que se puede llevar a cabo de forma grupal o individual teniendo en cuenta necesidades especiales y características de niños con problemas o patologías. Esto con el fin de ayudar a aquellos que tienen dificultades para relacionarse con las personas que lo rodean.

Potenciar la psicomotricidad y trabajarla en la etapa infantil es importante para el desarrollo afectivo, cognitivo y motriz. Ya que a través de esto los infantes podrán aprender. Jugar y crecer en función de la relación que hayan creado con el entorno y las personas que los rodean. Enfocarse en la psicomotricidad va a permitir que los pequeños estimulen un mejor pensamiento crítico, mejorando así su concentración.

Entre los beneficios de una óptima psicomotricidad encontramos que:

- Favorece el control de su cuerpo

- Ayuda en la coordinación motora y sentido del espacio
- Mejora la creatividad y su memoria,
- Mejora su autoestima
- Estimula la percepción y exploración de su entorno.

Implicaciones del desarrollo motriz en el aprendizaje.

Nista-Piccolo, citado en Viciano, et al., (2017) expresa que “una educación que no tome en cuenta la motricidad del niño es una educación que no contempla la condición real de este, pues pretende transformar al niño rápidamente en un ser productivo, cuando verdaderamente, este ejercita su motricidad progresivamente” (p. 90). Por lo tanto, se resalta la importancia de considerar el desarrollo motriz de los niños en el contexto educativo. Al no tener en cuenta la motricidad, la educación estaría pasando por alto una parte fundamental del desarrollo infantil.

El desarrollo motriz no se trata solo de habilidades físicas, sino que influye en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los niños. A través del movimiento, los niños exploran el mundo que les rodea, adquieren habilidades de coordinación, equilibrio y control motor, y desarrollan su conciencia espacial. Además, el movimiento les permite expresar emociones, interactuar con otros y establecer una conexión más profunda con el entorno.

Ignorar la importancia del desarrollo motriz en la educación podría llevar a una presión excesiva para que los niños se conviertan rápidamente en "seres productivos", sin permitirles el tiempo necesario para explorar y desarrollar sus habilidades motoras a su propio ritmo. Esto puede tener un impacto negativo en su bienestar físico, emocional y cognitivo a largo plazo.

Según Cardona (2020) algunos de los beneficios de fomentar el desarrollo motor en la educación son:

Estimula las funciones orgánicas.

Adaptación del niño al medio ambiente.

Favorece el desarrollo de la personalidad.

Desarrollo del esquema corporal y todo el conocimiento de su cuerpo.

Estimula la creatividad.

Fomenta la independencia.

Desarrollo de la socialización.

Resolución de problemas.

Así mismo, según Cardona (2020) es importante favorecer el desarrollo físico del niño, ya que no dar la oportunidad de que los niños desarrollen estas habilidades, puede traerles dificultades a nivel académico y emocional, principalmente porque el desarrollo motor influye en el proceso de aprendizaje.

2.2.14 Tendencias y avances en el estudio del desarrollo motriz

El desarrollo motriz es un aspecto fundamental del crecimiento humano, especialmente en las primeras etapas de la vida. Es importante sintetizar las tendencias y avances recientes en el campo del desarrollo motriz, para comprender su importancia en el desempeño académico. En primer lugar, se expresa que el desarrollo motriz es una parte integral del desarrollo humano general y tiene una influencia significativa en el desarrollo global del niño, especialmente en los primeros años de vida. Este proceso incluye la adquisición de habilidades motoras que permiten a los niños interactuar con su entorno de manera efectiva y segura (Vicianá., et al. 2017).

Algunos de los modelos teóricos del desarrollo motriz son:

Modelo madurativo

Modelo reflejo—estimulación

Corrientes Eclécticas

El primer modelo se refiere a que el desarrollo de las habilidades motoras está estrechamente relacionado con las fases biológicas de la maduración humana. El segundo modelo hace alusión a que las acciones humanas son iniciadas por estímulos externos del medio ambiente. Y el tercer modelo combinan la herencia y el aprendizaje como factores interrelacionados en la evolución de las conductas motrices.

2.2.15 Relación entre nutrición y motricidad

La nutrición juega un papel fundamental en el desarrollo motriz de los niños. Una adecuada dieta, específicamente rica en nutrientes principales brinda los componentes necesarios para el crecimiento y desarrollo adecuado de los músculos, huesos, sistema nervioso y otros órganos que intervienen en el movimiento.

En este panorama, investigaciones de autores como Morales (2014) establecen que “El crecimiento infantil se considera como uno de los indicadores de mayor utilidad para evaluar el estado de salud y nutrición, ya que permite medir de forma indirecta la calidad de vida de una población” (Morales, 2014, p.55). Por lo tanto, los niños con desnutrición o deficiencias de nutrientes específicos pueden presentar un retraso en la adquisición de habilidades motoras como gatear, caminar o correr. Esto lo afirma Carvajal (2015) al expresar que “en edad escolar los infantes presentan riesgos de morbilidad causados por la desnutrición” (p.52).

Además, ciertos nutrientes específicos desempeñan un papel crucial en el desarrollo y funcionamiento del sistema nervioso, lo cual influye directamente en la motricidad. En palabras de Fonseca y Horna (2024) por ejemplo, los ácidos grasos omega-3, presentes en alimentos como pescados grasos, nueces y semillas, pueden promover un adecuado desarrollo cerebral y

mejorar la coordinación motora en los niños.

Por otro lado, autores como Barreto y Quino (2014) han realizado investigaciones sobre la prevalencia del retraso psicomotor y su relación con el estado nutricional y el nivel socioeconómico en niños de 6 meses a 4 años de edad en la ciudad de Cañar (Barreto y Quino, 2014, p.227). El objetivo de este estudio fue determinar la prevalencia del retraso psicomotor y su relación con el estado nutricional y el nivel socioeconómico. Los resultados obtenidos revelaron que la prevalencia de retraso psicomotor fue del 35,90%, sin diferencias significativas en las áreas de desarrollo motor grueso, motor fino, lenguaje y psicosocial (Barreto y Quino, 2014, p.227). En cuanto al análisis del estado nutricional, se encontró que había más niños con bajo peso severo y bajo peso en comparación con aquellos con sobrepeso y obesidad. Además, se observará una asociación entre el nivel socioeconómico de la familia y el retraso psicomotor.

2.3 Marco legal

Constitución De La República Del Ecuador (2008).

Capítulo tercero. Sección Quinta. Niñas, niños y adolescentes.

Art. 32.- Se establece que la salud es un derecho garantizado por el Estado, vinculado al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantiza este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva.

Art. 45.- Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la integridad física y psíquica; a su identidad, nombre y ciudadanía; a la salud integral y nutrición; a la educación y cultura, al deporte y recreación; a la seguridad social; a tener una familia y disfrutar de la convivencia familiar y comunitaria; a la participación social; al respeto de su libertad y dignidad; a ser consultados en los asuntos que les afecten; a educarse de manera prioritaria en su idioma y en los contextos culturales propios de sus pueblos y nacionalidades; y a recibir información acerca de sus progenitores o familiares ausentes, salvo que fuera perjudicial para su bienestar.

Art. 46. El Estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes: Atención a menores de seis años, que garantice su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos.

3 Metodología

3.1 Área de estudio

La presente investigación se desarrolló en la Escuela Básica 3 de Diciembre, identificada con su código de institución educativa 11H01157, corresponde a la zona 7, geográficamente es un centro educativo urbano, ubicado en la provincia de Loja, en el Cantón Paltas de la parroquia Catacocha, oferta un tipo de educación regular con nivel educativo de Educación inicial y Educación General Básica, con un sostenimiento fiscal, régimen escolar costa, modalidad presencial y matutina. Tiene un total de 25 profesores, quienes se encargan de la educación y formación de los 445 estudiantes matriculados en la institución.

Figura 1. Escuela Básica 3 de Diciembre

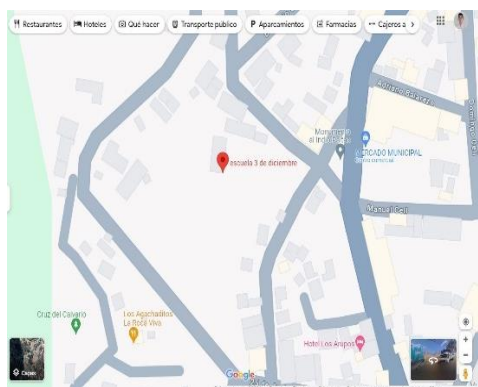


Figura 1: Google maps (<https://n9.cl/a4ufl>)

3.2 Procedimiento

3.2.1 Enfoque metodológico (cualitativo)

En el estudio sobre la nutrición y el desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica "3 de Diciembre", se emplearon dos metodologías de investigación: la cualitativa y la cuantitativa. Cada una de ellas desempeñó un papel fundamental en la recolección y análisis de datos, permitiendo obtener una comprensión profunda y completa del tema en cuestión.

El enfoque cualitativo se utilizó en la revisión bibliográfica y en la entrevista al docente. En la revisión bibliográfica, se analizaron textos, artículos y otras fuentes de información para comprender las teorías, conceptos y hallazgos existentes sobre la nutrición y el desarrollo motriz en la población objetivo. Esto permitió al investigador familiarizarse con el tema y contextualizar su estudio dentro del marco teórico actual.

En la entrevista al docente, se recopilaron datos sobre las prácticas alimenticias y las actividades motrices que se desarrollan en el aula. El enfoque cualitativo permitió al investigador explorar las perspectivas y experiencias del docente, obtener información detallada sobre las rutinas diarias y capturar aspectos contextuales relevantes para la investigación.

3.2.2 Métodos

En el presente proyecto de investigación se utilizará el método inductivo, no experimental para obtener conclusiones generales o teorías a partir de la observación y análisis de casos particulares. En este estudio de investigación, se llevará a cabo una observación meticulosa de cada caso individual, se recopilarán datos sobre las prácticas de nutrición en cada familia y el desarrollo motriz de los niños, y se buscarán patrones y relaciones entre ambos aspectos. Al emplear esta metodología, se podrá obtener un conocimiento más profundo de cómo los distintos estilos de crianza pueden influir en el desarrollo socioafectivo de los niños en la etapa inicial 2.

Además, se podrán identificar posibles factores de protección o riesgo asociados a este tipo de crianza y se podrán desarrollar recomendaciones y estrategias para mejorar la crianza y fomentar un desarrollo socioafectivo positivo en los niños. El enfoque de la investigación es de tipo mixto, ya que me permitirá comprender en profundidad los tipos de nutrición y su impacto en el desarrollo psicomotor de los niños de inicial 2, explorando las experiencias y perspectivas de las personas involucradas en este proceso.

3.2.3 Técnicas e instrumentos:

En la presente investigación se utilizaron la técnica de investigación de la entrevista y se usó una guía de observación. La entrevista que se realizó a 1 docente de la institución

educativa, fue para buscar obtener información relevante de primera mano que ayude a identificar la problemática relacionada con el desarrollo motriz de los niños de inicial 2. El propósito es determinar de forma clara si existe o no un problema en estos aspectos. El instrumento que se aplicó, será una entrevista a profundidad dirigida a los docentes de La Escuela de Educación Básica “3 de Diciembre” de la ciudad de Catacocha.

Por otro lado, la guía de observación permitió conocer los hábitos alimenticios que tienen los niños de inicial básico. A través de esta guía se lograron tabular ciertos datos como la presencia de frutas y verduras en su lonch, la preferencia de alimentos, entre otros.

3.2.4 Unidad de estudio

Población

Está conformado por los estudiantes y docentes de Educación Inicial de la Escuela “3 de Diciembre” con los paralelos, los padres de familia también formaran parte de la población como medio de información.

Muestra

Por otra parte, al ser una investigación con una propuesta de intervención, y que su proceso implica procedimientos casi individualizados para lograr los objetivos propuestos, se seleccionó el muestreo no probabilístico de tipo intencional. Bajo este criterio se constituyó la muestra por el grupo de 15 estudiantes de inicial de la Escuela de Educación Básica 3 de Diciembre, que se encuentran dentro del rango de edad de aplicación del test. Los cuales fueron seleccionados según el rango de edad e interés individual en estudiar.

Tabla 1. *Población y muestra*

Informantes	Población	Muestra
Estudiantes de inicial Educación Básica	29 estudiantes	15 estudiantes
Total	29	

Nota. Datos obtenidos por medio de la directora de la institución educativa.

Criterios de inclusión

- Estudiantes que presentan mayor dificultad en el aprendizaje y se observó desnutrición.

- Colaboración en la firma de consentimiento para la aplicación de instrumentos.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estén de acuerdo con la participación en el proceso de investigación.
- Estudiantes que tengan un óptimo desarrollo motor y una alimentación saludable.

3.3 Procesamiento de los datos obtenidos

Este apartado tiene como finalidad primordial la recolección de información con datos cualitativos, esto se dio a través de la aplicación con una entrevista semi estructurada la misma que constituye de 5 preguntas abiertas dirigidas a las docentes del nivel inicial, a la vez se realizó también una ficha de observación para poder dar cumplimiento a los objetivos planteados, la cual consta de 5 ítems que fueron aplicados a los estudiantes del sub nivel inicial, sección matutina de la Escuela de Educación Básica 3 de Diciembre

Se realizó un cuadro detallado sobre el análisis y la discusión del guía de observación de preguntas elaboradas en la entrevista simultáneamente con la ficha de observación y descripción conceptual la cual sirve de base para realizar la triangulación de datos de cada una de sus respectivas variables, con sus respuestas favorables a la investigación.

4 Resultados

Una vez recolectado los datos mediante los instrumentos diseñados para la presente investigación como fue la entrevista y la ficha de observación, se procedió a realizar un análisis exhaustivo basándose en las dos variables de estudio.

Con la finalidad de sintetizar todos los datos obtenidos, así como la información recolectada de los diferentes estudios empleados; para el desarrollo de la triangulación de la información que forma parte del método cualitativo siendo una base para el desarrollo de la temática.

Es importante mencionar que los resultados obtenidos serán representados en tablas divididas en las categorías de estudio, las mismas será visualizadas a continuación.

4.1 Triangulación de datos

Tabla 2. *Triangulación de datos variable independiente*

Variable Independiente: Nutrición

Variable 1	Entrevista (preguntas)	Descripción (Respuesta Textual de entrevista)	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables y por pregunta
Nutrición	¿Qué hábitos alimenticios tiene el niño?	Hábitos de lavarse las manos antes de comer su lunch y después de servirse	¿Cuántas veces consume el niño frutas cuando se le ofrece entre sus comidas?	De los niños observados casi siempre prefieren que se les ponga frutas entre sus comidas.	Los objetivos de la alimentación del niño en edad preescolar y escolar son asegurar un crecimiento y desarrollo adecuados, teniendo en cuenta su actividad física y promover hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades nutricionales a corto y largo plazo. Polanco (2005) Artículo.	La mayoría de los niños aceptan comer una fruta cuando se les ofrece entre sus comidas, lo que indica que tienen buena disposición para el consumo de frutas. Sin embargo, un bajo porcentaje de niños rechaza las frutas, lo que se sugiere es que se motive a la buena alimentación, con el consumo de frutas.
Variedad de alimentos	¿Qué contiene una dieta balanceada en el desarrollo motor de un niño?	Lechugas, verduras, potasio, frutas, el consumo de todo lo saludable, habrá un buen desenvolvimiento	¿Con qué frecuencia el niño consume alimentos	Se observó que los niños consumen alimentos variados en su mayoría, existe	Es importante consumir alimentos variados ya que ayuda a producir la energía necesaria para realizar actividades diarias,	Los resultados reflejan en su mayoría los niños se alimentan de manera saludable, variada y

		en el niño.	variados y balanceados en la hora del lunch?	algunos casos específicos en los que los niños consumen un solo alimento debido al alcance económico de sus padres.	provee al cuerpo mayores defensas y ayuda a crecer y desarrollarse sanos y fuertes (Secretaría de Bienestar, 2016).	balanceada, no siendo así el caso de pocos niños que no pueden alimentarse adecuadamente por la situación económica de sus padres.
Alimentación sana	¿Cómo influye una alimentación saludable en las actividades diarias en los niños?	Influye mucho un niño que no tiene una alimentación saludable no puede desenvolverse en su aprendizaje.	¿A menudo el niño muestra interés en comer frutas y verduras?	Se observó que siempre los niños muestran interés en consumir frutas.	Las frutas y verduras son ricas en vitamina A, calcio, hierro y ácido fólico, lo que puede promover la buena salud, fortalecer el sistema inmunológico del niño y ayudar a protegerlo contra enfermedades, tanto ahora como en el futuro (Xin, 2016).	En general, los niños muestran un interés positivo en comer frutas, pero este interés no siempre se traduce en un consumo regular de verduras. Es importante destacar que la preferencia por las frutas puede deberse a su sabor dulce y atractivo visual, mientras que las verduras pueden resultar menos atractivas para algunos niños.

<p>Importancia de frutas y verduras</p>	<p>¿La lonchera que viene de casa contiene alimentos nutritivos?</p>	<p>No todos los padres preparan la lonchera con alimentos saludables, ciertos casos, son comidas poco saludables.</p>	<p>¿Al presentar varias opciones de lunch, el niño elige frutas y verduras?</p>	<p>Se observó que los niños siempre prefieren tener una fruta en su lunch.</p>	<p>Los vegetales y frutas en la dieta aportan nutrientes esenciales, fitoquímicos y fibra, además de poseer un bajo contenido energético. Estos alimentos contribuyen a un crecimiento saludable, así como a reducir la prevalencia de sobrepeso y obesidad, de enfermedades crónicas no transmisibles y de enfermedades respiratorias pediátricas, pudiendo persistir su rol protector hasta la adultez (Monteban, M., et al. 2022).</p>	<p>Cuando se les presenta opciones de lunch casi siempre los niños eligen frutas y verduras. Sin embargo, existe una población significativa que prefiere alimentos menos saludables, en especial porque son dulces y más atractivos para los niños.</p>
---	--	---	---	--	---	--

Nota: Triangulación de datos recopilados en la entrevista y ficha observación aplicada a las docentes y niños del nivel inicial de la Escuela de Educación Básica 3 de Diciembre

Elaborado por: Villalta, Michelle. (2024)

Tabla 3. *Triangulación de datos variable dependiente*

Variable Dependiente: Desarrollo motriz

Variable 2	Pregunta Entrevista	Descripción Respuesta Textual	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables
Desarrollo motriz	¿La buena nutrición mejora el desarrollo motriz de los niños?	Efectivamente un niño que no está bien nutrido no puede avanzar en su rendimiento académico	¿La calidad de la alimentación influye en la capacidad motriz del niño?	De los niños observados siempre se identifica que su calidad de alimentación se relaciona con su desarrollo motriz.	La gestación, los primeros años de vida y el estado nutricional juegan un papel importante en el desarrollo físico, psicosocial, emocional y cognitivo en la infancia y adolescencia (Calceto, L., et al. 2019).	Los niños que consumen una dieta saludable son más propensos a tener un mejor desempeño en actividades físicas como correr, saltar, trepar y patear.

Nota: Triangulación de datos recopilados en la entrevista y ficha observación aplicada a las docentes y niños del nivel inicial de la Escuela de Educación Básica 3 de Diciembre

Elaborado por: Villalta, Michelle (2024).

5 Discusión

Tras los resultados de nuestra investigación se ha llegado a deducir ciertas posturas teóricas. Entre estas la importancia de correlacionar la nutrición y el desarrollo motor del niño. Se ha observado que los niños casi siempre comen fruta en su lunch, lo cual es un indicador para comprender como se desarrollan de forma sana. Sin embargo, existen ciertas complicaciones como la comida rápida y golosinas lo cual hace que los niños pierdan el interés en la comida sana.

Bajo esta premisa, con relación a los objetivos del presente estudio, se considera radical enfatizar en la importancia que tiene la nutrición en el desarrollo motor de los niños. En primer lugar, se hace énfasis en el trabajo conjunto de los actores sociales que intervienen en el desarrollo motor del niño, esto con la finalidad de relacionar el entorno social con el cuidado personal del niño. En sentido, esta postura se relaciona a la investigación de Loaiza; Sarango; y Garofalo (2020) ya que consideran que “es vital obtener talleres donde se pueda indicar actividades que incentiven a la buena nutrición a sus estudiantes y así potencializar su desarrollo psicomotor, donde se empiece desde el hogar y se refuerce en la escuela” (p. 17). En torno a estas dos posturas, se considera que uno de los puntos fuertes para que los niños tengan una alimentación saludable es impulsarlo desde las escuelas.

Por otro lado, se considera que la nutrición influye directamente en la motricidad fina y gruesa, por lo que es importante que los niños tengan una ingesta calórica rica en nutrientes que aporten al crecimiento, generalmente son frutas y verduras. A esta postura la aportan los autores Calceto; Garzón; Bonilla; y Cala (2019) los cuales expresan que “tanto la capacidad intelectual como el desarrollo de la motricidad fina y gruesa, dependen del estado nutricional de los infantes y por tanto se sugiere una relación entre la nutrición y el desarrollo psicomotor y cognitivo” (p.50). Esta postura destaca la relevancia de considerar el estado nutricional como un factor crucial en el desarrollo de habilidades cognitivas y motoras en la infancia, lo que subraya la importancia de una nutrición adecuada en el crecimiento y desarrollo de los niños.

Así mismo, Luna, et al. (2018) expresan que “sobre el estado nutricional, la revisión teórica concuerda que el cerebro del niño demanda determinados neuronutrientes para realizar sus funciones básicas de neurotransmisión y neurogénesis, determinantes en el desarrollo del niño” (p. 180). Sobre esto, se entiende que la neurotransmisión es la capacidad del cerebro para transmitir información de una neurona a otra, y la neurogénesis es la capacidad del cerebro para generar nuevas neuronas. Ambos procesos son fundamentales para el desarrollo del niño, lo que indica que su nutrición tiene un impacto directo en su crecimiento y desarrollo.

Como tal, se entiende que mantener un estado nutricional adecuado es crucial para asegurar que el cerebro del niño pueda realizar estas funciones eficientemente. Esto subraya la importancia de una nutrición adecuada en los primeros años de vida, y la necesidad de asegurar que los niños reciban los nutrientes esenciales para su desarrollo cerebral.

Así mismo, los resultados de esta investigación se relacionan con los de Pariajulca, et al. (2022) ya que según nuestros resultados se deduce que una de las cuestiones sociales que determinan una buena nutrición son las condiciones sociales y económicas sobre las que se desarrolla una población en determinado territorio. En este sentido, esta postura se relaciona a lo que expresan Pariajulca, et al. (2022) ya que mencionan que la relación entre la nutrición y el desarrollo motriz “varía de acuerdo a la edad y los medios en el que se desarrollan los infantes, en aquellas poblaciones con bajos ingresos económicos y educacionales que se encuentran mayor vulnerabilidad de presentar este tipo de falencias” (p. 8). Por lo tanto, se menciona que los niños que crecen en poblaciones con bajos ingresos económicos y educativos están en mayor riesgo de sufrir deficiencias nutricionales. Esto puede interpretarse como una indicación de que la pobreza y la falta de educación pueden contribuir a la desnutrición en los niños, lo que a su vez puede afectar su desarrollo físico y cognitivo.

Por lo tanto, basado en las diferentes fuentes de información y en el presente análisis, puedo afirmar que la nutrición juega un papel vital en el desarrollo motriz de los niños. Se observó que el estado nutricional de un niño puede afectar directamente su capacidad para desarrollar habilidades motrices.

6 Conclusiones

Tras el análisis planteado en la presente investigación, se concluye que:

En torno al primer objetivo planteado se concluye que tras identificar los diversos patrones de nutrición predominantes entre los niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica “3 de Diciembre”, se deduce que la dieta de estos niños es variada, aunque con una prevalencia de alimentos altos en carbohidratos y azúcares. Se requiere un mayor enfoque en la inclusión de alimentos frescos y nutritivos para proporcionar una dieta más equilibrada.

Al caracterizar el desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica “3 de Diciembre”, se observó un desarrollo normal en la mayoría de los niños. Sin embargo, se identificaron ciertas deficiencias en algunas habilidades motoras finas y gruesas que podrían estar vinculadas a la falta de nutrientes esenciales en su alimentación.

Al determinar la valoración entre los patrones de nutrición y el desarrollo motriz en los niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica “3 de Diciembre”, se encontró una correlación significativa. Los niños con una nutrición más balanceada mostraron un mejor desarrollo motriz comparado con aquellos con patrones de alimentación menos saludables. Esto resalta la importancia de una dieta nutritiva en el desarrollo motriz de los niños.

Finalmente, se elaboró una propuesta de intervención educativa para mejorar la nutrición y el desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica “3 de Diciembre”. Esta propuesta incluye la implementación de programas de alimentación saludable y actividades físicas dirigidas. Se espera que esta iniciativa promueva una mejor nutrición y mejore el desarrollo motriz de los niños, pero se requerirá de una evaluación continua para asegurar su efectividad.

En conclusión, una buena nutrición juega un papel fundamental en el desarrollo motriz de los niños, proporcionando los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo adecuado de las estructuras corporales, la producción de energía, la función cerebral y el rendimiento físico. Por lo tanto, es crucial promover hábitos alimenticios saludables desde la infancia para garantizar un desarrollo motor óptimo y un mejor potencial de aprendizaje y calidad de vida.

7 Recomendaciones

Finalmente, se deducen las siguientes recomendaciones;

Educar a los padres, cuidadores y personal de la escuela sobre la importancia de ofrecer una dieta equilibrada a los niños de 3 a 4 años. Se deben incluir alimentos de todos los grupos alimenticios, como frutas, verduras, granos enteros, proteínas magras y lácteos bajos en grasa. Fomentar la diversidad de alimentos ayudará a garantizar una ingesta adecuada de nutrientes necesarios para el desarrollo motriz.

Colaborar con la administración de la escuela para implementar políticas que promuevan opciones de alimentos saludables en el entorno escolar. Esto implica ofrecer menús nutritivos en el comedor escolar y restringir el acceso a alimentos poco saludables, como alimentos procesados y bebidas azucaradas.

Realizar talleres y sesiones educativas para padres, cuidadores y personal de la escuela, donde se brinda información sobre la importancia de una alimentación saludable para el desarrollo motriz de los niños. Proporcionar materiales educativos y recursos prácticos que ayuden a implementar cambios en la alimentación diaria de los niños.

Promover la actividad física en los niños de 3 a 4 años mediante la organización de actividades recreativas y deportivas en la escuela que estimulen el desarrollo motriz y la coordinación. Esto puede incluir juegos al aire libre, sesiones de yoga o baile, y actividades que impliquen el uso de equipos y materiales adecuados para su edad.

Guía de actividades, para mejorar la nutrición y desarrollo motor de los niños.

8 Bibliografía

- Abete, et al. (s.f). Fundamentos de nutrición. *Sennutricion*.
https://sennutricion.org/media/Docs_Consenso/3-IDR_Poblaci_n_Espa_ola-FESNAD_2010_C1-Fundamentos_de_nutrici_n.pdf
- Barreto, P., Quino, A. (2014). Efectos de la desnutrición infantil sobre el desarrollo psicomotor. *Revista Criterios*, 21(1), 225-244.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8736317.pdf>
- Cardona, K. (2020). La importancia del desarrollo motor en el aprendizaje de los niños. *Disruptiva*. <https://www.disruptiva.media/la-importancia-del-desarrollo-motor-en-el-aprendizaje-de-los-ninos/>
- Calceto, et al. (2019). Relación del Estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños en la primera infancia. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, (2), 50-58. <https://revecuatneurol.com/wp-content/uploads/2019/10/2631-2581-rneuro-28-02-00050.pdf>
- Calceto, L., Garzón, S., Bonilla, J., Cala, D. (2019). Relación del estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños en la primera infancia. *Rev. Ecuat. Neurol*, 28(2), p. 50-58. <https://revecuatneurol.com/wp-content/uploads/2019/10/2631-2581-rneuro-28-02-00050.pdf>
- Cárdenas, et al. (2012). Hábitos de alimentación en el hogar y la escuela como factores de obesidad infantil en Cd. Guzmán, Jalisco. *Centro de investigaciones en comportamiento alimentario y nutrición*, (4), 59-70.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2012/mipM121f.pdf>
- Carvajal, I. (2015). Nutrición desbalanceada en el desarrollo de aprendizaje de los niños de 4-5 años. Diseño y elaboración de guía nutricional. *Universidad de Guayaquil*. [Tesis de Grado]. <https://repositorio.ug.edu.ec/server/api/core/bitstreams/69d3062b-ec16-47d8-9d5b-c424d293c1fd/content>
- Cruz, J., Maldonado, L. (2017). Incidencia del ingreso familiar y la educación en el acceso a la canasta básica familia en Ecuador. *Universidad Nacional de Loja*, (1), 19-31.
<https://revistas.unl.edu.ec/index.php/economica/article/view/391/337>
- Cubero, et al. (2012). La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. *Enfermería Global*, (27), 337-345.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412012000300018

- Del Toro, R. (2017). Diferencia entre alimentos orgánicos e inorgánicos. *Myprotein*. <https://www.myprotein.es/thezone/nutricion/alimentos-organicos-inorganicos/>
- Fallas, C. (2020). Influencia del Desarrollo motor en el aprendizaje. *NeuroClass*. <https://neuro-class.com/influencia-del-desarrollo-motor-en-el-aprendizaje/#:~:text=Los%20movimientos%20reflejos%20son%20movimientos%20a%20utomo%20C3%A1ticos%20de%20supervivencia>
- Godoy, V. (2021). ¿Qué es el desarrollo motor o psicomotor? *Premium Madrid*. <https://rehabilitacionpremiummadrid.com/blog/que-es-el-desarrollo-motor/>
- Horna, G., Fonseca, R. (2023). La nutrición infantil en el desarrollo de los procesos cognitivos en los niños de cuarto grado de la Unidad Educativa Camilo Gallegos Toledo de la ciudad de Riobamba- periodo lectivo 2023. *Universidad Nacional de Chimborazo*. [Tesis de grado]. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/12183/1/UNACH-EC-FCEHT-EBAS-001-2024.pdf>
- Jiménez, G., Romero, C. (2019). Fortalecimiento de la motricidad gruesa en espacios cerrados. *Revista Tecnológica Ciencia y Educación Edwars Deming*, 3(2), 1-14. <https://doi.org/10.37957/ed.v3i2.32>
- Loaiza, A., Sarango, J., Garofalo, R. (2020). Nutrición saludable y su incidencia en el desarrollo psicomotor en niños de 4 años. *Revista Observatorio de la Economía Latinoamericana*. <file:///C:/Users/LAPTOP%20HP/Downloads/Dialnet-NutricionSaludableYSuIncidenciaEnElDesarrolloPsico-8509129.pdf>
- Loaiza, et al. (2020). Nutrición saludable y su incidencia en el desarrollo psicomotor en niños de 4 años. *Observatorio de la economía Latinoamericana*. <https://www.eumed.net/rev/oel/2020/01/nutricion-saludable-ninos.pdf>
- López, G., González, N., Prado, L. (2019). Importancia de la nutrición: primeros 1,000 días de vida. *Acta Pediátrica Hondureña*, 7(1), 597–607. <https://doi.org/10.5377/pediatrica.v7i1.6941>
- Lozano, J. (2011). La nutrición es conciencia. *Editum. Ediciones de la Universidad de Murcia*. <https://www.um.es/lafem/DivulgacionCientifica/Libros/2011-La%20nutricion-completo.pdf>
- Luna, J., et al. (2018). Estado nutricional y neurodesarrollo en la primera infancia. *Revista Cubana Salud Pública*, 44(4), p. 1-9. <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2018.v44n4/169-185#>

- Martínez, E. (2021). Consecuencias de la malnutrición en el niño. *MAPFRE*.
<https://www.salud.mapfre.es/salud-familiar/ninos/nutricion-nino/malnutricion-en-el-nino-mayor-de-1-ano/>
- Mendoza, A. (2017). Desarrollo de la motricidad fina y gruesa en etapa infantil. *Sinergias educativas*, (2).
<https://www.sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/article/view/25/19>
- Morales, L. (2014). Relación entre estado nutricional y desarrollo psicomotor de preescolares en la institución educativa N° 055 Las Carmelitas. [Tesis de licenciatura].
https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/383/Morales_II.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Organización Mundial de la salud. (2023). *Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable*. Organización Mundial de la salud. <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>
- Pariajulca, I., et al. (2022). Influencia del estado nutricional en el desarrollo psicomotor infantil: una revisión sistemática. *Rev Esp Nutr Comunitaria*, 29(1), p, 1-29.
<https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-22-0053-Manuscrito-final.pdf>
- Pautasso, J. (2009). Genealogía de la Educación Inicial en el Ecuador. *Alteridad*, 56-64.
<file:///C:/Users/LAPTOP%20HP/Downloads/DialnetGenealogiaDeLaEducacionInicialEnElEcuador-5981139.pdf>
- Simbaña, M., et al. (2021). La expresión corporal y el desarrollo motor de niños de 3 años. *Fugdece*. <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/564/5642830003/index.htm>
- Tinitana, M. (2020). Influencia de la alimentación en el desarrollo psicomotor de los niños 3 a 5 años de la ciudad de Cariamanga. *Universidad Nacional de Loja*. [Tesis de grado].
https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/23589/1/MicaelaCecibel_TinitanaCordero.pdf
- Uribe, I. (1998). Motricidad infantil y desarrollo humano. *Educación física y deporte*, (20), 91-95.
<file:///C:/Users/LAPTOP%20HP/Downloads/Dialnet-MotricidadInfantilYDesarrolloHumano-3645288.pdf>
- Viciano, V., et al. (2009). Importancia de la motricidad para el desarrollo integral del niño en la etapa de educación infantil. *Emásf*, (8), 89-105.
<file:///C:/Users/LAPTOP%20HP/Downloads/Dialnet-ImportanciaDeLaMotricidadParaElDesarrolloIntegralD-6038088.pdf>

9 Anexos

Anexo 1. Consentimiento Informado.



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de
Educación a
Distancia

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA UNIDAD
DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Estimado/a,

La intención de esta información, es ayudarle a tomar la decisión o no de ser participedentro de la presente investigación.

El presente Proyecto de Integración Curricular tiene por objetivo: Analizar la nutrición y desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica "3 de Diciembre". La investigación amerita la obtención de información que en su mayoría se la obtendrá a través de Entrevista, siendo importante informarle que no involucra ningún riesgo para el participante y la decisión de participar es absolutamente voluntaria.

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

El/la abajo firmante, declara conocer el Proyecto La nutrición y desarrollo motriz de los niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica "3 de Diciembre" y acepta que es necesario la recolección de algunos datos concernientes a su estado actual.

Por ello, de manera voluntaria, informada y consciente, acuerda participar en el proyecto mencionado, contribuyendo activamente con la ejecución del mismo y proporcionando la información y participando en las actividades necesarias. Asimismo, otorga la autorización al personal a cargo del proyecto para emplear su información con el fin de lograr los objetivos establecidos. Es importante destacar que sus respuestas serán tratadas de manera **CONFIDENCIAL**, manteniéndose en secreto y sin posibilidad de asociarse directamente con su persona. Usted como participante está en su derecho de abstenerse de participar o retirarse de la investigación y poder revocar el consentimiento informado en cualquier momento.

Aceptación:

He leído y ACEPTO

He leído y NO ACEPTO



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL**

ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES

Estimada/o docente, la presente entrevista tiene el propósito de recabar información que me permita continuar con el diseño y elaboración del **trabajo de integración curricular** previo a la obtención del título de licenciada en educación inicial de la UNL. Cabe indicar que la información proporcionada será de estricta confidencialidad y utilizada únicamente para fines académicos.

Título: La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.”

Objetivo: Analizar la nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.”

Docente:

Fecha de aplicación:

Preguntas:

1. ¿Qué hábitos alimenticios tiene el niño?

.....
.....

2. ¿Qué contiene una dieta balanceada en el desarrollo motor de un niño?

.....
.....

3. ¿Cómo influye una alimentación saludable en las actividades diarias en los niños?

.....
.....

4. ¿La lonchera que viene de casa contiene alimentos nutritivos?

.....
.....

5. ¿La buena nutrición mejora el desarrollo motriz de los niños?

.....



Anexo 3. *Ficha de Observación*

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

FICHA DE OBSERVACIÓN DIRIGIDO A NIÑOS DE 2 AÑOS DE LA ESCUELA BÁSICA “3
de Diciembre” del Cantón Paltas.”

Tema: La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre”
del Cantón Paltas.”

Objetivo: Analizar los tipos de nutrición y el desarrollo motriz de los niños de inicial II de la Escuela
Básica “3 de diciembre” del Cantón Paltas.”.

Fecha de aplicación:

Observador

ITEMS (colocar las preguntas en relación a la entrevista)	NUNCA	A VECES	SIEMPRE	OBSERVACIONES (se colocará información adicional y relevante acorde al ítem observado)
1. ¿Cuántas veces consume el niño frutas cuando se le ofrece entre sus comidas?				
2. ¿Con qué frecuencia el niño consume alimentos variados y balanceados en la hora del lunch?				
3. ¿A menudo el niño muestra interés en comer frutas y verduras?				
4. ¿Al presentar varias opciones de lunch, el niño elige frutas y verduras?				
5. ¿La calidad de la alimentación influye en la capacidad motriz del niño?				

Anexo 4. Validación de Guía de Entrevista



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO GUIA DE ENTREVISTA

Objetivo: Aprobar la validez de las preguntas elaboradas en la ficha de observación

Indicaciones:

- Se presentan 5 preguntas que serán evaluadas según la experticia de los evaluadores enfocados en las variables de la investigación.

Título: La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.”

Variable independiente: La nutrición.

Variable dependiente: Desarrollo motriz.

Criterio para su validación:

- Se debe presentar la matriz de operacionalización de variables
- Se debe presentar los instrumentos de recolección de datos
- El instrumento debe de estar validado por 3 o más expertos

DATOS DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Apellidos y nombres del experto:

1. . **DIRECTOR:** Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios.
2. . **MIEMBRO CONSEJO CONSULTIVO:** Mgtr. Lorena Álvarez Román
3. . **GESTORIA:** Mgtr. María Fernanda Cárdenas Santín.

Autor: Aidé Michelle Villalta Cartuchi.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

PREGUNTA 1: ¿Qué hábitos alimenticios tiene el niño?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

PREGUNTA 2: ¿Qué contiene una dieta balanceada en el desarrollo motor de un niño?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

PREGUNTA 3: ¿Cómo influye una alimentación saludable en las actividades diarias en los niños?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

PREGUNTA 4: ¿La lonchera que viene de casa contiene alimentos nutritivos?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

PREGUNTA 5: ¿La buena nutrición mejora el desarrollo motriz de los niños?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

EL INSTRUMENTO SE CONSIDERA:

Aplicable 100%	Modificable 75%	Regular 50%	Deficiente 25%	No aplicable 0%
X				

Mgtr. María Fernanda Cárdenas S.
DOCENTE EXPERTO 1
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Mgtr. Lorena Álvarez R.
DOCENTE EXPERTO 2 GESTORA
MIEMBRO CONSEJO CONSUTIVO

MARIA SOLEDAD CÁRDENAS PALACIOS
 Firmado digitalmente por MARIA SOLEDAD CÁRDENAS PALACIOS
 Fecha: 2024.05.12 23:54:21 -0500
Mgtr. María Soledad Cárdenas P.
DOCENTE EXPERTO 3
DOCENTE DIRECTOR

Mgtr. María Soledad Cárdenas P.
DOCENTE EXPERTO 3
DOCENTE DIRECTOR



Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL
VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO
FICHA DE OBSERVACIÓN**

Objetivo: Aprobar la validez de las preguntas elaboradas en la ficha de observación

Indicaciones:

- Se presentan 5 preguntas que serán evaluadas según la experticia de los evaluadores enfocados en las variables de la investigación.

Título: La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.”

Variable independiente: La nutrición.

Variable dependiente: Desarrollo motriz.

Criterio para su validación:

- Se debe presentar la matriz de operacionalización de variables
- Se debe presentar los instrumentos de recolección de datos
- El instrumento debe de estar validado por 3 o más expertos

DATOS DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Apellidos y nombres del experto:

1. DIRECTOR: Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios.

2. MIEMBRO CONSEJO CONSULTIVO: Mgtr. Lorena Álvarez Román.

3 GESTORIA: Mgtr. María Fernanda Cárdenas Santín.

Autor: Aidé Michelle Villalta Cartuchi.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

PREGUNTA 1: ¿Cuántas veces consume el niño frutas cuando se le ofrece entre sus comidas?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

PREGUNTA 2: ¿Con qué frecuencia el niño consume alimentos variados y balanceados en la hora del lunch?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

.....

PREGUNTA 3: ¿A menudo el niño muestra interés en comer frutas y verduras?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABL E 75%	REGULAR 50%	DEFICIENT E 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

.....

PREGUNTA 4: ¿Al presentar varias opciones de lunch, el niño elige frutas y verduras?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABL E 75%	REGULAR 50%	DEFICIENT E 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				

METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X				
		X				

Observaciones:

.....

.....

PREGUNTA 5: ¿La calidad de la alimentación influye en la capacidad motriz del niño?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación	X X X				
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica	X X X				
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores	X X X				
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados	X X X				
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación	X X X				

Observaciones:

.....

.....

EL INSTRUMENTO SE CONSIDERA:

Aplicable 100%	Modificable 75%	Regular 50%	Deficiente 25%	No aplicable 0%
X				

Mgtr. María Fernanda Cárdenas
DOCENTE EXPERTO 1
GESTORA CARRERA EDUCACIÓN INICIAL

Mgtr. Lorena Álvarez R
DOCENTE EXPERTO 2
MEMBRO CONSEJO CONSULTIVO

MARIA
SOLEDAD
CÁRDENAS
PALACIOS

Firmado digitalmente
por MARIA SOLEDAD
CÁRDENAS PALACIOS
Fecha: 2024.05.12
23:54:21 -05'00'

Mgtr. María Soledad Cárdenas P.
DOCENTE EXPERTO 3
DOCENTE DIRECTOR

Mgtr. María Soledad Cárdenas P.
DOCENTE EXPERTO 3
DOCENTE TUTOR

Anexo 6. Operalización de variables


MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

TITULO: La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del Cantón Paltas.”							
VARIABLE	Definición Conceptual	Dimensión	Indicador	Ítem	Unidad de Análisis	Técnica	Instrumento
INDEPENDIENTE: CAUSA LA NUTRICION	<p>La nutrición es el proceso mediante el cual nuestro cuerpo obtiene, utiliza e incorpora los nutrientes necesarios para su funcionamiento. Una alimentación equilibrada y variada es clave para asegurar que obtengamos todos los nutrientes esenciales que nuestro cuerpo necesita para funcionar de manera óptima.</p>	<p>Suministrar energía, regular el funcionamiento del cuerpo.</p>	<p>Implementar una buena alimentación, mediante alimentos frescos saludables y una dieta equilibrada.</p>	<p>¿Cómo cree que los tipos de alimentación afectan en el rendimiento académico del niño?</p> <p>¿Qué consejos podría ofrecer a los padres para fomentar una buena alimentación saludable y nutricional?</p>	<p>Niños Padres de Familia Maestros</p>	<p>Observación</p> <p>Se utilizó este procedimiento para la recolección de la información</p>	<p>Entrevista, Docentes y Padres. Ficha de Observación</p>

<p>DEPENDIENTE: EFECTO</p> <p>DESARROLLO MOTRIZ DE LOS NIÑOS</p>	<p>El desarrollo motor se refiere al progreso gradual de habilidades físicas y coordinación de movimientos en los seres humanos, desde la infancia hasta la adultez. Involucra el aprendizaje y la mejora de destrezas como gatear, caminar, correr, saltar y manipular objetos. Este proceso se lleva a cabo a medida que el sistema nervioso central, los músculos y las habilidades cognitivas se desarrollan y se integran.</p>	<p>Habilidades motoras.</p>	<p>El psicólogo Arnold Gesell, esta teoría destaca la importancia de factores biológicos y genéticos en el desarrollo motor. Gesell creía que existía un patrón predefinido de maduración neuromuscular que influía en el desarrollo motor de manera secuencial y universal. Según esta perspectiva, los niños pasan por etapas específicas de desarrollo motor en un orden preestablecido, independientemente de la influencia del entorno.</p>	<p>¿Cómo se puede fomentar de manera efectiva el desarrollo motriz de los niños en el aula?</p> <p>¿Cuál es la importancia de desarrollar habilidades motrices en los niños a temprana edad?</p>	<p>Niños Maestra</p>	<p>Observación</p> <p>De igual manera se utilizó este procedimiento para la recolección de datos.</p>	<p>Entrevista</p>
--	---	-----------------------------	--	--	--------------------------	---	-------------------

Elaborado por: Aidé Villalta Cartuchi (2024)

Anexo 7. Certificado de ingreso a la Institución Educativa

 **UNL** Universidad Nacional de Loja

Unidad de Educación a Distancia

Loja, 22 de mayo del 2024.

Estimada,
Mgtr. Nancy de Lourdes Asanza.
DIRECTORA DE LA ESCUELA BASICA "3 DE DICIEMBRE"

Presente. -

Asunto: Solicitud de autorización para la realización del Trabajo de Integración Curricular de los estudiantes de la Carrera de **Educación Inicial** de la Universidad Nacional de Loja.


Estimado rector, reciba un cordial y atento saludo a nombre de la Unidad de Estudios a Distancia y en Línea de la Universidad Nacional de Loja, carrera de Educación Inicial, y los mejores deseos de éxito en sus funciones que acertadamente desempeña. Con el propósito de desarrollar el Trabajo de Integración Curricular, requisito para la titulación; solicito a usted autorizar a la estudiante **Aide Michelle Villalta Cartuchi, del Octavo ciclo**, para que lleve a cabo dentro de la **Escuela Básica "3 de Diciembre"**, cantón Paltas, donde corresponderá aplicar instrumentos (entrevista y encuesta).


Seguros de recibir una respuesta favorable en bien de la comunidad educativa, le anticipo mi reconocimiento de estima y gratitud.

Atentamente, María Fernanda Cárdenas Santín, Gestora Encargada de la Carrera de Educación Inicial.

Contacto: 0999893537
E - mail: maria.cardenas@unl.edu.ec

Atentamente,


Firmado digitalmente por:
**MARIA FERNANDA
CARDENAS SANTIN**



Mgtr María Fernanda Cárdenas Santín
GESTORA (E) DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Universitaria "Guillermo Falconí Espinosa"
Calle "5", Sector La Argelia - Loja - Ecuador
Tel: 07-7259 3550
Correo: ued@unl.edu.ec

Anexo 8. *Guía de actividades*



Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

Carrera de Educación Inicial

Guía de talleres y actividades para mejorar la Nutrición y estimular El
Desarrollo Motriz en niños de 3 a 4 años en la Escuela Básica “3 de Diciembre”.

AUTORA:

Aidé Michelle Villalta Cartuchi.

Loja – Ecuador

2024.

Datos informativos de la institución

Institución Educativa: Escuela Básica “3 de Diciembre”

Nivel: Inicial II

No. de participantes: Padres de familia, Docente, niños

Edades de los participantes: 3 a 4 años.

Provincia: Loja

Cantón: Paltas

Parroquia: Catacocha

Ubicación: Calle Lauro Guerrero.

Problema

La educación es un pilar fundamental para el desarrollo de las sociedades, en el mundo actual, se han hecho grandes esfuerzos por brindar los recursos y oportunidades necesarias para que la población se mantenga en constante capacitación y se eduque. En este sentido, se considera que la nutrición es fundamental en el desarrollo cognitivo del niño y por ende ser factor influyente en el aprendizaje durante su primera infancia. La nutrición se entiende como “la ciencia que trata de definir los requerimientos cualitativos y cuantitativos de la alimentación equilibrada, necesaria para conservar la salud” (Lozano, 2011, p.23).

Así, el desarrollo de la primera infancia esta intrínsecamente relacionada con la nutrición, ya que a partir de un buen estado nutricional se determina el desarrollo físico, psicosocial, emocional y cognitivo en la infancia. En la presente investigación nos centramos en la relación que existe entre la nutrición y el desarrollo motriz. Durante los últimos tiempos, el campo del desarrollo motriz ha sido estudiado por varios autores, entre ellos, Godoy quien entiende el desarrollo motriz “Como un proceso secuencial y dinámico que se produce a lo largo de la infancia, mediante el cual los humanos adquirimos una gran cantidad de habilidades motoras encaminadas a lograr la independencia física y funcional” (Godoy, 2021).

Presentación

Esta propuesta tiene como objetivo mejorar la nutrición y el desarrollo motriz en niños de 3 a 4 años mediante una colaboración activa entre padres y docentes, abordar tanto la nutrición como el desarrollo motriz es crucial para el crecimiento y el bienestar integral de los niños. La guía didáctica incluirá cinco actividades centradas en mejorar la nutrición de los niños y, por ende, estimular su desarrollo motriz. Estas actividades tienen el potencial de mejorar tanto la nutrición como el desarrollo motor de cada niño.

Es importante denotar que las actividades desarrolladas, deben accionarse con un infante a la vez, dado que la relación individual o interpersonal entre docente y educando tendrá una mejor cobertura de las necesidades del niño, y sobre todo el docente pueda lograr enfocarse de mejor manera con este, y también poder cumplir con el objetivo de la propuesta. Propondremos una serie de juegos al aire libre, como carreras de obstáculos y actividades de baile, que no solo divertirán a los niños, sino que también fortalecerán su coordinación y habilidades motoras.

Organizaremos talleres para padres y docentes, enseñándoles sobre la importancia de una dieta balanceada y ofreciendo demostraciones prácticas sobre cómo preparar comidas nutritivas y atractivas para los niños y también implementaremos actividades de jardinería y exploración de alimentos que permitan a los niños interactuar con diferentes texturas y sabores, fomentando una relación positiva y curiosa con la comida.

Metodología

Este taller conjunto con actividades tiene como objetivo mejorar la nutrición y estimular la motricidad en niños de 3 a 4 años de la escuela básica “3 de Diciembre”.

En esta guía se evaluará el estado nutricional y motor de los niños mediante mediciones físicas y talleres sobre hábitos alimenticios. Se impartirán charlas interactivas y demostraciones culinarias para enseñar la importancia de la buena nutrición y actividad física. Los niños participarán en circuitos de motricidad y juegos para mejorar su coordinación y habilidades motoras. Se prepararán recetas sencillas para involucrar a los niños en la creación de alimentos saludables también se medirán los resultados del taller comparando las evaluaciones iniciales y finales, y se recogerá retroalimentación de los participantes. Se proporcionará material educativo para el hogar y se establecerá un grupo de apoyo entre padres. Este taller está diseñado para ser flexible y adaptarse a las necesidades específicas de los niños y del contexto del taller.

Tipo de propuesta

Esta propuesta es una intervención educativa incorporada al currículo de la escuela y diseñada específicamente para mejorar la nutrición y la actividad saludable motriz en los niños. Otra característica fundamental de la propuesta es que, los padres y el profesorado participarán activamente en este proceso educativo. Esta intervención proporcionará una condición de apoyo para los niños de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del cantón Paltas. Como resultado, el aprendizaje será integral y significativo, y los niños contarán con la intervención en el hogar y la escuela.

Destinatarios

La guía beneficiaría a los infantes, padres y profesores de la institución. A través de un

marco de guía, los beneficiarios adquieren los materiales y habilidades necesarias para generar maestras exitosas de aprendizaje. Del mismo modo en que los maestros pueden utilizar la guía para fomentar el trabajo y su capacidad individual, los padres también podrán usarla para recibir información sobre las actividades lúdicas y los talleres que deben emprender para identificar y mejorar al máximo a sus hijos. La propuesta influiría en la estimulación y mejorar la nutrición del niño.

Técnicas utilizadas para el desarrollo de la propuesta

Las técnicas utilizadas en las actividades de esta propuesta son el aprendizaje experiencial, la observación directa, la expresión creativa, el diálogo guiado y la resolución de problemas. Organizar talleres educativos que enseñen a padres y docentes sobre la importancia de una alimentación balanceada y cómo preparar comidas saludables. Estos talleres pueden incluir demostraciones de cocina y consejos prácticos para integrar alimentos nutritivos en las comidas diarias también diseñar actividades lúdicas que promuevan el desarrollo motor grueso y fino. Estas pueden incluir juegos al aire libre, circuitos de obstáculos, y actividades de baile. Es importante que los docentes reciban capacitación sobre cómo implementar estas actividades de manera segura y efectiva y fomentar la participación de los padres en las actividades escolares, como voluntariados en eventos deportivos o colaboraciones en proyectos de cocina. La participación activa de los padres puede motivar a los niños y fortalecer la conexión entre la casa y la escuela.

Objetivos

Objetivo general

Elaborar de una guía de talleres y actividades para mejorar la nutrición y estimular el desarrollo motriz en niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica “3 de Diciembre” del cantón Paltas.

Objetivos específicos

- Promover el desarrollo motriz de los niños para el incremento de su confianza y coordinación en el desarrollo de actividades cotidianas.

Diseñar una serie de talleres y actividades a la medida dirigidas a fomentar la mejora de nutrición y el desarrollo de motriz, involucrando activamente en el proceso a maestros y padres de familia.

Diseño de la propuesta

La propuesta se compone de 5 actividades con la descripción de su nombre, recurso humano y material, desarrollo y evaluación de cada una. Estas actividades fueron diseñadas

para mejorar la nutrición del estudiante y, estimular más el desarrollo motriz.

Elaboración de actividades

Actividad 1

- **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “LA LINEA RECTA”
- **Recurso Humano:** Docentes y estudiantes.
- **Recurso Material:** carritos, cinta, tiza, legos, carros de juguete, cuerdas etc.
- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Observar un video llamado, la línea recta. Colocar en el piso líneas rectas utilizando los recursos dichos, como cinta, tiza y pasar sobre ellas, también podemos colocar legos en las líneas rectas plasmados en el piso y rodearlos. Arrastrar sobre las líneas rectas un carrito. Junto a los docentes y niños, se promueve una mejor colaboración para poder ejercer este ejercicio de motricidad gruesa para que así los niños tengan un mejor equilibrio en sus actividades.



- **EVALUACION**

Aplicación de la lista de cotejo

Actividad 2

- **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** “HUERTO ESCOLAR SALUDABLE”
- **Recurso Humano:** Docentes y niños.
- **Recurso Material:**
 - - Espacio en el patio de la escuela
 - - Herramientas de jardinería (palas, rastrillos, regaderas esto será utilizado por el docente.)
 - - Semillas de hortalizas (lechuga, zanahoria, espinaca, tomate)
 - - Tierra fértil y abono orgánico
 - - Carteles para identificar las plantas
 - - Guantes de jardinería.



- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Docentes y niños seleccionan y limpian un área adecuada en el patio para el huerto, delimitándolo con cuerdas y estacas. Los docentes explican la importancia de las hortalizas y, junto con los niños, plantan las semillas y colocan carteles identificativos. Organizan turnos para el riego y cuidado diario del huerto, enseñando a los niños a



retirar malas hierbas y aplicar abono orgánico. Cuando las hortalizas están listas, los niños las cosechan con la ayuda de los docentes y preparan una ensalada o platillo saludable en la cocina de la escuela, discutiendo los beneficios de una alimentación saludable.

Actividad 3

- **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: “DESAYUNO SALUDABLE EN LA ESCUELA”**
- **Recurso Humano:** Docentes
- **Recurso Material:**
 - - Frutas frescas (bananas, manzanas, naranjas, etc.)
 - - Yogur natural
 - - Cereales integrales
 - - Pan integral y mantequilla de maní
 - - Utensilios de cocina (cuchillos, tablas de cortar, boles, cucharas, docente a cargo de estos recursos)
 - - Platos y vasos desechables
 - - Carteles informativos sobre nutrición.
- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Docentes y niños se reúnen para preparar un desayuno saludable. Los docentes explican la importancia de un desayuno nutritivo y los beneficios de los diferentes alimentos. Con la guía de los docentes, los niños lavan y cortan las frutas, preparan yogur con cereales y elaboran sándwiches de pan integral con mantequilla de maní. Después de preparar los alimentos, todos comparten el desayuno y discuten sobre los beneficios de una buena nutrición. Para finalizar, los docentes presentan carteles informativos sobre la importancia de cada grupo alimenticio en

la dieta diaria..

Actividad 4

- **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: “CIRCUITOS DE JUEGOS MOTORES”**
- **Recurso Humano:** Docentes
- **Recurso Material:**
 - - Conos de señalización
 - - Aros y cuerdas para saltar
 - - Pelotas de diferentes tamaños
 - - Colchonetas
 - - Cintas de equilibrio
 - - Carteles con instrucciones de los juegos.
- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Docentes y niños se reúnen en el patio de la escuela, donde los docentes han preparado un circuito con diferentes estaciones de ejercicios. Cada estación tiene un cartel con instrucciones claras sobre la actividad a realizar. Los niños realizan saltos con aros y cuerdas, carreras entre conos, lanzamientos de pelotas y ejercicios de equilibrio en cintas. Los docentes supervisan y motivan a los niños, asegurándose de que cada uno complete todas las estaciones del circuito. Al finalizar, los docentes y niños se reúnen para hacer estiramientos y discutir la importancia de la actividad física para el desarrollo motor y la salud en general.



Actividad 5

- **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: “COMIDA FAMILIAR”**
- **Recurso Humano:** Docentes y padres de familia
- **Recurso Material:**
 - - Frutas y vegetales frescos
 - - Yogur natural y cereales integrales
 - - Utensilios de cocina (cuchillos de plástico, tablas de cortar, boles)
 - - Carteles con información nutricional
 - - Folletos con recetas saludables.
- **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

Docentes, padres y niños se reúnen en el comedor o aula de la escuela. Los docentes explican la importancia de una dieta equilibrada. Luego, padres y niños, guiados por los docentes, lavan y cortan frutas y vegetales para preparar ensaladas y brochetas saludables. Preparan yogur con cereales y frutas, mientras los docentes proporcionan información nutricional sobre los alimentos. Todos comparten y degustan los alimentos preparados, discutiendo sobre sus beneficios y cómo incorporarlos en las comidas diarias. Al finalizar, se distribuyen folletos con recetas saludables y consejos nutricionales para practicar en casa.



Resultados Esperados /alcance/

Se espera mejorar la nutrición, con actividades y talleres y estimular un desarrollo motriz saludable en los niños de Inicial II de la Escuela Básica “3 de Diciembre” durante el período 2024. Mayor conocimiento sobre la importancia de una alimentación saludable conjunto con la participación activa y colaborativa de docentes, padres y niños y fomentación de hábitos alimenticios saludables en el entorno familiar. En la estimulación del desarrollo motor mejoras en la coordinación, equilibrio y fuerza de los niños con una participación activa.

Conclusiones

Las actividades diseñadas para mejorar la nutrición y estimular el desarrollo motriz juegan un papel crucial en el bienestar integral de los niños. Al combinar la promoción de hábitos alimenticios saludables con la participación en actividades físicas, se crea un entorno educativo y estimulante. Estas actividades no solo enseñan a los niños sobre la importancia de una dieta equilibrada, sino que también fortalecen sus habilidades motoras, como la coordinación, el equilibrio y la fuerza. Además, al involucrar a docentes, padres y niños en estas iniciativas, se establece una colaboración efectiva que puede reforzar estos hábitos saludables tanto en el entorno escolar como en el hogar.

Recomendaciones

Recomendaría implementar talleres tanto como actividades integradas que promuevan hábitos alimenticios saludables y estimulen el desarrollo motor en niños. Esto puede lograrse mediante la combinación de la preparación de alimentos nutritivos con ejercicios físicos divertidos y educativos. Involucrar activamente a docentes, padres y niños en estas actividades no solo fortalece los conocimientos sobre nutrición, sino que también mejora las habilidades motoras y promueve un estilo de vida saludable desde una edad temprana.

Bibliografía

Godoy, V. (2021). ¿Qué es el desarrollo motor o psicomotor? Premium Madrid.
<https://rehabilitacionpremiummadrid.com/blog/que-es-el-desarrollo-motor/> [Tesis de
Pregrado, Universidad Politécnica Salesiana].
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26012/1/UPS-CT010869.pdf>

Anexos

Lista de cotejo

N°	Nombres y apellidos de/la estudiante	Indicador					
		Confianza y seguridad		Comportamiento autónomo		Capacidad de enfrentar a los desafíos	
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
01		X		X		X	
03							
04							
05							
06							
07							

Anexo 9 *Certificado del Abstrac*

CERTIFICADO DE TRADUCCIÓN

Yo, Diego Fernando Ordoñez Silva, con número de cédula 1104872476 y con título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención Inglés, registrado en el SENESCYT con número 1008-15-1428431.

CERTIFICO:

Que he realizado la traducción de español al idioma inglés del resumen del presente trabajo de integración curricular o de titulación denominado **La nutrición y desarrollo motriz de niños de 3 a 4 años de la Escuela Básica "3 de diciembre" del Cantón Paltas**, de autoría de **Aide Michelle Villalta Cartuchi**, portadora de cédula de identidad número 1104443013, estudiante de la carrera de Educación Inicial, de la **Unidad de Educación a Distancia, de la Universidad Nacional de Loja**, siendo el mismo verdadero y correcto a mi mejor saber y entender.

Es todo en cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente en lo que se creyera conveniente.



Lic. Diego Fernando Ordoñez Silva

C.I. 1104872476

Registro del SENESCYT: 1008-15-1428431.