



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICA PÚBLICA
“VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE”
JAÉN**

TESIS

**BIOHUERTOS ESCOLARES Y HÁBITOS ALIMENTICIOS
DE LOS NIÑOS DE 4 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN
EDUCATIVA INICIAL N°097 – JAÉN**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN INICIAL**

EN EL PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL

PRESENTADO POR:

Bach. ALTAMIRANO RUBIO, HEIDY NAYELI

Bach. DELGADO FERNANDEZ, LEYDI MARITZA

Bach. RUÍZ MONTENEGRO, GREYLA DEL PILAR

JAÉN – PERÚ

2026

INFORME DE SIMILITUD

BIOHUERTOS ESCOLARES Y HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS NIÑOS DE 4 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL...

Quick Submit

Quick Submit

Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Victor Andrés Belaunde"

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trnoid::1:3635831368

116 páginas

Fecha de entrega

29 ago 2026, 12:04 p.m. GMT-5

33.109 palabras

Fecha de descarga

29 ago 2026, 12:12 p.m. GMT-5

185.157 caracteres

Nombre del archivo

TESIS_ANAYELL_29-08-2026-Turnitin.docx

Tamaño del archivo

5.1 MB



Página 2 de 136 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3635831368

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

19% Fuentes de Internet

6% Publicaciones

8% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.



Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DATOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN

TÍTULO:

Biohuertos escolares y hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la institución educativa inicial N°097 – Jaén

AUTORES:

Altamirano Rubio, Heidy Nayeli
Delgado Fernandez, Leydi Maritza
Ruíz Montenegro, Greyla Del Pilar

ASESOR DE LA INVESTIGACIÓN:

Mag. Erla Marilu Huatangari Mego
Código Orcid: <https://orcid.org/0009-0000-9008-3273>

SEDE Y LUGAR DE LA INVESTIGACIÓN:

Institución Educativa	: Los Incas N°097
Lugar	: Morro Solar
Distrito	: Jaén
Provincia	: Jaén
Región	: Cajamarca

DURACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN:

Fecha de Inicio: 22 de abril de 2024
Fecha de término: 24 de julio de 2025

LÍNEA DE LA INVESTIGACIÓN Y EJE TEMÁTICO

Línea de investigación: Pedagogía, Currículo y Didáctica
Eje temático: Didáctica aplicada en la educación básica

JURADO:

Presidente: Dr. Saúl Menandro Núñez Cieza.
Secretario: Lic. Hinojosa Chup Julia Nora
Vocal: Dr. Manuel Rodrigo Triful Ortiz.

Dedico este trabajo a mi madre, quien ha sido mi mayor inspiración y apoyo en cada paso de mi vida. Gracias por su amor incondicional, su paciencia y su dedicación. Este logro es tan mío como tuyo.

Heidy Nayeli

Dedico mi trabajo a mi familia, en especial a mi papá, por su apoyo incondicional y a mis hermanos por estar siempre presentes.

Leydi Maritza

Dedico este trabajo con todo mi amor a mis queridos padres, José Julio e Ydelsa, por su amor incondicional, sus enseñanzas, los valores que me inculcaron y el apoyo constante que me brindaron en cada etapa de mi formación; a mis hermanos, Taña, Jhimy, Mayra, Darwin y Belsi, por su cariño, sus palabras de aliento y por acompañarme siempre; a mis sobrinos, por llenar mi vida de alegría y ser una fuente de inspiración para seguir adelante; a mis demás familiares, por estar presentes en los momentos importantes de mi vida; a Edil, por su amor, comprensión y paciencia durante este camino; y, de manera muy especial, a mi abuelo, que desde el cielo me acompaña, por sus enseñanzas, su amor y los recuerdos que permanecen siempre en mi corazón. Finalmente, me lo dedico a mí misma, por no rendirme ante las dificultades y demostrar que, con esfuerzo, fe y determinación, todo es posible.

Greylla del Pilar

Agradecemos a Dios por concedernos la vida y buena salud, por permitirnos lograr el objetivo esperado. A la directora y docentes de la IEI. Los Incas del distrito de Jaén, quienes nos acogieron amablemente para realizar nuestra práctica profesional. A la plana docente de la EESPP Víctor Andrés Belaunde, por el apoyo incondicional en el proceso de nuestra formación profesional en base a valores, y el logro de nuestro informe de investigación.

Grupo de investigación

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Altamirano Rubio Heidy Nayeli, identificado con DNI N°60054717; Delgado Fernandez Leydi Maritza, con DNI N°47499751 y Ruíz Montenegro Greylla Del Pilar, con DNI N°71119481; egresadas del Programa de Estudios de Educación Inicial de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “Víctor Andrés Belaunde” de Jaén, presentamos la tesis titulada: “Biohuertos escolares y hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la institución educativa inicial N°097 – Jaén” para obtener el título de Licenciado en Educación en el Programa de Estudios de Educación Inicial.

Declaramos, en honor a la verdad, que la tesis es producto de nuestra autoría. Los datos, el análisis e interpretación de los resultados constituyen nuestro aporte a la realidad educativa investigada. Asimismo, todos los estudios o investigaciones previas han sido debidamente consultados y referenciados en la investigación, respetando los derechos de autor.

En calidad de autores, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad u ocultamiento de información, estampando nuestra firma.

Jaén, 24 de julio de 2025.



Altamirano Rubio Heidy Nayeli
DNI: 60054717



Delgado Fernandez Leydi Maritza
DNI: 47499751



Ruíz Montenegro Greylla Del Pilar
DNI: 71119481

INDÍCE

RESUMEN	xiii
ABSTRACT	xiv
INTRODUCCIÓN	xv
CAPÍTULO I	17
PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN	17
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
1.1.1. Antecedentes de la investigación	17
1.1.1.1. Antecedentes internacionales	17
1.1.1.2. Antecedentes nacionales	19
1.1.2. Análisis del contexto y caracterización del problema	21
1.1.3. Enunciado del problema	23
1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	23
1.2.1. Objetivo general	23
1.2.2. Objetivos específicos	24
1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	24
CAPÍTULO II	26
MARCO TEÓRICO	26
2.1. TEORÍAS Y ENFOQUES QUE FUNDAMENTAN LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA PRIMERA INFANCIA.	26
2.1.1. Teoría sociocultural	26
2.1.2. Aprendizaje experiencial	27
2.1.3. Principio del buen estado de salud	28
2.1.4. Enfoque ambiental	29
2.1.5. Área personal social	30
2.1.5.1. Fundamentación	30
2.1.5.2. Enfoque	30
2.1.5.3. Organización	31
2.2. ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA PRIMERA INFANCIA	32
2.2.1. Definición de alimentación saludable	32
2.2.2. Importancia de la alimentación saludable	33
2.2.3. Hábitos de higiene para la alimentación	34
2.2.3.1. Higiene de manos y uñas	34
2.2.3.2. Higiene dental	34
2.2.3.3. Hábitos al momento de ingerir los alimentos	34

2.3.	HÁBITOS ALIMENTICIOS	34
2.3.1.	Definición de hábitos alimenticios	34
2.3.2.	Principales hábitos alimenticios	35
2.3.2.1.	Consumo de frutas y verduras	36
2.3.2.2.	Higiene antes y después de consumir los alimentos	36
2.3.2.3.	Preferencia y elección de alimentos saludables	37
2.3.3.	Formación de hábitos alimenticios en la primera infancia	38
2.3.4.	Importancia de los hábitos alimenticios saludables	39
2.3.5.	Consecuencias de hábitos alimenticios inadecuados	40
2.3.6.	Factores a tener en cuenta para una alimentación saludable	40
2.3.6.1.	Edad (4 años)	41
2.3.6.2.	Estado nutricional	41
2.3.6.3.	Actividad física del niño	41
2.3.6.4.	Composición	41
2.3.6.5.	Líquidos	42
2.3.6.6.	¿Qué no debe contener una alimentación saludable?	42
2.3.7.	Factores que influyen en los hábitos alimenticios	43
2.3.7.1.	Familia	43
2.3.7.2.	Entorno escolar	43
2.3.7.3.	Entorno social y cultural	44
2.4.	BIOHUERTOS ESCOLARES	45
2.4.1.	Teorías del biohuerto	45
2.4.2.	Enfoques del biohuerto	46
2.4.3.	Definición de biohuerto	48
2.4.4.	Importancia del biohuerto escolar	50
2.4.5.	Tipos de biohuertos	52
2.4.6.	Componentes de un biohuerto escolar	53
2.4.7.	Beneficios de los biohuertos en los niños	53
2.4.7.1.	Nutricionales	53
2.4.7.2.	Educativos	54
2.4.7.3.	Ambientales	54
2.4.8.	Biohuerto escolar como espacio pedagógico	55
2.4.9.	Biohuertos y su relación con los hábitos alimenticios	57
	CAPÍTULO III	58
	INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA	58
3.1.	MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	58

3.2.	DESARROLLO DEL PLAN DE ACCIÓN.....	63
3.2.1.	Desarrollo y análisis de las acciones realizadas	63
3.2.1.1.	Campo de acción: Planificación y ejecución de proyectos de aprendizajes ...	63
3.2.1.2.	Campo de acción: Biohuertos escolares.....	91
	CAPÍTULO IV	108
	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	108
	CONCLUSIONES	125
	RECOMENDACIONES	126
	REFERENCIAS	127
	ANEXOS.....	138

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Los Incas N°097 – Jaén, mediante los biohuertos escolares. Esta investigación se elaboró en el marco del enfoque de la investigación acción educativa y su correspondiente metodología. Los actores involucrados en este trabajo son 18 niños de cuatro años y tres docentes practicantes. Los instrumentos que se utilizaron para recoger y procesar los datos fue una ficha de observación aplicada a los estudiantes, diarios de campo y registros fotográficos. Los resultados obtenidos muestran una mejora significativa en relación con los hábitos alimenticios tras la implementación de biohuertos escolares. Al término de la intervención pedagógica, se concluye que el uso del biohuerto escolar como recurso pedagógico ayudó de manera notable a que los estudiantes adopten conductas alimentarias y hábitos saludables. Al intervenir directamente en la siembra y cosecha, los niños aprenden a valorar los alimentos naturales y nutritivos; este conocimiento trasciende su dieta personal y guía también las opciones alimentarias en sus propias familias.

Palabras clave: Biohuerto escolar, hábitos alimenticios, hábitos saludables.

ABSTRACT

The primary objective of this research was to improve the eating habits of four-year-old children at the Los Incas No. 097 Educational Institution in Jaén through the use of school vegetable gardens. The study was conducted within the framework of the educational action research approach and its corresponding methodology. The participants included 18 four-year-old children and three student teachers. Data collection and processing involved the use of student observation forms, field journals, and photographic records. The results show a significant improvement in eating habits following the implementation of the school vegetable gardens. Upon completion of the pedagogical intervention, it was concluded that using the school garden as a teaching resource notably helped students adopt healthy eating behaviors and habits. By directly participating in planting and harvesting, the children learned to value natural, nutritious foods; this knowledge extends beyond their personal diets and also influences the food choices made by their families.

Keywords: School vegetable garden, eating habits, healthy habits.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, garantizar una alimentación saludable durante la primera infancia es uno de los retos más urgentes a los que se enfrentan las familias, las instituciones educativas y la sociedad. Una nutrición equilibrada no sólo favorece el crecimiento y desarrollo físico, sino que también contribuye al desarrollo cognitivo, emocional y social del niño, mejorando su capacidad de aprendizaje y disminuyendo el riesgo de padecer enfermedades como la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad (OMS, 2021). Sin embargo, en muchos contextos el consumo frecuente de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas persiste, acompañado de una ingesta insuficiente de frutas y verduras, lo cual afecta negativamente la salud y el bienestar infantil (UNICEF, 2019; FAO, 2019). Ante esta realidad, se hace necesario implementar estrategias pedagógicas desde la educación inicial que fomenten la formación de hábitos alimenticios saludables a través de experiencias significativas.

Dentro de este marco, la implementación de biohuertos escolares se configura como un recurso educativo que involucra a los alumnos en el cultivo y mantenimiento de hortalizas, reforzando así lo que saben sobre alimentación sana y ayudándoles a establecer una actitud más crítica y amistosa hacia lo que comen.

El estudio tuvo lugar en la Institución Educativa Inicial N° 097 Los Incas, ubicada en Jaén, y se centró en un grupo de niños de cuatro años que

participaron en una serie de actividades organizadas dentro del biohuerto escolar. El enfoque elegido fue el de investigación-acción participativa, de modo que investigadores, docentes y alumnos trabajaron juntos en cada una de las etapas: planificación, ejecución y evaluación de las tareas. Para la recolección de información se emplearon diversas técnicas, como la observación directa, el uso de diarios de campo, cuestionarios y registros fotográficos.

El problema principal identificado fue que los niños de preescolar casi no comen frutas ni verduras y que sus loncheras están llenas de productos procesados. A través de este estudio, se buscó responder a la pregunta: ¿Cómo fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 097 Los Incas – Jaén mediante biohuertos escolares? A partir de esa inquietud, se propuso como objetivo general fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa N°097 Los Incas – Jaén, mediante los biohuertos escolares. Para alcanzar este propósito, se desarrollaron acciones orientadas a la planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje, así como a la implementación y gestión de biohuertos escolares como estrategia pedagógica para favorecer la adquisición de hábitos alimenticios saludables.

El estudio está estructurado en cuatro capítulos. El capítulo I presenta el planteamiento del problema de la investigación, en ella la descripción del contexto, el planteamiento del problema, los objetivos y la justificación de la investigación. En el capítulo II se encuentra el marco teórico haciendo referencia las principales teorías que orientan al desarrollo del trabajo de la investigación. En el capítulo III se detalla la intervención pedagógica, definición del plan de acción, los actores de la investigación, técnicas utilizadas para la recolección de datos, determinación de las acciones, resultados esperados y ejecución de las acciones. El capítulo IV presenta el análisis y discusión de los resultados. Finalmente, las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1. Antecedentes de la investigación

1.1.1.1. Antecedentes internacionales

Chocho et al (2024) realizó un estudio en Cuenca – Ecuador, basado en la alimentación saludable mediante el cultivo de huertos escolares con la metodología de Aprendizaje Basado en Proyectos. El objetivo fue implementar huertos escolares y evaluar el impacto generado en los participantes. Se utilizó una metodología de enfoque mixto. Los resultados muestran un aumento en el conocimiento de los estudiantes sobre sostenibilidad alimentaria y una mejora en la conciencia sobre la importancia de una dieta nutritiva. Además, se observó una mejora en el desempeño académico, lo que destaca la efectividad del ABP como metodología educativa que promueve habilidades prácticas, trabajo en equipo y conciencia social.

Piñarete y Figueroa (2024) realizó un estudio en un hogar infantil de la primera infancia en Bogotá, Colombia. El objetivo fue, implementar una huerta escolar (HE) como estrategia para promover el consumo de alimentos saludables (AS). La metodología fue mixta (cualitativa, cuantitativa), longitudinal. Los resultados a los 9 meses, se evidencia que la mayoría de los niños tuvo una mejora en sus hábitos de alimentación, mostrando un impacto significativo ($p < 0.05$). Asimismo, los desperdicios de alimentos disminuyeron notablemente tras la implementación de la huerta, y se observó un mayor interés por el cuidado del ambiente en los estudiantes. Se concluyó que la intervención fue efectiva en la mejora de los hábitos alimenticios y la conciencia ambiental.

Montaleza (2022) en su trabajo de investigación, educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz” Cuenca – Ecuador, investigación basada en analizar la relación entre la educación alimentaria y el estado nutricional de niños. Se utilizó una metodología participativa, considerando principios de intervención educativa. Obteniendo como resultado que fomentar la educación alimentaria y nutricional en los niños a través de enseñanza - aprendizaje ayuda a promover buenos hábitos alimenticios desde una temprana edad. En conclusión, la educación alimentaria a través de las ocupaciones didácticas ayuda a la práctica de buenos hábitos alimenticios y una adecuada ingesta de alimentos.

Arévalo (2022), en su investigación realizada en Ecuador, tuvo como fin elaborar una propuesta alimentaria para descubrir la relación entre una alimentación saludable y el desarrollo académico de los niños. Utilizando una investigación no experimental, se encontró que la falta de alimentos saludables en las loncheras resultaba en niños cansados y sin energía. Se concluyó que los padres de familia o las personas encargadas de la preparación de alimentos en el hogar deben tener el propósito de brindar alimentos que apoyen el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños.

Agudelo y Meléndez (2021), realizaron en Colombia la investigación “Prácticas de educación ambiental mediada por el huerto escolar que potencian el desarrollo infantil en los niños y niñas de pre-jardín y jardín”, con el fin de analizar los aportes de la educación ambiental desarrollada mediante el huerto escolar para fortalecer el desarrollo infantil. La investigación se realizó desde una

perspectiva educativa y participativa. Los resultados mostraron que el desarrollo del biohuerto escolar permitió que los niños adquirieran aprendizajes significativos y mejoraran su resolución de problemas en su vida cotidiana. Se concluyó que el huerto escolar es una estrategia pedagógica que favorece el aprendizaje, las experiencias significativas y la formación de hábitos saludables en los estudiantes de educación inicial.

Santiago et al (2021), realizaron una investigación en la Escuela de Mexicapa, municipio de Ocuilán, Estado de México. El estudio tuvo como objetivo implementar un huerto escolar como estrategia para la formación integral de los estudiantes y la promoción de una alimentación saludable. La investigación fue de enfoque cualitativo y etnográfico. Los resultados evidenciaron un alto grado de aceptación del huerto escolar por parte de la comunidad educativa, destacando la participación activa de las familias en la gestión del proyecto. Asimismo, se concluyó que el huerto escolar constituye una estrategia didáctica eficaz para aprender haciendo, fortalecer los hábitos alimenticios, promover el cuidado del ambiente y fomentar la producción y consumo de alimentos saludables.

1.1.1.2. Antecedentes nacionales

Ccoriñaupa y Diaz (2025) realizó un estudio en la Institución Educativa Esmeralda de los Andes, Huanta, Ayacucho 2024, con el objetivo de identificar la relación del huerto educativo y el desarrollo de la conciencia ambiental. Este trabajo adoptó una metodología de enfoque cuantitativo, no experimental de tipo transversal y correlación descriptiva. Se obtiene como resultado una correlación entre el aprendizaje cooperativo y habilidades sociales. En conclusión, el huerto educativo tiene una relación directa con la conciencia ambiental en los alumnos de la Institución Educativa Esmeralda de los Andes.

Estrada y Garay (2025) investigó a niños de 5 años de la Institución Educativa Jesús Yireh, Trujillo, 2024, con el propósito de determinar la influencia del biohuerto en niños de 5 años. La metodología fue de tipo aplicada, bajo el enfoque cuantitativo, con un diseño pre experimental. Los resultados en el pretest evidencian que en los niveles de conciencia ambiental predominaba el nivel medio y bajo, sin presencia de nivel alto. Sin embargo, en el posttest se evidenció un cambio, alcanzándose un nivel alto en todos los casos. Se concluyó

que el biohuerto escolar mejora de manera significativa el desarrollo de la conciencia ambiental en los niños de 5 años.

Álvarez (2023) llevó a cabo una investigación en la Institución Educativa Inicial N°062 Niños De La Natividad, en el distrito de Baños del Inca para estudiar la relación entre los patrones alimentarios y la condición nutricional de niños de 3 a 5 años. Este trabajo adoptó un enfoque descriptivo-correlacional con un diseño de corte transversal y no experimental. Los resultados indicaron que la mayoría de los niños tenían un estado nutricional adecuado en tres aspectos: peso para la talla, peso para la edad y talla para la edad. En cuanto a los hábitos alimentarios, se encontró que una parte significativa de los niños tenía hábitos saludables, mientras que otro grupo mostraba hábitos menos saludables. En conclusión, el estudio resaltó la relación significativa entre los hábitos alimentarios y la condición nutricional de los niños en términos de su peso y talla según la edad.

Torres (2022) investigó la relación entre el biohuerto escolar y las actitudes ecológicas, en los estudiantes de la fundación educativa N°16024, Jaén Cajamarca. Se basó en una metodología cuantitativa. Los resultados obtenidos muestran que existe una relación positiva entre la participación en las actividades del biohuerto y el fortalecimiento de actitudes ambientales responsables. Se concluyó que el biohuerto escolar contribuye de manera significativa en la formación de valores y prácticas orientadas al cuidado del ambiente y al desarrollo integral de los estudiantes.

Abarca et al (2021) llevó a cabo una investigación en la Institución Educativa Inicial 345 San Isidro, Hermilio Valdizán-Leoncio Prado. El objetivo principal fue establecer la relación entre los hábitos alimenticios y el rendimiento académico en el área de Ciencia y Tecnología. El estudio se basó en una metodología de tipo cuantitativo, en el nivel descriptivo y diseño correlacional. Como resultado demuestran que existe relación significativa entre hábitos alimenticios y rendimiento académico. Se concluye que a mayores hábitos alimenticios mayor será el rendimiento académico.

Ramos (2018) realizó un estudio en la Institución Educativa Inicial San Benito de Palermo en Buenos Aires, Arequipa. El objetivo general fue establecer la evaluación del aporte nutricional de la lonchera elaborada con componentes

del biohuerto escolar. La metodología fue de tipo descriptivo relacional de corte transversal prospectivo. Los resultados evidenciaron que el aporte nutricional de la lonchera escolar influye en el estado nutricional de los niños preescolares de 3 a 4 años y ayudó a modificar sus hábitos alimenticio. Se concluye que la lonchera elaborada con productos del biohuerto escolar mejoró el aporte nutricional y favoreció el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en los niños preescolares.

1.1.2. Análisis del contexto y caracterización del problema

Estudios a nivel nacional e internacional, señalan que los hábitos alimenticios inadecuados en niños de educación inicial siguen siendo una preocupante problemática. Hoy en día, muchas loncheras consumidas con frecuencia por los niños contienen productos ultraprocesados, bebidas azucaradas y alimentos de bajo valor nutricional, lo cual afecta de forma negativa su crecimiento y desarrollo integral. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2026) una alimentación poco saludable durante la infancia incrementa el riesgo de desarrollar obesidad, anemia, diabetes y otras enfermedades no transmisibles. Es preocupante observar cómo estos hábitos alimenticios afectan directamente la salud y el bienestar de nuestros niños, en esta etapa crucial de desarrollo, es vital que se les proporcionen alimentos que contribuyan a su crecimiento integral. Como educadores y padres tenemos la responsabilidad de fomentar hábitos alimenticios saludables, no solo para prevenir enfermedades, sino también para establecer una base sólida para una vida saludable en el futuro, la implementación de biohuertos escolares es una excelente estrategia pedagógica para fortalecer estos hábitos, al incluir a los niños en el proceso de cultivo y consumo de alimentos frescos y nutritivos.

De acuerdo con la información de la ONU (1999), citada por Cornelio (2019, p. 12), es crucial garantizar que los niños desde una edad temprana reciban enseñanzas sobre valores, actitudes, comportamientos y formas de vida que les permitan resolver conflictos de manera pacífica, respetando la dignidad humana y fomentando la tolerancia y la no discriminación. En otras palabras, desde la infancia, es fundamental impartir a los niños una educación que abarque estos aspectos, capacitándolos para manejar conflictos de forma pacífica y

cultivar tanto habilidades prácticas como valores esenciales para construir sociedades más justas y cohesionadas desde sus cimientos.

La investigación se desarrolló en la Institución Educativa Inicial N.º 097 Los incas, Morro Solar - Jaén, ubicada en la calle Pedro Cornejo (s/n). Según la información proporcionada por la directora, la institución educativa, pertenece al centro poblado Morro Solar, distrito y provincia Jaén, región Cajamarca, se ubica a 874 m de la plaza de armas de Jaén, con el código de ubicación geográfica 060801. Esta institución pertenece a la población urbana, con categoría escolarizada perteneciente a la DREC Cajamarca, fue creada el 14 de octubre de 1994, con código modular 0917047 y código de local educativo 120248.

En el entorno de la IEI existen algunos recursos naturales como papayas, plátanos, mangos, iguaguana. Su fauna está representada por palomas, guardacaballos, perdices, iguanas, lagartijas, camaleones, caracoles, perros, lo que constituye un contexto favorable para el desarrollo de actividades de educación ambiental y la implementación de biohuertos escolares.

En cuanto a la infraestructura, dispone de cuatro ambientes, de los cuales tres son utilizados para el desarrollo de actividades escolares y otro para la preparación de alimentos, su estado de conservación es regular, están construidas con material noble, y techo de calamina, las aulas presentan condiciones pedagógicas mínimas, están mal organizadas, el espacio es reducido y carecen de equipamiento. Los servicios higiénicos no son suficientes, con dos baños, pero solo uno está habilitado para el uso de los niños.

Durante el diagnóstico institucional se identificó que aproximadamente el 80 % de los niños presentan carencia en alimentos saludables. Este problema surge en el ámbito familiar debido al desconocimiento de la pirámide alimenticia y el poco compromiso de los padres con la alimentación de sus hijos.

Según los resultados obtenidos del recojo de información a través del cuestionario (Anexo 3), obtuvimos cuantitativamente de acuerdo con la tabla 1 que 44% de los padres encuestados nos dicen que sus niños no consumen verduras. Por otro lado, en la tabla 2, se obtuvo que el 75% nos dice sus hijos consumen jugos artificiales (gaseosa, frugos, etc.), siendo estos un porcentaje muy preocupante para su alimentación de los niños (Anexo 4).

Cervera (2014), afirma que es crucial para la salud y fortaleza de los niños adoptar una alimentación adecuada. No solo la cantidad de comida es importante, sino también la calidad de los alimentos, ya que ambos factores son fundamentales para mantener un estado de salud óptimo. Por eso, es esencial que tanto los maestros como las familias de los niños comprendan qué beneficios ofrecen los diferentes alimentos, para poder enseñar hábitos alimenticios saludables a los niños.

Pasando a detallar la situación problemática, de acuerdo con los registros de diario de campo de fecha 20 y 21 de mayo del 2024, durante la hora de la comida, observamos que los niños de 4 años de la IEI “Los Incas” N°097 no tienen una alimentación adecuada y balanceada, las madres que cocinan no varían sus alimentos, dan lo que les proporciona el programa Qali Warma (arroz, tallarín, filete de bonito, conserva de pollo, harina de huevo, avena, lentejas, leche, alverja partida). Por ello es importante asegurarse de la alimentación de los niños, donde se debe incluir alimentos variados y balanceados para garantizar una alimentación saludable. (Anexo 5)

Frente a esta problemática en la IEI consideramos prioritaria la intervención urgente de la toma de acción a través de la creación de biohuertos escolares.

1.1.3. Enunciado del problema

¿Cómo fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén mediante biohuertos escolares?

1.2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. Objetivo general

Fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén, mediante los biohuertos escolares.

1.2.2. Objetivos específicos

Optimizar la planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje orientados al fortalecimiento de hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén.

Gestionar biohuertos escolares que promuevan los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas - Jaén.

1.3. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

A nivel teórico, la investigación tuvo relevancia al aportar sustento científico para comprender la formación de hábitos alimentarios en la primera infancia, y al sustentar el uso de biohuertos escolares como estrategia pedagógica para su fortalecimiento. Se apoyó en la teoría sociocultural de Lev Vygotsky, que permitió comprender que los hábitos de alimentación se construyen a partir de la interacción del niño con su entorno familiar, escolar y social. También se apoyó en la teoría de aprendizaje experiencial de David Kolb, lo que permitió argumentar que los niños adquirieron aprendizajes significativos a partir de experiencias directas, como la siembra, el cuidado y la cosecha de los cultivos en el biohuerto escolar. En conjunto, estos aportes teóricos fueron la base para el diseño, la implementación y el análisis de la propuesta pedagógica desarrollada, reforzando el sustento científico de la investigación y constituyendo un referente para futuras investigaciones relacionadas con los hábitos alimenticios y los biohuertos escolares.

En un nivel práctico, la investigación contribuyó a concientizar a los actores educativos, padres de familia, docentes y directora sobre la importancia de propiciar una alimentación saludable y balanceada para el desarrollo integral de los niños. De igual forma, facilitó su participación activa y comprometida en la ejecución de los biohuertos escolares y en el fortalecimiento de los hábitos alimenticios de los estudiantes, promoviendo acciones conjuntas entre la familia y la escuela para consolidar estilos de vida saludables.

Metodológicamente, la investigación se realizó a través de una metodología rigurosa y coherente con el enfoque de investigación acción pedagógica, orientada por el principio del buen estado de salud y el enfoque

ambiental. La propuesta pedagógica basada en la planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje y en la gestión de biohuertos escolares, fue una experiencia metodológica que podrá servir como referente para futuras investigaciones e intervenciones educativas relacionadas con el fortalecimiento de los hábitos alimenticios en la educación inicial.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. TEORÍAS Y ENFOQUES QUE FUNDAMENTAN LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA PRIMERA INFANCIA.

2.1.1. Teoría sociocultural

Según Regader (2015), en su artículo para Psicología y Mente, la teoría sociocultural de Lev Vygotsky sitúa al ambiente social y cultural en el centro del desarrollo cognitivo infantil. Desde este enfoque, aprender y crecer mentalmente no son actos solitarios, sino procesos que se construyen en la interacción con otras personas, mediante diálogos, juegos y tareas compartidas. Estos encuentros permiten al niño observar, imitar, adaptar e interiorizar formas de pensar y actuar que su comunidad considera valiosas.

De acuerdo con esta teoría, el papel principal de los adultos en el aprendizaje de los niños es apoyar, dirigir y organizar el proceso de aprendizaje, para que sean capaces de interiorizar estructuras conductuales y cognoscitivas y así puedan cruzar la brecha entre lo que son capaces de hacer y lo que todavía no consiguen por sí solos; es decir, avanzar dentro de la zona de desarrollo próximo.

En relación con la alimentación saludable, este enfoque permite comprender que los hábitos alimenticios de los niños no se forman de manera individual, sino en contacto permanente con la familia, la escuela y la comunidad. Las rutinas de alimentación, la manera en que los adultos presentan los alimentos, el ejemplo que brindan en la mesa y las experiencias compartidas alrededor de la comida influyen directamente en las preferencias y conductas alimentarias de los niños. Investigaciones recientes muestran que la edad preescolar es un periodo crítico para la formación de la conducta alimentaria, y que el estilo de crianza y el comportamiento de los adultos durante las comidas se relacionan con la aceptación o rechazo de determinados alimentos (Leuba et al., 2022).

Asimismo, se ha identificado que los momentos de alimentación en educación inicial también son espacios de aprendizaje social, donde los niños construyen reglas, preferencias y formas de interacción en torno a la comida (Willemsen et al., 2023). Por ello, la teoría sociocultural sustenta la importancia del biohuerto escolar como una experiencia colectiva, donde el niño aprende junto a sus pares y con la orientación del docente. En este espacio, la alimentación saludable deja de ser solo un discurso y se convierte en una práctica vivida, compartida y significativa

2.1.2. Aprendizaje experiencial

El aprendizaje experiencial es un proceso educativo en el que se adquieren conocimientos y habilidades a través de experiencias directas y prácticas, en lugar de solo teoría, lo que se conoce como el “ciclo del aprendizaje”, Kolb (1976,1984) como se cita en según Gómez (2014). En este ciclo, una persona atraviesa una serie de etapas: experiencia concreta, observación reflexiva, conceptualización abstracta y experimentación activa.

En la primera fase del ciclo, llamada experiencia concreta, los alumnos se involucran directamente en una actividad práctica, ya sea un experimento o una situación real, que les permite entrar en contacto tangible con el concepto que se quiere enseñar. Luego pasan a reflexionar sobre lo vivido, formulando preguntas, comentando sus observaciones y relacionando lo experimentado con

sus conocimientos previos. En la tercera etapa, denominada conceptualización abstracta, los alumnos construyen explicaciones o ideas sobre la experiencia. Finalmente, en la experimentación activa, aplican lo aprendido en nuevas situaciones, valoran resultados y ajustan sus conocimientos.

No obstante, estas etapas no siempre siguen un orden lineal, sino que conforman un ciclo dinámico de aprendizaje.

Este enfoque resulta especialmente pertinente para la educación inicial, ya que los niños pequeños aprenden mejor cuando manipulan, observan, sienten y participan activamente en el entorno. En este sentido, el biohuerto escolar constituye una estrategia pedagógica coherente con el aprendizaje experiencial, porque permite a los niños sembrar, regar, cuidar, observar el crecimiento de las plantas y relacionar estas vivencias con la alimentación saludable. La investigación reciente ha señalado que los jardines y huertos educativos son contextos reales de aprendizaje que favorecen la comprensión de contenidos científicos y ambientales desde edades tempranas (Gozalbo et al., 2020).

Además, las intervenciones de jardinería escolar se asocian con mejoras en bienestar y resultados de salud cuando se integran a experiencias educativas significativas (Holloway et al., 2023). Incluso, un estudio reciente en instituciones de educación infantil encontró mejoras en hábitos alimenticios, familiaridad con las plantas y actividad física tras una intervención de jardinería de 16 semanas (Jeong et al., 2025). Por ello, el aprendizaje experiencial fundamenta el uso del biohuerto escolar como un espacio donde los niños de 4 años no solo reciben información sobre alimentación saludable, sino que la descubren y la construyen activamente a partir de la experiencia.

2.1.3. Principio del buen estado de salud

El MINEDU (2016) establece principios orientadores para la educación infantil en nuestro país. Estos principios se consideran postulados que sintetizan ideas fundamentales de la educación y orientan a los educadores en su labor docente. En este sentido, los docentes son responsables de asegurar que los niños vivan y se desarrollen plenamente durante sus primeros años (Bravo y Concepción, 2012),

Asimismo, el MINEDU (2016) señala que el principio del buen estado de salud no se limita solo a la salud física, sino que, siguiendo la definición clásica de la Organización Mundial de la Salud, abarca un estado de completo bienestar físico, psíquico y social.

En la actualidad, este principio mantiene plena vigencia. Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (2021) ha señalado que los entornos de educación y cuidado de la primera infancia deben promover alimentación saludable, actividad física, descanso adecuado y reducción del sedentarismo, debido a que todos estos factores intervienen en el desarrollo integral del niño menor de cinco años. De igual modo, (OMS, 2026) indica que una dieta saludable debe comenzar temprano en la vida y que las conductas y preferencias alimentarias construidas en la infancia suelen extenderse hacia etapas posteriores.

En consecuencia, el bienestar infantil no solo implica contar con un cuerpo sano, logrado a través de una dieta equilibrada y un ambiente limpio, sino también desarrollar seguridad emocional, vínculos positivos y experiencias de placer en la vida cotidiana. Por ello, promover hábitos saludables en educación inicial significa generar condiciones para que los niños se relacionen con los alimentos nutritivos de forma positiva, afectiva y sostenida.

2.1.4. Enfoque ambiental

El MINEDU (2016) propone un enfoque que busca formar personas que comprendan, tanto a nivel local como global, los problemas ambientales, el calentamiento del planeta, la crisis climática y su relación con la pobreza y la inequidad. Esta idea se traduce en actividades orientadas a proteger la biodiversidad, valorar los ecosistemas, promover hábitos de producción y consumo responsables, asegurar un manejo adecuado de los residuos y fomentar la salud y el bienestar.

Las metodologías educativas que adoptan un enfoque ambiental apoyan los objetivos del desarrollo sostenible, resaltando la necesidad de satisfacer las demandas actuales sin comprometer los recursos de las generaciones futuras. Esta visión integra aspectos sociales, económicos, culturales y ambientales.

En el contexto de la investigación, este enfoque se relaciona directamente con la implementación del biohuerto escolar, ya que este permite recuperar y utilizar áreas verdes como espacios educativos, fomentar el respeto por la flora local y promover el cuidado del ambiente desde la infancia. Estudios recientes destacan que los jardines escolares favorecen aprendizajes significativos en ciencias y ayudan a conectar a los estudiantes con procesos ecológicos reales (Gozalbo et al., 2020). Además, la evidencia muestra que los huertos escolares pueden contribuir a la salud y al bienestar cuando se vinculan con educación alimentaria y experiencias pedagógicas activas (Holloway et al., 2023).

2.1.5. Área personal social

2.1.5.1. Fundamentación

Según MINEDU (2017), el área personal social busca contribuir al desarrollo integral de los niños, promoviendo que sean personas autónomas, seguras de sí mismas y participantes activos de la sociedad. Esta área aborda el desarrollo infantil desde dos dimensiones: la personal relacionada con el conocimiento y la valoración de uno mismo, y la social, vinculada con el respeto hacia los demás y la convivencia, lo que favorece que el niño consolide su identidad, manifieste sus emociones y afiance su autonomía.

Del mismo modo, el programa curricular de educación precisa que el desarrollo personal y social constituye un proceso esencial para que las personas puedan vivir en equilibrio con todo su entorno, estableciendo relaciones, para construir aprendizajes que sirven de base para su formación como ciudadanos.

2.1.5.2. Enfoque

El MINEDU (2017) menciona que, en el área, el marco teórico y metodológico que orienta a la enseñanza se fundamenta en los enfoques de desarrollo personal y ciudadanía activa resaltando el proceso mediante el cual el ser humano se forma como persona, logrando de manera progresiva el desarrollo de sus potencialidades a través de cambios continuos en los diferentes ámbitos biológicos, cognitivo, afectivo, conductual y social.

De igual manera este enfoque considera que todas las personas son sujetos de derecho y deberes, con capacidad de intervenir en la vida social y democrática, comprometiéndose así con el bienestar colectivo. En el nivel inicial esto supone que los niños empiecen a construir normas de convivencia, fortalezcan actitudes de respeto, colaboración y solidaridad, involucrándolos en situaciones cotidianas que les ayuden a comprender la importancia de relacionarse con los demás en un ambiente de diálogo, inclusión y cuidado del entorno.

2.1.5.3. Organización

Según MINEDU (2017) en el programa curricular de Educación Inicial, propone que el área Personal Social tiene 2 competencias y 5 capacidades con sus respectivos desempeños y estándar de aprendizaje.

A) Competencias

De acuerdo con MINEDU (2017), la competencia se define como la capacidad que tiene una persona para articular un conjunto de capacidades con el propósito de responder de manera adecuada a una situación determinada, actuando con pertinacia y compromiso ético. En esta área favorecen que el niño se reconozca como una persona importante con capacidad de convivir y participar con los demás en situaciones propias de la vida diaria.

B) Capacidades

Las capacidades son recursos que permiten actuar competentemente. Estos recursos abarcan conocimientos, habilidades y actitudes que los estudiantes ponen en práctica para responder ante situaciones específicas. En esta área, las capacidades forman parte de cada competencia y posibilitan que los niños realicen acciones que están vinculadas a la valoración de ellos mismos apoyando la construcción de acuerdos y la participación en acciones orientadas al bienestar colectivo (MINEDU, 2017).

C) Desempeños

Según MINEDU (2017), los desempeños son descripciones específicas de las actuaciones de los niños en relación con los niveles de desarrollo de las competencias. En educación inicial, estos permiten evidenciar el progreso de los

niños en la construcción de su identidad y en la convivencia con otros, considerando sus características edades y el ciclo que cursan. Asimismo, brindan al docente criterios para planificar, acompañar y valorar el avance de los aprendizajes.

D) Estándar de aprendizaje

El MINEDU (2017), define los estándares de aprendizaje como descripciones del desarrollo de la competencia en niveles de complejidad progresiva, estableciendo el nivel esperado que debe alcanzar un estudiante al finalizar cada ciclo convirtiéndose en referentes para la evaluación formativa, ya que permiten reconocer qué tan pronto o distante se encuentra el estudiante respecto al logro previsto. De esta manera, orientan la planificación de actividades y la adecuación de la enseñanza en función de las necesidades de aprendizaje de los estudiantes.

2.2. ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA PRIMERA INFANCIA

2.2.1. Definición de alimentación saludable

Según Basulto et al. (2013) y Carrasco (2004), llevar una alimentación saludable permite un adecuado funcionamiento del organismo, ya que contribuye a reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes, la anemia, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer. Asimismo, garantiza un crecimiento y desarrollo óptimos en todas las etapas de la vida.

Cervera et al. (2014) afirma que para que los niños se mantengan sanos y fuertes es muy importante llevar una alimentación saludable. No solo es importante la cantidad de alimentos que se consumen sino también su calidad ya que ambos influyen en el mantenimiento adecuado de la salud, por ello es necesario que tanto las maestras como también las familias de los niños sepan qué aporta cada alimento para inculcar en los niños buenos hábitos alimenticios.

Contreras (2005) Considera que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyan a un desarrollo y crecimiento óptimo, así

como una maduración biopsicosocial, es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimenticios saludables.

2.2.2. Importancia de la alimentación saludable

Según Aranceta (2007), durante la infancia los niños van adquiriendo hábitos saludables que se inician principalmente en el entorno familiar, el cual cumple un rol fundamental al ser el primer referente en la formación de conductas alimenticias. Asimismo, la escuela desempeña un papel importante en la consolidación de estos hábitos durante la etapa escolar. En este sentido, los autores destacan que la adopción de hábitos saludables desde edades tempranas es esencial para prevenir enfermedades crónicas que pueden persistir en la vida adulta. Por ello, resulta necesario acercar a los niños al conocimiento de una alimentación saludable, variada y equilibrada, considerando la frecuencia y cantidad adecuada de los distintos grupos de alimentos en la dieta diaria.

Por otro lado, Paz (2015) señala que la alimentación constituye un proceso esencial e indispensable durante todas las etapas de la vida, debido a que aporta los nutrientes necesarios para la formación, crecimiento, reparación y mantenimiento de los tejidos y órganos del cuerpo humano. Asimismo, proporciona la energía requerida para el adecuado funcionamiento del metabolismo, el desarrollo de las actividades físicas e intelectuales y el correcto desempeño de las funciones vitales del organismo. En la etapa de la primera infancia, una alimentación equilibrada adquiere especial relevancia, ya que favorece el crecimiento y desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los niños, fortaleciendo además su sistema inmunológico y previniendo enfermedades relacionadas con una nutrición inadecuada. En este sentido, promover hábitos alimenticios saludables desde los primeros años de vida no solo contribuye al bienestar y desarrollo integral de los niños, sino que también favorece la consolidación de prácticas alimentarias que pueden mantenerse a lo largo de su vida, repercutiendo positivamente en su calidad de vida y en su desempeño dentro del ámbito familiar, escolar y social.

2.2.3. Hábitos de higiene para la alimentación

2.2.3.1. Higiene de manos y uñas

Las manos por su relación directa con el medio, son uno de los vehículos más importantes de transmisión de infecciones; es por ello, que debemos lavarnos con agua y jabón, al levantarse de la cama, después de tocar animales, cada vez que estén sucias, antes de manipular los alimentos, antes y después de curar cualquier herida, después de ir al baño o tener contacto con la basura y otros contaminantes. Por otro lado, las uñas merecen atención, ya que en ellas se acumula más fácil la suciedad; es necesario la utilización de cepillos para limpiarlas y/o cortarlas oportunamente.

2.2.3.2. Higiene dental

El cuidado de la boca y los dientes son de gran importancia; ya que constituye la parte inicial del aparato digestivo. Nuestros dientes son una parte fundamental para mantener en buenas condiciones nuestro organismo, su función es la trituración de los alimentos para asegurar la buena digestión. Por eso, antes, después de cada comida se debe asear los dientes con pasta dental; también al acostarse y al levantarse.

2.2.3.3. Hábitos al momento de ingerir los alimentos

Lavarse bien las manos antes y después de comer, sentarse bien en la silla, usar correctamente los cubiertos y no jugar con ellos, evitar tirar la comida al piso, no jugar con la comida, masticar con la boca cerrada y retirar los codos de la mesa mientras comemos.

2.3. HÁBITOS ALIMENTICIOS

2.3.1. Definición de hábitos alimenticios

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), los hábitos alimenticios se entienden como el conjunto de prácticas y comportamientos relacionados con la selección, preparación y consumo de alimentos, los cuales

se adquieren a lo largo del tiempo y están influenciados por factores culturales, sociales y familiares.

Cuenca, et al. (2011) define los hábitos alimenticios saludables como los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en la alimentación, llevar una dieta equilibrada, variada y suficiente acompañada de la práctica de ejercicio físico. Además, plantea que una dieta variada debe incluir alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir necesidades energéticas.

MINEDU (2017) menciona que la capacidad de practicar hábitos de higiene en los niños mejora la alimentación, comprendiendo la importancia que tiene en su crecimiento saludable y en la prevención de enfermedades. También, a aprender a comer saludablemente, reconociendo no solo los alimentos nutritivos, sino también aquellos que, por las características y necesidades particulares, son los más adecuados. De igual manera, comprender la importancia de alimentarse sin prisa, de tomar agua después de una actividad física, de lavarse bien las manos antes de consumir los alimentos, entre otros.

2.3.2. Principales hábitos alimenticios

Los hábitos alimenticios son las conductas y prácticas que adoptan la persona a diario en la elección, preparación y consumo de alimentos. En la primera infancia estos hábitos son especialmente importantes porque las preferencias y los comportamientos alimentarios que se establecen en esta etapa pueden mantenerse posteriormente. La alimentación saludable, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2026), debe iniciarse desde los primeros años de vida, y debe ser adecuada, equilibrada, moderada y diversa. También señala que las preferencias alimentarias que se establecen en la infancia pueden prolongarse hasta la edad adulta.

En este sentido, los principales hábitos alimenticios saludables de los niños, están relacionados con el consumo de frutas y verduras, la práctica de hábitos de higiene antes y después de consumir alimentos y la preferencia y elección de alimentos saludables. Estas prácticas ayudan a que los niños desarrollen conductas progresivas para su crecimiento, desarrollo y bienestar.

2.3.2.1. Consumo de frutas y verduras

Una dieta regular de frutas y verduras es una práctica alimentaria fundamental para la infancia, ya que estos alimentos aportan vitaminas, minerales, fibra y otros nutrientes necesarios para el desarrollo y crecimiento. La OMS (2026) afirma que las frutas y las verduras son la base de una alimentación saludable y recomienda su consumo habitual en el marco de una dieta variada. Se recomienda para los niños de 2 a 5 años, consumir al menos 250 gramos de frutas y verduras diarias, considerando las necesidades y características de la etapa.

De igual manera, la FAO (2019) en las Guías alimentarias para la población peruana, recomienda el consumo diario de frutas y verduras y resalta la importancia de elegir alimentos naturales disponibles a nivel local. Estas orientaciones tienen como objetivo favorecer una alimentación variada y saludable, al mismo tiempo que se reduce el consumo de productos procesados y ultra procesados.

El consumo de estos alimentos debe ser incentivado desde temprana edad a través de experiencias que permitan al niño conocer, manipular, preparar y comer estos alimentos. En este sentido, el biohuerto escolar se constituye como una estrategia educativa pertinente, puesto que permite a los niños participar en la siembra, el cuidado y la cosecha de hortalizas, propiciando de esta manera un acercamiento directo a los alimentos saludables. Por tal razón, en el presente estudio se fomentó el consumo de productos provenientes del biohuerto como: lechuga, rabanito, zanahoria, culantro y espinaca.

2.3.2.2. Higiene antes y después de consumir los alimentos

La higiene es otro hábito básico para una buena alimentación, ya que permite disminuir el riesgo de contaminación de los alimentos y prevenir enfermedades. La OMS y la FAO (2022) consideran que la inocuidad de los alimentos es de especial importancia en las escuelas y guarderías infantiles, donde se deben promover prácticas que permitan garantizar que los alimentos sean seguros para su consumo.

Las prácticas de higiene más importantes son lavarse las manos antes de preparar o comer alimentos, mantener los utensilios y las superficies limpias,

y lavar bien las frutas y verduras antes de comerlas. El Ministerio de Salud del Perú también recomienda como medidas de prevención de enfermedades el lavado de manos con agua y jabón antes de preparar o consumir los alimentos y el lavado de frutas y verduras.

En el nivel preescolar, estas prácticas deben desarrollarse de forma progresiva a través de las actividades cotidianas y las experiencias educativas. Por eso es importante que los niños entiendan que la higiene forma parte de una alimentación saludable y que acciones tan sencillas como lavarse las manos y lavar los alimentos ayudan a cuidar su propia salud.

En esta investigación, se reforzó este hábito con actividades prácticas relacionadas al cuidado y consumo de los productos del biohuerto. Así, los niños pudieron aprender que los alimentos producidos deben ser manipulados y preparados adecuadamente antes de ser consumidos.

2.3.2.3. Preferencia y elección de alimentos saludables

La preferencia y elección de alimentos saludables es un hábito que se va desarrollando de forma progresiva durante la infancia, a partir de las experiencias que tienen los niños con los distintos alimentos. La OMS (2026) indica que los hábitos y gustos alimentarios que se establecen en la infancia pueden persistir durante la edad adulta, por lo que es esencial fomentar desde los primeros años una alimentación basada mayormente en alimentos variados, naturales o mínimamente procesados, restringiendo aquellos que contienen altos niveles de azúcares, grasas no saludables y sodio.

De forma similar, la FAO (2019), mediante las Guías alimentarias para la población peruana, recomienda elegir y disfrutar a diario una variedad de alimentos naturales y disponibles localmente, reducir el consumo de alimentos procesados y evitar los productos ultraprocesados. Recomienda también consumir frutas y verduras todos los días y preferir las preparaciones caseras.

En los niños de 4 años, para lograr la formación de este hábito se deben crear oportunidades para que conozcan diversos alimentos y participen activamente en experiencias de preparación y consumo. El entorno familiar y educativo es muy importante, ya que a través del ejemplo y de actividades

pedagógicas se puede conseguir que los niños conozcan los alimentos saludables y tengan una actitud positiva ante su consumo.

En este sentido, el biohuerto escolar constituye una oportunidad para afianzar la preferencia por alimentos saludables, puesto que permite a los niños tomar parte directa del proceso productivo de hortalizas y comprender su importancia para una alimentación adecuada. De este modo, el contacto directo con los alimentos producidos puede facilitar una mayor valoración y disposición hacia su consumo.

2.3.3. Formación de hábitos alimenticios en la primera infancia

Hernández, et al. (2020), señalan que la elaboración de un hábito saludable debe ser completa (desayuno, almuerzo y cena), equilibrada (con cantidades suficientes de grupos de alimentos), higiénica (lavado de manos para prevenir enfermedades infecciosas) y suficiente para cubrir las necesidades de nutrientes del niño durante el día.

Según Macías, et al. (2012), retomando los aportes de Moreira y Cuadrado (2001) y Ortiz, Vázquez y Montes (2005), los hábitos alimenticios se entienden como comportamientos repetitivos, tanto a nivel individual como colectivo, que determinan qué, cuándo, cómo, con qué y para qué se consumen los alimentos, así como quién los consume. Estos hábitos se adquieren de manera directa e indirecta como parte de las prácticas sociales y culturales.

Por su parte, Albito (2015), señala que los hábitos alimenticios no solo comprenden el acto de comer y la elección de alimentos, sino también los contextos sociales, culturales y económicos que influyen en dichos comportamientos. En este sentido, resultan fundamentales para comprender cómo se forman y se mantienen, así como para diseñar intervenciones orientadas a mejorar la salud y el bienestar de la población. Asimismo, estos hábitos constituyen una parte esencial de la vida de las personas; sin embargo, no son innatos, sino que se desarrollan a partir de las experiencias a lo largo del tiempo. Durante este proceso, los individuos seleccionan los alimentos que integrarán en su dieta y la forma en que serán preparados, lo que evidencia que se trata de un proceso consciente y educativo con gran impacto en la salud.

UNICEF (2019), destaca que durante la etapa preescolar el ritmo de crecimiento de los niños se desacelera, mientras que sus habilidades psicomotoras, tanto gruesas como finas, se desarrollan, permitiéndoles un mayor control de su cuerpo. En este contexto, una alimentación adecuada resulta fundamental en todas las etapas de su crecimiento y desarrollo, ya que una nutrición apropiada desde edades tempranas fortalece el sistema inmunológico, disminuye la incidencia de enfermedades y favorece una buena salud. Asimismo, los niños que gozan de un adecuado estado nutricional tienden a presentar un mejor rendimiento académico, mayor capacidad de resiliencia y mayores oportunidades de superar condiciones de pobreza, logrando así desarrollar plenamente su potencial.

2.3.4. Importancia de los hábitos alimenticios saludables

La alimentación para el niño tiene un significado diferente al que tiene para el adulto. Mientras que el adulto es consciente de la importancia de una buena alimentación para su salud y el fortalecimiento de sus huesos y músculos, el niño percibe la alimentación como una parte de su rutina diaria, influenciada por el juego (Díaz, 2020). Para los adultos la alimentación se percibe como una necesidad consciente y se reconoce su impacto en la salud a largo plazo, es por ellos que la principal responsabilidad de los hábitos alimenticios recae de una u otra forma en los adultos cuidadores.

Crear hábitos alimenticios durante la infancia garantizará una vida saludable cuando sean adultos ya que en esta etapa se genera muchos de los hábitos que los niños llevarán toda su vida lo cual beneficiará su desarrollo y desempeño mental, por esta razón una alimentación poco saludable desde esta etapa conlleva a ser un adulto con una mala alimentación lo que con el paso del tiempo puede traer problemas en la salud.

El estado nutricional de un niño varía en función al consumo de alimentos, pudiendo encontrarse en condiciones óptimas, ser deficiente o presentar sobrepeso, según las estadísticas (UNICEF 2019). A nivel global, la desnutrición es responsable de más de un tercio de las muertes de niños menores de 5 años, y conlleva diversas consecuencias a corto, medio y largo

plazo, como problemas en el desarrollo cognitivo, mayor vulnerabilidad a enfermedades infecciosas y un mayor riesgo de padecer enfermedades crónicas.

Introducir alimentos saludables desde una edad temprana favorece el desarrollo de preferencias alimentarias adecuadas en los niños a medida que crecen. Exponerlos desde el inicio a una variedad de alimentos nutritivos contribuye a que mantengan estos hábitos a lo largo de su vida. Esto implica incluir en su dieta frutas, verduras, proteínas magras y granos integrales, así como limitar el consumo de alimentos procesados y poco saludables.

Según Hernández (2025) afirma que el cerebro en desarrollo de un niño necesita una alimentación con nutrientes específicos para funcionar correctamente y desarrollar habilidades cognitivas sólidas. Entre estos nutrientes se encuentran los ácidos grasos omega-3, hierro, zinc, vitamina D y vitamina B12.

2.3.5. Consecuencias de hábitos alimenticios inadecuados

Según Ruíz (2020), la nutrición no depende únicamente de factores biológicos, sino que está condicionada por el contexto cultural, social y económico, lo cual influye en la manera en que se eligen y preparan los alimentos. En este marco, el consumo de alimentos subóptimos o comida chatarra, caracterizados por su alto contenido de azúcar, grasas y sal, genera efectos específicos en el apetito y la sensación de sed.

2.3.6. Factores a tener en cuenta para una alimentación saludable

Para garantizar una alimentación saludable en la primera infancia, es necesario considerar diversos factores que influyen directamente en el adecuado desarrollo físico, cognitivo y social del niño. Estos factores permiten asegurar una nutrición equilibrada acorde a sus necesidades.

2.3.6.1. Edad (4 años)

En la etapa preescolar, específicamente a los 4 años, los niños se encuentran en un proceso de crecimiento y desarrollo constante, por lo que requieren una alimentación variada, equilibrada y suficiente. En esta edad, los niños desarrollan hábitos alimenticios que pueden mantenerse a lo largo de su vida, por lo que es fundamental ofrecer alimentos saludables, en porciones adecuadas y con horarios establecidos. Asimismo, es importante fomentar la autonomía en la alimentación y promover el consumo de frutas, verduras y alimentos naturales.

2.3.6.2. Estado nutricional

El estado nutricional del niño refleja su condición de salud en relación con la ingesta de alimentos. Puede clasificarse como adecuado, bajo peso, sobrepeso u obesidad. Evaluar este aspecto permite adaptar la alimentación según las necesidades individuales del niño, asegurando que reciba los nutrientes necesarios para su desarrollo. Un adecuado estado nutricional favorece el crecimiento, el aprendizaje y la prevención de enfermedades.

2.3.6.3. Actividad física del niño

La actividad física es un factor clave en la alimentación saludable, ya que influye en el gasto energético del niño. Los niños que realizan mayor actividad física requieren una mayor ingesta de energía y nutrientes. Además, la práctica regular de actividad física contribuye a mantener un peso adecuado, fortalece el sistema muscular y óseo, y promueve estilos de vida saludables desde temprana edad.

2.3.6.4. Composición

Una alimentación saludable debe estar compuesta por una variedad de alimentos que aporten los nutrientes necesarios para el organismo, las loncheras escolares contienen entre 250 a 300 calorías, pero no reemplazan al desayuno ni al almuerzo, ni comida diaria. Debe contener los siguientes grupos de alimentos:

A) Alimentos energéticos

Son aquellos que proporcionan la energía necesaria para realizar las

actividades diarias. Incluyen principalmente carbohidratos y grasas, presentes en alimentos como cereales, pan, arroz, tubérculos y aceites.

B) Alimentos formadores

Son esenciales para el crecimiento y la reparación de los tejidos del cuerpo. Contienen proteínas y se encuentran en alimentos como carnes, pescado, huevos, leche, queso y legumbres.

C) Alimentos reguladores o protectores

Son ricos en vitaminas y minerales, los cuales contribuyen al buen funcionamiento del organismo y fortalecen el sistema inmunológico. Se encuentran principalmente en frutas y verduras.

2.3.6.5. Líquidos

El consumo adecuado de líquidos es fundamental para mantener una buena hidratación en los niños. El agua es la mejor opción, ya que favorece el correcto funcionamiento del organismo, ayuda en la digestión y regula la temperatura corporal. Se recomienda promover el consumo de agua natural durante el día y evitar bebidas azucaradas o artificiales.

2.3.6.6. ¿Qué no debe contener una alimentación saludable?

Para promover una adecuada alimentación en los niños, es importante evitar o limitar el consumo de los siguientes productos:

A) Bebidas artificiales y sintéticas

Son aquellas que contienen altos niveles de azúcar, colorantes y aditivos. Entre ellas se encuentran: gaseosas, refrescos envasados, jugos artificiales en caja o sobre, bebidas energizantes y néctares industrializados.

B) Embutidos alimentos con salsa

Estos productos contienen elevadas cantidades de grasas, sodio y conservantes. Entre ellos se incluyen: salchichas, hotdog, jamonada, mortadela, chorizo, así como alimentos con exceso de mayonesa, ketchup, mostaza y otras salsas industriales.

C) Comida chatarra

Son alimentos ultraprocesados con bajo valor nutricional y alto contenido de grasas, azúcares y sal. Ejemplos de estos son: papas fritas (chips), snacks empaquetados, hamburguesas, pizzas, pollo frito, dulces, golosinas, galletas rellenas y comida rápida en general.

2.3.7. Factores que influyen en los hábitos alimenticios

2.3.7.1. Familia

Los hábitos alimenticios se forman a partir de múltiples factores, entre los que destaca el entorno familiar. La familia es uno de los principales agentes socializadores en la infancia, ya que es donde se inician los primeros patrones de alimentación.

Los niños observan y replican las conductas de los miembros de su familia, especialmente de los padres, quienes deciden qué alimentos se adquieren, se preparan y se consumen. Durante la infancia, las preferencias alimenticias se modelan principalmente a partir de las elecciones de los padres (Restrepo, 2005). La madre, en particular, suele tener un rol determinante en la selección de alimentos, dado que decide qué productos se compran, cómo se preparan y en qué horarios se consumen.

No obstante, a medida que los niños crecen, especialmente en la etapa escolar, su mundo se amplía. Los adolescentes empiezan a tener más autonomía y oportunidades de consumir alimentos fuera del hogar, lo que les expone a nuevas opciones alimenticias y formas de preparación. Esta ampliación de su entorno social también influye en la diversificación de sus hábitos alimentarios, generando tanto oportunidades como riesgos para su nutrición (Restrepo 2005).

2.3.7.2. Entorno escolar

En la etapa preescolar, el entorno escolar se convierte en un espacio fundamental para la formación de hábitos alimenticios, ya que los niños comienzan a socializar y a imitar conductas tanto de sus compañeros como de

sus docentes. En este contexto, la escuela no solo cumple una función educativa, sino también formativa en relación con la adopción de rutinas saludables, como el respeto de horarios de alimentación y el consumo de alimentos nutritivos. Asimismo, durante esta etapa, los niños interiorizan prácticas alimentarias que influyen en su desarrollo y salud a largo plazo, debido a la interacción constante con su entorno y a la ampliación de sus experiencias fuera del hogar (Organización Mundial de la Salud, 2020).

De igual manera, el entorno educativo favorece la promoción de estilos de vida saludables mediante estrategias como la educación alimentaria y la implementación de biohuertos escolares, fortaleciendo hábitos adecuados desde la infancia (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2019).

2.3.7.3. Entorno social y cultural

El entorno social y cultural constituye un factor determinante en la formación de los hábitos alimenticios en la primera infancia. Este entorno está conformado por las costumbres, tradiciones, creencias y prácticas que caracterizan a una comunidad y que influyen directamente en la manera en que las personas se alimentan. En el caso de los niños de 4 años, estas influencias se manifiestan a través de los alimentos que se consumen en el hogar, las prácticas culturales relacionadas con la alimentación y las interacciones sociales que experimentan en su entorno.

Asimismo, las prácticas alimentarias son transmitidas de generación en generación, principalmente a través de la familia y la comunidad, lo que condiciona las preferencias y elecciones alimentarias desde edades tempranas. En este sentido, los niños tienden a adoptar los patrones alimentarios predominantes en su contexto social, los cuales pueden ser saludables o no, dependiendo de los hábitos establecidos en su entorno (Organización Mundial de la Salud, 2020).

Por otro lado, el entorno cultural también influye en la disponibilidad y el acceso a determinados alimentos, así como en la forma de preparación y consumo de los mismos. De esta manera, los factores sociales y culturales no solo responden a necesidades biológicas, sino que también determinan

comportamientos alimentarios que impactan en la salud y el desarrollo integral del niño (FAO, 2019).

2.4. BIOHUERTOS ESCOLARES

2.4.1. Teorías del biohuerto

De las teorías que sustentan al biohuerto escolar, resalta la propuesta de Jean Piaget dentro del enfoque constructivista, quien considera que este espacio es un ambiente propicio para que los estudiantes construyan su propio aprendizaje a partir de la interacción con su entorno. Las experiencias vividas directamente, como conocer el origen de los alimentos o entender cómo crecen las plantas, permiten a los niños adquirir aprendizajes significativos que les ayudan a comprender mejor la naturaleza que les rodea. Así, el biohuerto escolar propicia que el aprendizaje sea vivencial, práctico y accesible. En este sentido, Gopnik (2012), señala que los niños deben ser considerados como verdaderos “pequeños científicos”, debido a que demuestran una actitud activa en la exploración y comprensión del mundo.

Una de las corrientes que sustentan al Biohuerto escolar es la propuesta por Heike Freire, creadora de la Pedagogía Verde, que promueve el contacto directo de los niños con la naturaleza como elemento esencial para su desarrollo integral. Este enfoque plantea que la interacción con el entorno natural favorece el aprendizaje significativo y permite a los niños a vivir en armonía con el ecosistema. También, resalta la necesidad de adaptar espacios como jardines o zonas verdes dentro de la escuela para el cultivo de plantas y árboles, transformándolos en lugares de exploración y aprendizaje.

Según sus estudios, Freire señala que para un mejor desarrollo los niños deberían estar al menos tres horas diarias al aire libre, ya que aquellos que permanecen en lugares cerrados tienen mayor riesgo para su salud y son más propensos a enfermedades. Por lo tanto, es importante no solo tener contacto con la naturaleza fuera de la escuela, sino también transformar los espacios educativos y del hogar en entornos naturales, como jardines, huertos o áreas

verdes, que contribuyan al bienestar físico y emocional de los estudiantes (Freire, 2011).

Almendra et al. (2020), por su parte, basan sus estudios en la teoría constructivista de Jean Piaget, señalando que los niños construyen su conocimiento a partir de la exploración activa de su entorno. En este sentido, el biohuerto escolar se convierte en un espacio de aprendizaje significativo, donde los estudiantes entienden los ciclos de vida de las plantas y la importancia del equilibrio ecológico a través de experiencias directas y participativas.

También Damián y Bravo (2021) basan su estudio en la teoría del aprendizaje experiencial de Kolb, quien afirma que el conocimiento se construye a partir de la experiencia directa. En este sentido, el biohuerto escolar se configura como un espacio idóneo para que los niños interactúen con la naturaleza, incentivando el desarrollo de hábitos ecológicos y reforzando el aprendizaje significativo mediante la observación, experimentación y cuidado de los cultivos.

2.4.2. Enfoques del biohuerto

Asimismo, el biohuerto escolar se apoya en el enfoque ecológico, que resalta la importancia de proteger, conservar y restaurar los espacios naturales, fomentando la recuperación de especies y el equilibrio del entorno. Desde este punto de vista, la creación de un biohuerto en la escuela no solo significa la formación de un espacio productivo, sino también la generación de vida y el fortalecimiento de una conciencia ambiental en los estudiantes.

En este sentido, es importante entender que la naturaleza no debe utilizarse solo para cubrir las necesidades humanas, sino que debe cuidarse y respetarse como parte esencial del ecosistema. En el biohuerto orgánico los niños aprenden procesos como la siembra, el cultivo y la recolección de alimentos de forma natural, sin usar pesticidas ni fertilizantes sintéticos, que son dañinos tanto para la tierra como para la salud de las personas.

De esta manera, se promueve el uso sostenible de los recursos naturales, favoreciendo la preservación de los sistemas biológicos sin deteriorar

el suelo, lo cual contribuye a su conservación y mejora en el largo plazo (Alvarado, 2006).

El biohuerto escolar, desde el enfoque pedagógico, fomenta el desarrollo de habilidades y actitudes de los estudiantes a través de la participación activa en las actividades de agricultura orgánica y sus proyectos complementarios. Este espacio propicia el aprendizaje significativo al integrar la teoría con la práctica, lo cual permite que los estudiantes obtengan conocimientos a partir de la experimentación, la observación y la investigación.

Asimismo, brinda oportunidades para probar y equivocarse, lo que permite identificar y corregir dificultades sin consecuencias negativas, fomentando así el aprendizaje continuo. En este proceso, tanto estudiantes como docentes participan en la búsqueda de nuevas estrategias y técnicas, fortaleciendo su capacidad de innovación.

De igual manera, mediante el uso de prácticas sencillas de cultivo orgánico, los estudiantes tienen la posibilidad de conocer, cultivar y consumir alimentos como verduras y hierbas que antes no formaban parte de su dieta, contribuyendo a mejorar y equilibrar la alimentación no solo de los niños, sino también de sus familias y la comunidad en general (Alvarado, 2006).

De igual manera, el biohuerto escolar se encuentra sustentado en el enfoque humanista, el cual fomenta el desarrollo integral de los estudiantes mediante la interacción con su entorno y la participación en actividades significativas. A través de las actividades del biohuerto se fomenta de manera natural la solidaridad, cooperación y trabajo en equipo, afianzando valores como la fraternidad y el respeto entre los alumnos. Al contrario que un enfoque competitivo donde prima el rendimiento individual, el trabajo colaborativo en el biohuerto, permite que los estudiantes se apoyen mutuamente, lo que contribuye al desarrollo de la autoestima y el bienestar emocional. También Alvarado, (2006), señala que el funcionamiento del biohuerto está sujeto a factores ambientales y al trabajo organizado de todos sus integrantes, lo cual propicia el beneficio común.

Por otra parte, se contempla el enfoque intercultural, que resalta la necesidad de valorar y mantener la agrobiodiversidad a través del uso sostenible

de los recursos naturales. En este sentido, el biohuerto escolar ayuda a que estudiantes, docentes, padres de familia y la comunidad en general se reconecten con los alimentos propios de su entorno local, fortaleciendo la identidad cultural y promoviendo prácticas alimentarias saludables basadas en productos naturales de la región (MIDIS, 2015).

2.4.3. Definición de biohuerto

En cuanto a la definición del biohuerto escolar, el Ministerio de Educación del Gobierno de El Salvador (MINED, 2009) lo describe como un espacio seguro destinado al cultivo de diversos productos, tales como hortalizas (lechuga), cereales básicos (arroz), frutas (fresas), plantas medicinales (valeriana), hierbas comestibles (menta) y especies ornamentales como flores. Asimismo, de manera complementaria, puede incluir la crianza de animales de corral, como gallinas ponedoras y codornices, cuyos desechos pueden ser utilizados como abono orgánico.

También se menciona que el biohuerto escolar debe ubicarse dentro de la institución educativa y promover la participación constante de la comunidad educativa, favoreciendo su sostenibilidad y el aprendizaje práctico de los estudiantes en relación con la producción de alimentos y el cuidado del medio ambiente.

El biohuerto escolar es un espacio creado dentro del ámbito educativo para cultivar diferentes especies y que sirve, además, como una estrategia pedagógica que fortalece el proceso de enseñanza y aprendizaje. En este ambiente, los niños pueden explorar, experimentar y construir conocimientos a partir de la interacción con diversos contextos, lo que favorece mejores resultados académicos. En este proceso, el docente pasa a ser un facilitador y orientador del aprendizaje, facilitando experiencias significativas en los estudiantes Bastidas (2012).

Según Almendra et al. (2020), los biohuertos escolares son espacios seguros dentro del entorno educativo donde los docentes orientan y acompañan el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes, vinculando los contenidos con el manejo de cultivos saludables y el cuidado de la salud.

Asimismo, constituyen ambientes de aprendizaje permanente, a los que los estudiantes acceden de manera continua, permitiendo fortalecer y consolidar las prácticas educativas, así como los conocimientos y habilidades desarrollados a lo largo de su formación.

Por otro lado, los biohuertos escolares se conciben como espacios dentro de la institución educativa destinados al cultivo de diversas variedades de frutas, verduras y plantas aromáticas. En estos entornos, estudiantes, docentes y padres de familia participan de manera conjunta en el desarrollo de actividades relacionadas con la producción agrícola, lo que permite fortalecer habilidades no solo agrícolas, sino también emprendedoras y comerciales. Asimismo, los integrantes de la comunidad educativa asumen la responsabilidad de implementar, organizar y dar continuidad a todo el proceso de gestión del biohuerto Flores (2022).

Asimismo, Botella et al. (2017) señalan que el biohuerto escolar constituye un recurso educativo seguro y accesible que permite acercar a los estudiantes al entorno natural sin limitaciones, generando experiencias de aprendizaje interdisciplinarias. Gracias a su versatilidad, este espacio contribuye al desarrollo de habilidades fundamentales para el futuro, tales como la sociabilidad, la paciencia y el trabajo en equipo.

De igual manera, los biohuertos escolares son espacios destinados al cultivo que, dependiendo de la disponibilidad de área, pueden implementarse dentro de la institución educativa o en zonas cercanas a ella. Estos espacios se utilizan principalmente con fines educativos; sin embargo, también permiten complementar la alimentación de la comunidad escolar de manera económica y accesible (González, 2016).

El programa estatal peruano Qali Warma suministra únicamente alimentos enlatados y procesados para los desayunos y almuerzos escolares, lo que ha resultado en una falta de consumo de verduras necesarias para equilibrar las comidas de los niños. Por esta razón, es fundamental implementar un biohuerto escolar en nuestra institución educativa.

De acuerdo con la (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2009), se establece que los biohuertos son

elementos observables que sirven como herramienta y motivación para que los docentes guíen a los estudiantes en los diferentes procesos del desarrollo de sus aprendizajes. Además, están directamente vinculados con el cultivo de diversas plantas, como verduras, que proporcionan alimentos saludables, con objetivos alimenticios, educativos y recreativos. Por otro lado, según Quijano (2012), el biohuerto escolar se define como un proyecto pedagógico productivo en el cual el estudiante aprende a valorar la naturaleza, observarla y experimentar científicamente, lo que conduce también a la producción económica.

2.4.4. Importancia del biohuerto escolar

El Ministerio de Educación del Gobierno de El Salvador (MINED, 2009) destaca la relevancia de los biohuertos escolares, al señalar que estos espacios brindan una oportunidad valiosa para fomentar el trabajo en equipo de manera natural, permitiendo que los estudiantes adquieran habilidades sociales como la interacción, la cooperación y la responsabilidad. De igual manera, el biohuerto escolar se constituye en un motor permanente de motivación, sobre todo cuando está bien orientado por el docente, facilitando la participación activa de los estudiantes.

De igual manera, estos espacios permiten la organización de actividades como la presentación de productos obtenidos de la cosecha, lo cual fortalece la integración entre estudiantes, padres de familia, autoridades educativas y comunidad en general, contribuyendo al aprendizaje significativo y al desarrollo de competencias sociales y productivas.

Según el Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social (MIDIS, 2015), el biohuerto escolar constituye una herramienta pedagógica que permite desarrollar contenidos de diversas áreas del currículo. A través de este espacio, los estudiantes participan en experiencias prácticas que favorecen la relación entre la teoría y la práctica mediante la investigación y la experimentación.

Asimismo, el biohuerto contribuye a la sensibilización de los estudiantes respecto al cuidado y respeto del medio ambiente, ya que brinda la oportunidad de abordar temas relacionados con la contaminación ambiental y las acciones

que pueden implementarse para reducir sus efectos. De esta manera, se promueve una conciencia ambiental responsable desde la etapa escolar.

De igual manera, el biohuerto escolar fomenta la cooperación y el trabajo colaborativo entre los estudiantes, especialmente durante la realización de actividades como la siembra, el riego y el deshierbe, las cuales pueden adaptarse según las necesidades del grupo. A través de estas experiencias, los estudiantes asumen responsabilidades de manera progresiva, desarrollando autonomía en sus acciones.

Asimismo, el biohuerto promueve una alimentación saludable y equilibrada, ya que permite a los estudiantes conocer y participar en el cultivo de los alimentos que consumen. Esta experiencia genera una mayor disposición para probar nuevas frutas y verduras, favoreciendo la adopción de hábitos alimenticios adecuados y contribuyendo a una mejor nutrición (MIDIS, 2015).

Según Redal (2015), el biohuerto escolar constituye una estrategia didáctica que favorece la construcción del aprendizaje en los estudiantes, enmarcada dentro del enfoque constructivista. Este tipo de aprendizaje se desarrolla de manera natural en el huerto, ya que permite que los niños construyan sus conocimientos a partir de la exploración, el descubrimiento y la manipulación activa de su entorno.

Asimismo, el huerto escolar es concebido como un espacio al aire libre donde los estudiantes interactúan constantemente con herramientas, seres vivos y elementos naturales como la tierra, el agua y las semillas, lo que lo convierte en un ambiente altamente estimulante y motivador. De esta manera, se promueve un aprendizaje significativo basado en la experiencia directa y la participación activa del estudiante.

Para Bustos (2020), el biohuerto escolar dentro de una institución educativa constituye un espacio que favorece la experimentación y el aprendizaje vivencial, permitiendo a los estudiantes adquirir conocimientos de manera práctica, guiada, segura y continua. Este tipo de aprendizaje, basado en la experiencia directa, resulta significativo y altamente motivador para los estudiantes. En este sentido, se refuerza la idea de que el conocimiento se

consolida a través de la acción, tal como lo expresa Confucio: “Cuando escuchas algo, lo olvidas; cuando lo ves, lo recuerdas; cuando lo haces, lo aprendes”.

El colegio Alminar (2022) afirma que “en los biohuertos escolares los infantes aprenden tocando, oliendo, viendo y saboreando, es decir, que mientras se divierten aprenden mediante estimulación sensorial.

Implementar biohuertos en los jardines de inicial es muy importante debido a que a través de este medio los niños desarrollan aprendizajes significativos a través de la exploración constante, involucrando sus sentidos y el desarrollo de habilidades prácticas, también fomentan el bienestar emocional, por otra parte los niños aprenden a asumir responsabilidades, como el preparado de tierra, regado de plantas y recolección de residuos orgánicos para reutilizarlo como abono, al mismo tiempo es una herramienta valiosa para educar a los niños sobre la naturaleza, la alimentación saludable y el cuidado del medio ambiente.

El biohuerto escolar se transforma en un espacio dinámico para la investigación, donde los estudiantes, con el apoyo de los materiales proporcionados por el MINEDU, pueden formular hipótesis, observar, experimentar, registrar información y argumentar sobre el proceso seguido y las conclusiones obtenidas (FONDEP 2019).

2.4.5. Tipos de biohuertos

Por otro lado, referente a los tipos de Biohuertos Escolares según Muñoz, (2020), se dividen en: a) Terrestre: Se planta directamente en el suelo o antes de montar semilleros para darle un poco más de altura, b) Macetas: Una maceta en cualquier parte del área con la que se cuenta es una opción para que se pueda sembrar diferentes plantas sin ocupar mucho espacio con el beneficio de poder reubicarlo según sea la necesidad; c) sobre una mesa jardinera: se pueden armar en diferentes alturas según sea el requerimiento del usuario para el mantenimiento de las plantas, por lo que es muy recomendable para niños en sillas de ruedas o docentes con problemas de espalda; d) Verticales: Los jardines se crean en las paredes utilizando contenedores, a menudo con un sustrato especial, ahorrando espacio en especial en caso no contar con ello.

2.4.6. Componentes de un biohuerto escolar

El biohuerto escolar está conformado por diversos elementos que permiten su adecuado funcionamiento y contribuyen al logro de sus objetivos pedagógicos y ambientales. Entre sus principales componentes se encuentran el terreno o espacio de cultivo, el cual debe ser adecuado y seguro para el desarrollo de las actividades; las herramientas agrícolas, como palas, regaderas y rastrillos; y los insumos necesarios, como semillas, abono orgánico y agua para el riego.

Asimismo, incluye la planificación de cultivos, que permite organizar la siembra según las estaciones y tipos de plantas, así como el mantenimiento constante mediante actividades como el riego, deshierbe y control natural de plagas. Otro componente importante es la participación de la comunidad educativa, integrada por estudiantes, docentes y padres de familia, quienes contribuyen al desarrollo y sostenibilidad del biohuerto. De esta manera, el biohuerto se convierte en un espacio integral de aprendizaje y producción (MINED, 2009; MIDIS, 2015)

2.4.7. Beneficios de los biohuertos en los niños

Los biohuertos escolares ofrecen múltiples beneficios en el desarrollo integral de los niños, ya que permiten el aprendizaje a través de la experiencia directa, favoreciendo tanto aspectos cognitivos como sociales, emocionales y físicos. A través de la interacción con la naturaleza, los estudiantes desarrollan habilidades, valores y conocimientos que contribuyen a su formación integral (FAO, 2019).

2.4.7.1. Nutricionales

En el ámbito nutricional, el biohuerto escolar promueve el consumo de alimentos saludables, ya que los niños participan en el cultivo de frutas, verduras y hortalizas, lo que genera mayor interés y disposición para consumir estos alimentos. Esta experiencia contribuye a mejorar los hábitos alimenticios y a fortalecer una dieta equilibrada, favoreciendo una adecuada nutrición desde la infancia (MIDIS, 2015).

Asimismo, al conocer el origen de los alimentos, los niños desarrollan una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable, lo cual impacta positivamente en su crecimiento y desarrollo.

2.4.7.2. Educativos

En el ámbito educativo, el biohuerto escolar facilita el aprendizaje significativo, ya que permite integrar la teoría con la práctica mediante la observación, la experimentación y la investigación. Este espacio favorece el desarrollo de habilidades cognitivas, como la atención, la curiosidad y el pensamiento crítico.

Además, promueve valores como la responsabilidad, el trabajo en equipo y el respeto por el medio ambiente. También fortalece la participación activa de los estudiantes en su propio aprendizaje, convirtiéndolos en protagonistas del proceso educativo (Redal, 2015; Bustos, 2020).

2.4.7.3. Ambientales

En el ámbito ambiental, los biohuertos escolares contribuyen significativamente a la formación de una conciencia ecológica en los niños desde edades tempranas. A través de la participación en actividades como la siembra, el riego y el cuidado de las plantas, los estudiantes comprenden la importancia de proteger y conservar el medio ambiente.

Asimismo, el biohuerto promueve prácticas sostenibles, como el uso de abonos orgánicos y la reducción de productos químicos, lo que permite a los niños aprender formas responsables de interactuar con la naturaleza. Estas experiencias favorecen el desarrollo de actitudes de respeto hacia los recursos naturales y fomentan el cuidado del entorno en el que viven (Alvarado, 2006).

De igual manera, los estudiantes adquieren conocimientos sobre los ciclos naturales, el uso adecuado del agua y la biodiversidad, lo que fortalece su compromiso con la preservación del medio ambiente. En este sentido, el biohuerto escolar se convierte en una herramienta educativa que contribuye a la formación de ciudadanos responsables y conscientes de su impacto ambiental (MIDIS, 2015).

2.4.8. Biohuerto escolar como espacio pedagógico

Según López y cols. (2020), el biohuerto escolar es ese pequeño espacio de la escuela donde los alumnos siembran lechugas, fresas, hierbas y otras especies comestibles. Su principal cometido es brindar hortalizas orgánicas para el refrigerio y funcionar como recurso educativo vinculado a diversas asignaturas del currículo. Es decir, el huerto enseña a los más pequeños a cuidar el entorno y a entender por qué es importante elegir una alimentación sostenible. La idea convierte conceptos en acciones visibles, facilitando así un aprendizaje práctico que alimenta el desarrollo humano de cada estudiante.

Un biohuerto no es solamente un espacio verde, para la Fundación para el Fomento de la Educación Pública (Fondep) es una herramienta práctica que desarrolla habilidades básicas en los estudiantes. Los niños, al meter las manos en la tierra y ver crecer las plantas, satisfacen su curiosidad natural, ya que pueden ver, tocar, oler e incluso oír lo que ocurre. Al mismo tiempo, van asumiendo roles cotidianos: riegan las plantas, anotan el desarrollo o crecimiento en una libreta, recogen los restos de la lonchera para hacer compost, preparan la tierra, trituran el guano, y poco a poco producen abono ecológico con basura orgánica.

De acuerdo con Marín, et al. (2017), el huerto escolar funciona como un aula al aire libre que potencia el aprendizaje significativo, porque permite a los estudiantes ver, probar y preguntarse cosas en un entorno natural; esta experiencia práctica favorece tanto el pensamiento científico como una percepción más rica de su mundo inmediato.

Quispe (2018) cita a Quijano (2012), quien nos dice que el biohuerto escolar es un proyecto pedagógico productivo que permite al estudiante aprender a apreciar y experimentar con la naturaleza de manera científica, además de tener un componente económico. Por otro lado, la FAO (2009) considera que los biohuertos son recursos observables y educativos que motivan a los docentes a orientar el proceso de enseñanza-aprendizaje, mediante el cultivo de plantas como verduras, con fines alimenticios, educativos y recreativos.

El Ministerio de Educación de El Salvador (MINED) en el año 2009 define huerta como:

Es un lugar donde se cultivan hortalizas, granos básicos, frutas, plantas medicinales, hierbas comestibles, ornamentales y se da la cría de animales de corral. Está ubicado dentro del centro escolar e involucra a la comunidad educativa en la implementación. Además, es un recurso y un medio para que los docentes orienten mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje a los estudiantes, en todo lo relacionado con la implementación, desarrollo y manejo de cultivos saludables, con un fin alimenticio, educativo y recreativo. (Salvador. Ministerio de Educación Nacional, 2009)

El huerto escolar es visto como un espacio inclusivo e integral que impulsa la interacción socioeducativa y ofrece múltiples beneficios. Entre ellos, destaca la mejora en el desempeño académico de los estudiantes, la disminución de la violencia, el fomento de valores, el aprendizaje de técnicas agrícolas, el fortalecimiento de la alimentación escolar, la promoción de hábitos saludables, su utilidad como herramienta pedagógica en distintas áreas, el apoyo a la continuidad de los estudiantes en la escuela, la sensibilización sobre el cuidado del medio ambiente y el estímulo para un uso productivo del tiempo libre, entre otros beneficios (MINED, 2018).

Según Unicef (2019), es un jardín tangible creado en una institución educativa con el objetivo principal de ser utilizado como recurso pedagógico. Los huertos escolares crean un lazo directo entre los alumnos y el mundo natural al ofrecerles una forma de aprender que se da con las manos. Al mismo tiempo, apoyan el bienestar personal de cada niño y la salud general de la comunidad. Por lo general, estas abarcan varios contenidos educativos, promueven hábitos alimentarios positivos, dejan a los jóvenes conceptos prácticos y, en días de cosecha, aportan verduras frescas para el comedor. Baires et al. (2009) comprobaron en su estudio que estas parcelas son recursos muy útiles para el desarrollo completo de los niños en el preescolar. En su opinión, tener las manos en la tierra opta el desarrollo de competencias ambientales y afina las habilidades motrices de los pequeños.

Maldonado & Pinzón (2016) caracterizan el huerto escolar como un entorno que favorece el crecimiento humano integral y, con ello, influye tanto en

hábitos individuales como en dinámicas colectivas. En ese contexto, los alumnos desarrollan competencias ciudadanas y científicas, preparándose para ser personas activas, responsables, capaces de intervenir en su comunidad, cuestionar el saber académico, relacionarse con otros de manera respetuosa y, por último, cambiar costumbres culturales que perjudiquen la sostenibilidad. El huerto también cultiva una conexión más cercana y atenta con la naturaleza y alienta a los estudiantes a cuidar y proteger su entorno mediante una cultura ambiental fundada en el pensamiento crítico, la reflexión constante y el trabajo colaborativo.

2.4.9. Biohuertos y su relación con los hábitos alimenticios

Los biohuertos escolares guardan una estrecha relación con la formación de hábitos alimenticios saludables en los niños, ya que permiten un aprendizaje directo sobre el origen, cultivo y consumo de los alimentos. A través de la participación activa en la siembra, cuidado y cosecha de productos naturales, los estudiantes desarrollan una mayor valoración por los alimentos saludables, especialmente frutas y verduras.

Asimismo, el contacto directo con el biohuerto genera en los niños una mayor disposición para consumir los alimentos que ellos mismos han cultivado, lo que favorece la incorporación de productos nutritivos en su dieta diaria. Esta experiencia contribuye significativamente a la mejora de sus hábitos alimenticios, promoviendo una alimentación equilibrada desde edades tempranas (MIDIS, 2015).

De igual manera, el biohuerto escolar fortalece la educación alimentaria al integrar conocimientos teóricos con prácticas vivenciales, permitiendo que los niños comprendan la importancia de una nutrición adecuada para su crecimiento y desarrollo. Además, fomenta la reducción del consumo de alimentos ultra procesados al incentivar el consumo de productos naturales (FAO, 2019).

En este sentido, el biohuerto no solo cumple una función educativa, sino también formativa, ya que influye positivamente en la adopción de estilos de vida saludables, beneficiando no solo a los estudiantes, sino también a sus familias y comunidad.

CAPÍTULO III

INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA

3.1. MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

El presente proyecto de investigación se enmarca en el paradigma socio crítico, porque a partir del análisis reflexivo de la realidad actual en el aula de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas, se identifica hábitos alimenticios inadecuados, situación que se considera importante de ser abordada para mejorar el desarrollo de la competencia, convive y participa democráticamente en búsqueda del bien común según lo estipula el currículo.

En el contexto de esta investigación la cual se basa en mejorar los hábitos alimenticios de los niños utilizamos los principios y facetas de Kurt Lewin, este autor describe esa metodología como un proceso en el que los investigadores y participantes colaboran para identificar problemas y desarrollar soluciones prácticas. Para Lewin, la investigación acción se caracterizaba por un ciclo continuo de planificación, acción, observación y reflexión. (Vidal & Rivera 2007, p.1).

En la investigación-acción, quienes están directamente afectados por un problema se convierten en coinvestigadores, participando desde el diagnóstico inicial hasta la medición final del impacto. Esta colaboración asegura que las

soluciones planteadas sean viables, y efectivas en la práctica cotidiana. El método se articula en un enfoque continuo de acción y reflexión: se ejecutan intervenciones, se anotan observaciones, se debate el significado de los resultados y, en base a esa discusión, se corrigen rumbos y se extraen nuevas lecciones.

El propósito más amplio es inducir cambios tangibles en políticas, prácticas o condiciones sociales, beneficiando directamente a la comunidad e idealmente, empoderándola para que siga abordando sus propios retos. Por ese motivo, los investigadores valoran tanto el saber teórico que orienta el estudio como los conocimientos pragmáticos que emergen de la experiencia. En cada fase, además, se exige apego a principios éticos: respeto a la dignidad de las personas, transparencia en los acuerdos, igualdad en la distribución de beneficios y un claro compromiso con la justicia social.

La investigación-acción promueve la colaboración entre distintas disciplinas y personas, como científicos, prácticos, comunidades locales y organizaciones no gubernamentales, lo que enriquece la comprensión del problema y abre más espacios para que se lleven a cabo intervenciones efectivas.

Los ciclos de acción que Kurt Lewin postuló en 1946 siguen siendo, hoy por hoy, el andamiaje sobre el que edifica nuestro diseño de investigación-acción. Tal marco despliega un movimiento mecánico entre la planeación, la acción, la observación y la reflexión, de modo que la teoría no permanece en las hojas, sino que se empuja y se deja empujar por lo que ocurre en la escuela. Guiados por ese giro dialéctico, creamos un biohuerto escolar y trazamos actividades que buscan ajustar los hábitos alimentarios de los alumnos; luego miramos de cerca cómo responden, recolectamos hojas de datos y valoramos el efecto real que producen estas intervenciones.

Las fases habituales de la investigación acción de Kurt Lewin (1946) es identificación de los problemas específicos los cuales están relacionados con los hábitos alimenticios de los niños, esto incluyó investigar el conocimiento de los niños y sus familias sobre alimentación saludable, las prácticas alimenticias actuales y los recursos disponibles en la comunidad.

Implementación de las actividades prácticas, en donde se realizó la creación y el mantenimiento de un biohuerto escolar, estas actividades incluyen proyectos educativos en donde se enseñó a los niños sobre la siembra, el cuidado de los cultivos y el valor nutricional de los alimentos producidos.

Observación, se basó en el monitoreo de cómo los niños participaron en el biohuerto y cómo estas actividades influyen en sus elecciones alimenticias. Esto se ve reflejado en el cambio de los hábitos de consumo, la motivación de los niños y la participación de las familias.

Se realizó una evaluación de los resultados alcanzados, acompañada de una reflexión sistemática sobre las fortalezas y debilidades del enfoque adoptado. Este proceso se sustentó en la recopilación de testimonios directos, en una síntesis cuidadosa de los datos recolectados y en un debate colaborativo del equipo sobre los hallazgos y los ajustes que son precisos para incrementar el impacto del proyecto.

El equipo llevó a cabo una evaluación de los resultados obtenidos y, a esa valoración, le siguió un ejercicio sistemático en el que se analizaron las fortalezas y los puntos débiles del enfoque que hemos utilizado. Para hacerlo, recogimos testimonios directos de los actores involucrados, sintetizamos con cuidado los datos que hemos reunido y, a partir de esas evidencias, discutimos en conjunto qué ajustes son necesarios para aumentar el impacto del proyecto. Esta secuencia es iterativa: después de cada reflexión, se redacta un nuevo plan de acción en el que se integran las lecciones aprendidas y ese plan se pone en marcha en la siguiente fase del trabajo.

Así, hemos creado un ciclo continuo de aprendizaje compartido entre docentes, tal como propuso Kurt Lewin en 1946 con la investigación-acción. Las charlas regulares y el intercambio de experiencias son clave para identificar los obstáculos que surgen al mejorar la comida de los niños y, a partir de ahí, establecer soluciones concretas que se puedan llevar al aula y al hogar. Durante esta colaboración, la metodología se ha ampliado, la comunidad educativa se siente más cohesionada y la motivación colectiva no ha dejado de crecer.

Los círculos de planificación, acción, observación y reflexión que Lewin planteó han orientado cada paso de nuestros biohuertos escolares. Esa

estructura ha ordenado el trabajo, ha animado a alumnos y profesores a participar, ha permitido adaptarse a lo inesperado y ha garantizado un aprendizaje colectivo sin parones. Gracias a ella hemos podido identificar e implementar soluciones viables que, desde la primera infancia, promueven hábitos de alimentación saludable.

Esta investigación involucra la participación de niños de la Institución Educativa “Los Incas” N°097, ubicada en el sector Morro Solar, Jaén. La población considerada para el estudio incluye a 20 niños del nivel inicial, dentro del ciclo II, matriculados en el año escolar 2024. La muestra final se conformó por 20 estudiantes, de los cuales 12 son varones y 8 son mujeres.

Los niños participantes tienen 4 años de edad y residen en la zona aledaña a la Institución Educativa, lo que asegura una conexión directa con el entorno escolar donde se lleva a cabo la investigación.

En el desarrollo del proyecto, participó una docente del nivel inicial con experiencia laboral que varía entre 5 y 6 años en el ciclo II. La docente es egresada de la EESPP “Víctor Andrés Belaunde”, se destaca por su trabajo colegiado para el intercambio de experiencias pedagógicas contribuyendo al diseño de estrategias que fortalecen los aprendizajes de los niños. Además, tres practicantes de educación inicial del IX ciclo nos integramos al equipo el cual es el escenario donde se desarrolla la investigación. El trabajo conjunto de docentes y practicantes en un contexto real refuerza el enfoque de esta investigación, buscando soluciones efectivas y sostenibles para promover mejores hábitos alimenticios desde edades tempranas.

Para recolectar información en este trabajo investigativo se empleó la técnica de observación, diario de campo; cuestionario. Se utilizaron además otros instrumentos complementarios al diario de campo, como la documentación fotográfica. Arias (1999), menciona que las técnicas de recolección de datos son formas diferentes de obtener información.

Las fotografías desempeñaron un papel fundamental al ofrecer un registro visual que respaldó y enriqueció las observaciones realizadas. Este recurso permitió capturar momentos y detalles específicos que, en muchos casos, resultan difíciles de describir únicamente mediante la escritura,

proporcionando así una representación más completa y detallada de las situaciones observadas durante la investigación.

Según Buitrago et al. (s/f), en la metodología de investigación citando a Bonilla y Rodríguez; quienes nos dicen que “los diarios de campo permiten al investigador monitorear permanentemente los procesos de observación. Puede ser especialmente útil [...] al investigador en él se toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo”.

El cuestionario, es una serie de preguntas relacionadas con una o más variables que se pretenden evaluar, se aplica de manera autoadministrado y por entrevista (personal o telefónica), Hernández et al. (2014, p.217).

El instrumento empleado en la investigación como prueba de entrada y salida fue una ficha de observación. Dicho instrumento estuvo constituido con 7 ítems; su escala valorativa fue: siempre, a veces y nunca. Es elaborado por Mondragón et al. (2023): Ficha de observación de la práctica de hábitos saludables. La observación no es solo contemplar pasivamente ("sentarse a ver el mundo y tomar notas"), y también involucrarse profundamente en las situaciones sociales, manteniendo un rol activo y reflexionando constantemente. Implica estar atentos a los detalles, eventos, sucesos e interacciones. Hernández et al. (2014, p.399).

El diseño metodológico articula la observación participante con un diario de campo y diversas herramientas auxiliares, lo que favorece una lectura profunda y situada del problema investigado. Al cruzar estos recursos, se acumuló un caudal de información variada que alimentó el análisis detallado y dio fundamento para decidir e implementar acciones educativas ajustadas a las características del entorno.

3.2. DESARROLLO DEL PLAN DE ACCIÓN

3.2.1. Desarrollo y análisis de las acciones realizadas

El plan de acción propuso un abordaje sistemático y participativo, organizado en momentos, que facilitó la investigación y la consecución de los objetivos. En la primera etapa se identificó y se precisó el problema central, se fijaron los objetivos específicos del proyecto y se enumeraron las actividades concretas requeridas para su ejecución.

Durante la segunda fase del trabajo, las acciones se distribuyeron en dos líneas de intervención bien delimitadas: la primera, titulada Planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje, se centró en elaborar actividades que estuvieran en sintonía con los objetivos previamente establecidos; la segunda, Gestión de un biohuerto escolar, puso en marcha esas actividades y buscó que tanto los niños como maestros participaran de manera activa en todo el proceso educativo.

3.2.1.1. Campo de acción: Planificación y ejecución de proyectos de aprendizajes

La línea de acción planificación y ejecución de proyectos de aprendizajes se dedicó a crear y realizar actividades educativas pensadas para activar la participación directa de los estudiantes, cada tarea se diseñó en función de los objetivos específicos del programa, que pretendían mejorar hábitos alimenticios y dar sentido al aprendizaje por medio de la experiencia personal. Entre las estrategias planteadas se incluyeron proyectos prácticos sobre agricultura, nutrición y sostenibilidad, lo que permitió a los alumnos absorber conocimientos y cultivar habilidades que pueden usar en su vida diaria.

Los grupos aprendieron también a trabajar juntos, a resolver problemas y a ser creativos, pues cada iniciativa implicaba tareas que debían planear, investigar y llevar a cabo de forma colectiva.

Esta estrategia ha reforzado el vínculo entre la escuela y su alumnado, favoreciendo un aprendizaje situado que dialoga directamente con el contexto y las inquietudes de los estudiantes. A continuación, se presenta una descripción

paso a paso del diseño, la ejecución y los resultados de cada uno de los proyectos de aprendizaje que fueron puestos en marcha.

A) Actividad específica 1: Coordinación con las autoridades de la Institución Educativa.

El día jueves 22 de agosto de 2024, se llevó a cabo una reunión para la ejecución del proyecto de investigación titulado “Biohuerto escolar y hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa N°097 – Jaén”. Este encuentro fue beneficioso en la coordinación con las autoridades, ya que obtuvimos el respaldo institucional necesario para ejecutar el proyecto durante el presente ciclo escolar.

Durante la reunión, se presentó un cronograma detallado de las actividades y se discutieron aspectos logísticos como la disponibilidad de espacios (áreas del biohuerto), los materiales necesarios, y el apoyo que brindarían durante el desarrollo de las actividades, también se destacó la importancia de involucrar a toda la comunidad educativa para garantizar el éxito del proyecto, desde los docentes hasta los padres de familia. Los criterios que consideramos al coordinar con las autoridades fueron: El apoyo institucional, disponibilidad de materiales y recursos, integración curricular, y la sostenibilidad del proyecto. Con estos criterios, se pudo avanzar hacia la implementación del biohuerto, que será una herramienta clave para fomentar hábitos de alimentación saludable entre los niños.

Asimismo, el día 06 de septiembre del mismo año, se realizó la reunión con la directora, las docentes de la Institución Educativa y los padres de familia, para presentarse y realizar las coordinaciones correspondientes sobre el proyecto, las actividades que vamos a realizar con los niños. Les explicamos el motivo de la ejecución de los proyectos de aprendizaje con el propósito mejorar los hábitos alimenticios en los niños ya que es una problemática que se observó en dicha institución educativa.

Para hacer oficial la propuesta, se presentó una carta dirigida a la directora de la institución, en el que se expusieron los objetivos y el cronograma de ejecución. Este documento fue presentado personalmente y revisado punto por punto; además, se dejó un ejemplar a la directora, de modo que pudiese

valorar con claridad la relevancia y el posible alcance del proyecto entre los estudiantes. (ver anexo 6)

Luego de escuchar la propuesta, la directora junto con los padres de familia manifestó su conformidad para respaldar la iniciativa. Como resultado inmediato, la directora se comprometió a emitir un documento oficial que autorizara la ejecución del proyecto dentro de la institución. Esta credencial, que formaliza la aprobación, fue entregada el 12 de septiembre de 2024, constituyendo un hito crucial para el inicio de la intervención planteada (anexo 7).

Figura 1

Reunión con autoridades educativas y padres de familia de la IEI N°097, realizada el día 06 de septiembre.



B) Actividad específica 2: Análisis de programación inicial y priorización de proyectos de aprendizaje – 4 años.

En esta fase, el equipo llevó a cabo un análisis exhaustivo en el que se seleccionaron las partes del currículo, así como las competencias, capacidades y desempeños, que se alineaban con los objetivos del proyecto y a través del biohuerto escolar pretendían mejorar la alimentación de los niños de cuatro años. Luego de esa auditoría, se acordó integrar Personal Social y, Ciencia y Tecnología como áreas principales porque ambas son sumamente importantes

para que los pequeños adquirieran conocimientos y actitudes que les permitan alimentarse de una forma sana.

El área de Personal Social fue elegida por su capacidad para formar hábitos y valores que ayuden a los alumnos a cuidarse, convivir con otros y asumir la responsabilidad ante el entorno. Gracias a esta disciplina se pudo enfatizar la necesidad de comer bien y ver el biohuerto como una actividad que suma por su impacto directo en el bienestar cotidiano de los niños. Ciencia y Tecnología se incluyó porque su perfil investigador y experimental facilita la enseñanza de lo que significa sembrar, cuidar y cosechar los alimentos que luego consumen.

Las distintas áreas del currículo, junto con sus competencias, capacidades y desempeños, se organizaron en una matriz que ha actuado como mapa para toda la planificación. Usar esa hoja de ruta facilitó calcular el tiempo de cada actividad y asegurar que las estrategias eran viables, respetando el ritmo de aprendizaje de los niños. La selección de disciplinas y su concordancia con los propósitos revela el afán de construir aprendizajes significativos, en los que los niños memorizan datos sobre alimentación sana y sostenibilidad, y ponen esas ideas en práctica y refuerzan su vida social. Con esa mirada integrada se intenta fortalecer el vínculo con la naturaleza, promover rutinas saludables y, al final, elevar el bienestar general.

Al elegir los temas que vamos a trabajar en el aula, intentamos que cada actividad esté ligada a la vida diaria de los niños. Por eso usamos el biohuerto como recurso, porque lo que ocurre allí enriquece cada momento y alimenta un desarrollo más equilibrado en los pequeños de cuatro años. Para conseguirlo, damos prioridad a proyectos donde el huerto se mezcla con actividades exploratorias: talleres de siembra, ratos para observar y anotar cómo crecen las plantas, y juegos que invitan a pensar por qué es bueno comer alimentos naturales. Así, el biohuerto se convierte en el hilo conductor de toda la formación, manteniéndola divertida y muy cercana al mundo de los niños.

Tabla 1

Contextualización de competencias y desempeños.

COMPETENCIAS	CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
CONTRUYE SU IDENTIDAD Construye su identidad al tomar conciencia de los aspectos que lo hacen único. Se identifica en algunas de sus características físicas, así como sus cualidades e intereses, gustos y preferencias. Se siente miembro de su familia y del grupo de aula al que pertenece. Practica hábitos saludables reconociendo que son importantes para él. Actúa de manera autónoma en las actividades que realiza y es capaz de tomar decisiones, desde sus posibilidades y considerando a los demás. Expresa sus emociones e identifica el motivo que las originan. Busca y acepta la compañía de un adulto significativo ante situaciones que lo hacen sentir vulnerable, inseguro, con ira, triste o alegre.	- Se valora a sí mismo. - Autorregula sus emociones.	- Toma la iniciativa para realizar actividades cotidianas y juegos desde sus intereses. Realiza acciones de cuidado personal, hábitos de alimentación e higiene.	Fotografías de los niños sobre el cuidado personal.	- Demuestra autonomía al realizar actividades cotidianas relacionadas con el cuidado personal, alimentación e higiene.	- Lista de cotejo
CONVIVE Y PARTICIPA DEMOCRATICAMENTE EN BÚSQUEDA DEL BIEN COMÚN. Convive y participa democráticamente cuando interactúa de manera respetuosa con sus compañeros desde su propia iniciativa, cumple con sus deberes y se interesa por conocer más sobre las diferentes costumbres y características de las personas de su entorno inmediato. Participa y propone acuerdos y normas de convivencia para el bien común. Realiza	- Interactúa con todas las personas. - Construye normas, y asume acuerdos y leyes. - Participa en acciones que	- Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas, basados en el respeto y el bienestar de todos, en situaciones que lo afectan o incomodan a él o a alguno de sus compañeros. Muestra, en las actividades que realiza,	Fotografías de los niños en acción.	- Participa en la creación de normas colectivas y muestra un comportamiento adecuado, respetuoso y colaborativo, en diversas situaciones que involucran a otros, contribuyendo al bienestar colectivo.	- Lista de cotejo

acciones con otros para el buen uso de los espacios, materiales y recursos comunes.	promueven el bienestar común.	comportamientos de acuerdo con las normas de convivencia asumidos. - Colabora en actividades colectivas orientadas al cuidado de los recursos, materiales y espacios compartidos.		- Participa activamente en actividades colectivas que promuevan el cuidado y el uso adecuado de los recursos, materiales y espacios dentro del biohuerto.	
INDAGA MEDIANTE MÉTODOS CIENTÍFICOS PARA CONSTRUIR CONOCIMIENTOS. Explora los objetos, el espacio y hechos que acontecen en su entorno, hace preguntas con base en su curiosidad, propone posibles respuestas, obtiene información al observar, manipular y describir; compara aspectos del objeto o fenómeno para comprobar la respuesta y expresa en forma oral o gráfica lo que hizo y aprendió.	- Problematisa situaciones para hacer indagación. - Diseña estrategias para hacer indagación. - Genera y registra datos o información. - Analiza datos e información. - Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación.	- Propone acciones, y el uso de materiales e instrumentos para buscar información del objeto, ser vivo o hecho de interés que le genera interrogantes. - Obtiene información sobre las características de los objetos, seres vivos o fenómenos naturales que observa y/o explora, y establece relaciones entre ellos. Registra la información de diferentes formas (dibujos, fotos, modelados).	Fotografías de los niños interactuando en el biohuerto.	- Propone e implementa acciones para investigar sobre los elementos del biohuerto utilizando materiales e instrumentos apropiados. - Obtiene información sobre los elementos del biohuerto, explora sus características y relaciones, mediante diversas formas expresivas (dibujos, fotos, modelados).	- Lista de cotejo
SE COMUNICA ORALMENTE EN SU LENGUA MATERNA Se comunica oralmente mediante diversos tipos de textos; identifica información explícita; realiza	- Obtiene información del texto oral.	- Infiere información deduciendo características de personas, personajes, animales y objetos; así como	Fotografía de los niños	- Infiere información deduciendo características de objetos y relaciones en textos orales, como rimas	- Lista de cotejo

inferencias sencillas a partir de esta información interpreta recursos no verbales y paraverbales de las personas de su entorno. Opina sobre lo que más/menos le gustó del contenido del texto. Se expresa espontáneamente a partir de sus conocimientos previos, con el propósito de interactuar con uno o más interlocutores conocidos en una situación comunicativa. Desarrolla sus ideas manteniéndose por lo general en el tema; utiliza vocabulario de uso frecuente y una pronunciación entendible, se apoya en gestos y lenguaje corporal. En un intercambio, generalmente participa y responde en forma pertinente a lo que le dicen.	- Infiere e interpreta información del texto oral. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.	relaciones de causa-efecto en textos orales (anécdotas, cuentos).
--	--	---

C. Actividad específica 3: Recolección de información previa sobre los hábitos alimenticios de los infantes.

En esta actividad el propósito fue conocer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años antes de la implementación del biohuerto, con el objetivo de identificar áreas donde el proyecto tenga un impacto positivo en la promoción de una alimentación más saludable. Este proceso se llevó a cabo mediante las siguientes acciones:

Para la recolección de datos se empleó la ficha de observación (ver anexo 8) constituida por 7 ítems, agrupados en dos dimensiones: conocimiento de alimentos saludables y consumo de alimentos saludables. Cada ítem fue valorado mediante una escala de respuestas cualitativas con tres opciones: Siempre, A veces y Nunca. La ficha fue elaborada por Mondragón et al. (2023), denominada Ficha de observación de la práctica de hábitos saludables, y validada por juicio de expertos el 6 de octubre de 2022, garantizando su pertinencia, coherencia y aplicabilidad en el contexto educativo inicial.

Tabla 2

Resultados de la prueba de entrada sobre conocimiento de alimentos saludables.

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	3	17	5	28	10	56	18	100%
2. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	2	11	6	33	10	56	18	100%
3. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	0	0	2	11	16	89	18	100%
4. Reconoce y diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	0	0	1	6	17	94	18	100%

Nota: Resultados de prueba de entrada aplicada el 12/09/2024 a 18 estudiantes de 4 años de la Institución Educativa N°097 “Los Incas” – Jaén.

Interpretación: Los resultados de la prueba de entrada, según la tabla 2, evidencian que los estudiantes de 4 años presentan un nivel inicial bajo en relación con el conocimiento de los alimentos saludables. Se puede observar que la categoría “Nunca” es la que más predomina en los cuatro ítems, siendo el ítem 4 el que más sobresale, ya que el 94 % de los estudiantes no identifican ni

diferencian los alimentos saludables de los poco saludables. En el mismo sentido, dentro del ítem 3, el 89 % se encuentra en esta categoría, lo que evidencia las dificultades que existen para identificar y mantener el consumo de alimentos saludables dentro y fuera de la institución educativa.

Por otro lado, la categoría “Siempre” tiene porcentajes bajos, entre 0 % y 17 %. El mayor porcentaje corresponde al ítem 1, con el 17 %, mientras que en los ítems 3 y 4 no se registraron estudiantes en esta categoría. Estos resultados evidencian que sólo una minoría posee conocimientos consolidados referentes a la elección, identificación y consumo de alimentos saludables.

La categoría “A veces” obtuvo porcentajes del 6 % al 33 %, siendo mayor en el ítem 2 con 33 % seguido del ítem 1 con 28 %. Esto permite señalar que algunos estudiantes poseen conocimientos parciales sobre los alimentos saludables, pero estos aún no se encuentran suficientemente consolidados. Por lo tanto, los resultados iniciales, justifican la necesidad de desarrollar actividades pedagógicas orientadas a fortalecer el conocimiento, reconocimiento y valoración de los alimentos saludables, a través de experiencias significativas, relacionadas con el biohuerto escolar.

Tabla 3

Resultados de la prueba de entrada sobre hábitos alimenticios

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	f	%	F	%	f	%	f	%
5. Consume frutas y verduras como parte de su alimentación diaria.	3	17	4	22	11	61	18	100%
6. Se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos.	0	0	2	11	16	89	18	100%
7. Elige alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.	2	11	5	28	11	61	18	100%

Nota: Resultados de prueba de entrada aplicada el 12/09/2024 a 18 estudiantes de 4 años de la Institución educativa N°097 “Los Incas” – Jaén.

Interpretación: Los resultados de la prueba de entrada, según la tabla 3, evidencian que los niños de 4 años presentan un nivel bajo en la práctica de hábitos alimenticios saludables. En el ítem 5, que habla del consumo de frutas y verduras en la alimentación diaria, se puede ver que el 61% de los estudiantes está en la categoría “Nunca”, un 22% lo hace “A veces” y sólo el 17% lo hace

“Siempre”. Estos hallazgos demuestran que en la mayor parte de los niños todavía no se ha logrado afianzar el consumo habitual de frutas y verduras.

En el ítem 6, sobre el lavado de manos antes y después de consumir los alimentos, se observa mayor dificultad, ya que el 89 % de los estudiantes se ubica en la categoría “Nunca”, el 11 % en “A veces” y ningún estudiante alcanza la categoría “Siempre”. Esto demuestra que las prácticas de higiene relacionadas con la alimentación tienen un nivel inicial bajo y necesitan ser fortalecidas a través de actividades educativas continuas.

Por otro lado, en el ítem 7, relacionado con la elección de alimentos saludables en sus comidas y refrigerios, el 61 % de los estudiantes se encuentra en la categoría “Nunca”, el 28 % en “A veces” y solo el 11 % en “Siempre”. Estos resultados indican que la mayoría de los niños aún tienen dificultades para elegir alimentos saludables de forma habitual.

Los niños de 4 años presentan un nivel bajo tanto en el conocimiento como en la práctica de hábitos alimenticios saludables, lo que evidencia una falta de orientación sistemática desde la escuela y el hogar en relación con la alimentación nutritiva y balanceada. Este diagnóstico inicial fue fundamental para diseñar una propuesta educativa basada en el uso del biohuerto escolar, orientada a enseñar sobre el cultivo de alimentos, y a transformar los comportamientos alimentarios de los niños mediante experiencias significativas, actividades lúdicas y participación directa en el proceso de siembra, cosecha y consumo.

D) Actividad específica 4: Elaboración e implementación de proyectos y sesiones de aprendizaje.

Definidas previamente las áreas curriculares y los desempeños relacionados con los objetivos de la investigación que se organizó tres proyectos pedagógicos orientados a afianzar hábitos saludables en niños de cuatro años, centrados en la experiencia del biohuerto escolar. Cada sesión de aprendizaje de estos proyectos hizo énfasis a la participación activa de los pequeños en el cultivo, el riego y la simple observación de plantas comestibles, así como en cortas pero recurrentes reflexiones sobre el contenido mismo de sus loncheras. De este modo, se procuró que la enseñanza sobre nutrición, sostenibilidad y los

beneficios de consumir productos cultivados en el mismo recinto escolar no se limitara a la teoría, sino que se ensanchara en impresiones y aprendizajes inmediatos.

Los proyectos se enuncian a continuación.

Proyecto 1: Manos a la tierra: creando un biohuerto para una alimentación saludable. En este primer proyecto, el propósito radicó en despertar en los niños un incipiente interés por la naturaleza mediante el contacto directo con la tierra y las plantas. Las jornadas prácticas incluyeron la preparación de la siembra, la colocación de semillas de hortalizas y una breve identificación de las partes visibles de cada planta, todo bajo un discurso que entrelazó el cuidado del medio ambiente con la comprensión del origen cotidiano de los alimentos.

El segundo proyecto, titulado Alimentación saludable: construyendo hábitos para una vida sana, giró en torno a la deliberada selección y el consumo de alimentos nutritivos en las rutinas diarias de los alumnos. Durante la actividad Loncheras ricas y nutritivas, los niños clasificaron por sí mismos qué productos ofrecen beneficios reales y descubrieron cómo la energía y el rango muscular dependen de estas elecciones. Al final, cada participante salió con una renovada capacidad para detenerse, reflexionar y valorar un plato simple que antes podría haber pasado inadvertido.

El tercer proyecto, Para tener una buena salud debemos practicar hábitos alimenticios, la experiencia previa mediante acciones concretas. Se insistió en el consumo responsable de frutas y verduras, en lavarse las manos antes de cada bocado, y en decidir con intención lo que se lleva a la boca. Juegos, rutinas de observación y espacios breves para hablar reforzaron la idea de que esos gestos cotidianos están juntos en una misma ecuación de bienestar.

El desarrollo de cada sesión propone la integración consciente de Ciencia y Tecnología, Personal Social y Comunicación. De este modo se busca, entre otras metas, fortalecer la responsabilidad ambiental y ofrecer a los estudiantes una experiencia directa del ciclo completo de un biohuerto, desde la siembra inicial hasta el momento de la cosecha. Las actividades se dispusieron en secuencias progresivas que permiten que cada niño, por turno, toque la tierra, cultive un alimento y finalmente lo recoja para llevarlo a casa.

La iniciativa educativa nació para combinar el cuidado del entorno con el manejo cotidiano de frutas y verduras. Su cometido principal era, al mismo tiempo, cultivar competencias colaborativas y aportar conocimientos prácticos acerca de los alimentos y su proceso de producción en pequeña escala.

En la práctica escolar destacaron acciones tan simples como sembrar lechugas, regar cebollas y anotar los cambios que advertían en el huerto. Al margen de estas rutinas también dibujaron, dramatizaron, rimaron, jugaron a repartirse roles y, al final del día, conversaron en círculo sobre lo aprendido. Esa mezcla de tareas activó un aprendizaje vivencial y puso a prueba, casi sin que nadie advirtiera, sus destrezas sociales.

El trabajo en pares o en pequeños grupos fue el verdadero corazón de la experiencia. A los niños les tocó coordinarse para cuidar cada plantita, distribuir tijeras, tierra y, por supuesto, decidir juntos qué verduras llevarían a casa y cuáles se quedaban en la escuela. El docente estuvo allí, presente y atento, pero orientó en lugar de dirigir, dejó que ellos tomaran decisiones y, de ese modo, afianzaron su propia autonomía.

Finalmente, el proceso fue documentado mediante registros fotográficos, observaciones directas y diarios de campo, lo que permitió una evaluación formativa y continua. Estas evidencias permitieron ajustar las actividades a las necesidades de los niños y valorar los avances logrados en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables a través del enfoque pedagógico del biohuerto.

E) Actividad específica 5: Ejecución de los proyectos y sesiones de aprendizaje.

La ejecución de los proyectos y sesiones de aprendizaje fue una fase clave en la implementación de la estrategia pedagógica orientada al fomento de hábitos alimenticios saludables a través del biohuerto escolar. En esta actividad, el objetivo central fue elaborar sesiones de aprendizaje prácticas que invitaran a los niños a participar de forma activa y emplearan juegos sencillos para interiorizar el cuidado del medio ambiente, el cultivo de alimentos y los beneficios de una alimentación sana.

Antes de cada sesión, revisamos que tuvieran a mano semillas, tierra, macetas y herramientas, y acondicionamos el biohuerto escolar para que el

espacio fuera seguro y fácil de usar. Las actividades, también se planificaron sin rigidez, de acuerdo con el ritmo de los niños y niñas de cuatro años.

A lo largo de cada sesión se siguió una secuencia de actividades bien planeadas que permitió a los niños mirar, tocar y experimentar en primera persona el cultivo. Cada encuentro se ocupó de un aspecto concreto: la siembra de hortalizas, el cuidado diario, el seguimiento del crecimiento y, al final, la recolección de los frutos. Durante esas tareas, los pequeños realizaron acciones prácticas como plantar la semilla en la tierra, regar suavemente y vigilar el estado de las hojas. Además, cada labor se hizo en parejas o en pequeños grupos, con lo que aprendieron a cooperar obligatoriamente. Se les animó a ayudarse, repartir responsabilidades, y eso fue favoreciendo poco a poco habilidades sociales como la comunicación, el respeto mutuo y una colaboración que realmente funcionaba.

Al final de cada encuentro, se dedicó un breve espacio para que los niños compartieran lo que habían sentido, lo que creían haber aprendido y cualquier otra cosa que les apetecía contar. También se les animó a formular preguntas o a manifestar dudas, e insistimos en que las maestras las contestaran para que el aprendizaje fuese más riguroso y más significativo. Durante el desarrollo de las actividades, las educadoras observaron de manera continua y tomaron notas en los diarios de campo, donde quedaron anotados tanto los avances como los pequeños logros de cada niño. Asimismo, se utilizaron registros fotográficos para ilustrar el progreso de las actividades y para capturar momentos significativos de la participación de los niños.

La ejecución de los proyectos y sesiones de aprendizaje no solo contribuyó al desarrollo de competencias relacionadas con la alimentación y el medio ambiente, sino que también promovió un aprendizaje significativo y participativo, que permitió a los niños integrar estos conocimientos y habilidades en su vida diaria.

a) Sesión de aprendizaje 01: “Conocemos las plantas”

Esta sesión fue aplicada con el propósito de que los niños comprendan la importancia de las plantas para el medio ambiente y la vida. La docente abre el dialogo a través de preguntas abiertas como ¿Cómo son las plantas?, ¿Qué

plantas existen?, escucha las respuestas de los niños, luego invita a dar una vuelta por los alrededores del jardín, para que puedan observar y recoger información concerniente a las plantas, para ello brinda a los niños gorros para el sol y lupas, después del breve recorrido vuelven al aula para compartir de forma verbal lo observado, La docente acompaña el recorrido con preguntas para que los niños desarrollen su curiosidad, de vuelta al aula se socializa y se retroalimenta sobre la importancia que tienen las plantas para el medio ambiente y la vida.

Figura 2

Niños de la IEI N°097, explorando y observando las plantas.



b) Sesión de aprendizaje N°02: Partes de la planta

A través de esta sesión los niños tuvieron la oportunidad de indagar explorar las partes de las plantas utilizando herramientas simples como lupas y tijeras de seguridad, promoviendo la observación y el registro de sus características a través de experiencias vivenciales, la docente empieza con la sesión presentando la motivación a través de una canción, para que los niños se dispongan a escuchar los aprendizajes, se plantea la pregunta de conflicto cognitivo a través de una pregunta ¿Cuántas partes tendrá una planta y cuáles son?, los niños brindan sus ideas y empiezan con el pequeño debate , la docente acompaña el dialogo en todo momento , luego presenta una caja sorpresa

despertando en los niños la curiosidad ,a la voz de tres saca de la caja una planta real y pide a los niños que observen y mencionen qué es lo que van descubriendo , ¿Qué observan? algunos niños comentan que la planta tiene espinas, otros dicen que tiene flores y tallo.

La docente para este momento saca varias imágenes de un libro y las presenta en la pizarra, mientras los niños observan y pregunta ¿niños conocen todas estas partes?, y comparan las imágenes con la experiencia obtenida en el paseo a la chacra, de esta manera se hizo la constatación de las hipótesis, finalmente la docente refuerza la información a través de la explicación sobre las funciones de cada parte de la planta y la importancia de esta misma.

Figura 3

Niños de la IEI N°097, identificando y aprendiendo sobre las partes de las plantas.



c) Sesión de aprendizaje N°03: “Qué necesitan las plantas para crecer”

Esta sesión tuvo como objetivo que los niños y niñas conozcan los principales elementos que necesita una planta para su cuidado y crecimiento.

La docente desarrolla su clase haciéndoles observar un video “Cuidado de las plantas”, de esta manera motiva a los niños. Luego realiza la siguiente pregunta

¿Cómo cuidan las plantas?, ¿Qué necesitan las plantas para vivir?, los niños entran en debate entre ellos, la docente acompaña a los niños durante el diálogo. Seguidamente la docente les hace formar en una fila a todos los niños y niñas para salir ordenadamente fuera de la IEI, y puedan observar todas las plantas que hay alrededor de su escuela. Seguidamente la docente pregunta a los niños para generar conflicto cognitivo ¿Qué necesitan las plantas para que estén bonitas y brillantes?, cada niño responde y menciona que las plantas necesitan agua, sol, abono, aire, etc. Asimismo, para finalizar con la actividad la docente propone en crear carteles con frases motivadores para cuidar sus plantas. La docente entrega el material a los niños, da las indicaciones para que realicen sus carteles, organiza a todos los niños y niñas para que dibujen y decoren sus carteles. De acuerdo a la clase que fue explicada. Finalmente saldrán al patio a pegar sus carteles en cada espacio donde estén ubicadas todas las plantas. Esto ayuda a los niños a cuidar una planta, además implica responsabilidades como cuidar, observar su crecimiento y atender sus necesidades. Esto les enseña disciplina y el impacto directo de sus acciones en los seres vivos.

Figura 4

Niños de la IEI N°097, descubriendo y dialogando sobre qué necesitan las plantas para crecer.



d) Sesión de aprendizaje N°04: “La germinación de la planta”

El propósito de esta sesión fue fomentar en los niños la curiosidad sobre el crecimiento de las semillas en el huerto promoviendo indagaciones que les permitan comprender los procesos de la

naturaleza. Como registra el diario de campo la docente presenta una caja la cual contiene las semillas y los instrumentos que se van a utilizar para empezar a sembrar; a través de un breve dialogo la docente pregunta ¿Cuáles son los pasos para la siembra? Los niños van brindando sus ideas mismas que son anotadas en la pizarra, seguidamente invita a los niños a salir de forma ordenada del aula para dirigirse a los cajones del huerto, donde realizarán la germinación de las semillas, la docente tiene preparado un espacio en los cajones donde cada niños podrá vivenciar la experiencia de sembrar la semilla, cuidarla y a la vez observar los distintos cambios que esta pasa para crecer, para reforzar la información se les brinda materiales como vasos, algodón, semillas y piedras con la finalidad de que puedan germinar semillas de distintas maneras, algunas serán puestas sobre un vaso con piedras y otras en algodón húmedo.

Finalmente socializamos la experiencia y se hacen los compromisos para que los niños rieguen las plantas todas las mañanas, estas actividades se hacen por grupos de dos niños.

Figura 5

Niños de la IEI N°097, observando y aprendiendo sobre el proceso de germinación de las plantas.



e) Sesión de aprendizaje N°05: “El trasplante como arte: creando un biohuerto hermoso”

Tuvo como propósito que los niños aprendan a trasplantar una planta y que comprendan la importancia de este proceso para el crecimiento y desarrollo de las plantas.

La docente empieza a aplicar la sesión contando un caso de una planta que está creciendo muy apretada al lado de otras plantas, luego hace la siguiente pregunta para generar conflicto cognitivo ¿Qué podríamos hacer para ayudarla?, los niños brindan sus ideas y empiezan a socializar, la docente acompaña en el dialogo en todo momento. Luego invita a los niños a ponerse de pie para que escuchen y bailen una canción, de esta manera motiva a los niños. Después de haber bailado, todos los niños se sientan en semicírculo, se hace la siguiente pregunta para fomentar su curiosidad sobre el tema: ¿Qué pasaría si nuestras plantas no tuvieran un buen lugar donde crecer?" A partir de aquí, los niños pueden compartir sus experiencias sobre el cuidado de plantas que hayan tenido en casa o en el jardín. Asimismo, se menciona a los estudiantes que deben girar sus sillas y se colocan frente del televisor para que observen un pequeño video “Siembra en almácigo y trasplante” este video ayudará a los niños a tener un poco de conocimiento de cómo se realiza el trasplante de una planta. Asimismo, la docente pregunta ¿Alguna vez han trasplantado una planta?, los niños van respondiendo. Luego la docente menciona que visitarán el biohuerto, para lo cual tienen que formar una fila para que salgan de forma ordenada, se formará tres grupos y se brindará un palito de chupete a cada niño para que haga el respectivo trasplante paso a paso con la ayuda de la docente. De esta manera los niños aprenden la importancia de cuidar las plantas, además se fomenta en los niños una conexión emocional con los seres vivos, desarrollando empatía y sensibilidad hacia el medioambiente.

Figura 6

Niños de la IEI N°097, realizando el trasplante de plantas.



f) Sesión de aprendizaje N°06: “Cuidamos las plantas a través del riego”

Esta sesión tuvo el propósito de fomentar el cuidado de las plantas a través de actividades de riego, donde los niños y niñas colaborarán en grupo para desarrollar normas y acuerdos sobre el uso responsable del agua.

De acuerdo al registro de la sesión, la docente empezó con un caso donde una abuelita tenía un jardín de plantas muy hermoso pero las plantas se estaban marchitando porque no le estaban echando suficiente agua, la docente realiza la siguiente pregunta ¿De qué manera podemos ayudar a la abuelita?, los niños dan sus opiniones acerca de la pregunta mencionada. Luego se invita a los niños a observar un video “Crece, crece planta”. Asimismo, les pregunta a los niños ¿Qué creen que les puede ocurrir a las plantas si no las cuidamos adecuadamente?, ¿Cómo creen que se sienten las plantas cuando se les da agua y amor? los niños hacen un pequeño debate y lo socializan con la docente. Seguidamente la docente hace la siguiente pregunta para generar conflicto cognitivo ¿Qué pasaría si nuestras plantas no reciben agua?, los niños responden y dicen que se pueden morir y que se van a sentir muy tristes. Luego la docente muestra un video del cuidado de las plantas, cada niño observará detenidamente y sobre qué trata el video. Para finalizar con la actividad la docente invita a todos los niños que visiten el biohuerto para que cada uno

empiece a regar las plantas que tenemos en el biohuerto y en nuestro jardín respetando los pasos y la forma correcta del riego que cada planta debe tener. En este momento los niños se comprometen a regar y cuidar las plantas para que no se marchiten.

Figura 7

Niños de la IEL N°097, cuidando las plantas del biohuerto a través del riego.



g) Sesión de aprendizaje N°07: “Cosecha del huerto”

La sesión tuvo como objetivo fomentar la curiosidad de los niños a través de la cosecha de vegetales, para tomar conciencia de la alimentación saludable, la docente inicia con las actividades a través de una pregunta con la cual generó el conflicto cognitivo, ¿Qué pasa con nuestro cuerpo si no comemos verduras?, la docente escucha la respuesta de los niños acompañando el diálogo con información de refuerzo, seguidamente se dirigen a los cajones del huerto donde se encuentran nuestras verduras que ya están listas para ser cosechadas, divide a los niños en 4 grupos, cada grupo tendrá la oportunidad de cosechar una verdura diferente (cebolla china, espinaca, culantro, rabanito), para las acciones se utiliza únicamente las manos, cuando todo ya esté listo la docente invita a los niños a sentarse en asamblea para presentar sus canastas, de la misma manera que explican las características de las verduras cosechadas, invitamos a explorar esta experiencia a través de los sentidos y brindar sus ideas y responder

sus dudas. Finalmente se procede a guardar todo lo cosechado en un lugar fresco, ya que estos serán usados en la elaboración de platillos saludables.

Figura 8

Niños de la IEl N°097, participando en la cosecha del biohuerto escolar.



h) Taller de aprendizaje N°08: “Mini cocineros creativos”

Este taller tuvo como propósito: Que los niños aprendan hacer recetas ricas y saludables, que no solo son deliciosas, sino que también los ayudan a crecer fuertes y sanos.

Para esta actividad la docente invita a los niños a sentarse en semicírculo para realizar la asamblea, se dialoga sobre la actividad a realizar: ¿Cómo están hoy? Antes de comenzar, la docente les hace la siguiente pregunta: ¿cuál es su verdura favorita? Tal vez será la zanahoria, el rabanito, la espinaca, etc. Los niños responden y mencionan su verdura favorita. Asimismo, se da a conocer las normas del uso y cuidado de los materiales. Luego la docente invita a los niños a participar del juego "El Juego del Sabor" en la cual la docente explica paso a paso el juego que realizarán: Iremos a una "feria de verduras". Los niños tendrán que elegir una verdura y describirla sin decir su nombre. Los niños tendrán que adivinar y mencionar el nombre de la verdura. Después de haber adivinado, la docente forma 4 grupos de 5 integrantes y entregará diferentes verduras a cada grupo; como culantro, cebolla china, beterraga, zanahoria, rabanito, etc. La docente explicará lo que van a realizar; el grupo que tiene zanahoria y beterraga con un rayador empezarán a rayar obtener hagan

extracto; los que tienen culantro y cebolla cortarán en trozos pequeños y los que tienen rabanito cortarán en rodajas. Una vez que han terminado, comenzarán a hacer el preparado. De esta manera los niños no solo desarrollan habilidades prácticas, sino que también contribuye a su desarrollo integral, fortaleciendo su autonomía, creatividad y valores.

Figura 9

Niños de la IEl N°097, preparando alimentos saludables con lo cosechado del biohuerto.



i) Sesión de aprendizaje N°11: “Establezco acuerdos a la hora de la comida”

Esta sesión se realizó con el objetivo de que los niños participen en la construcción de acuerdos a la hora de la lonchera, promoviendo la convivencia y el respeto hacia los demás.

Como consta en el registro de observación del diario de campo, la docente inicia la sesión narrando un cuento denominado “Un mundo sin acuerdos”. Posteriormente, la docente profundizó en el análisis de las ideas generadas por los niños y, a través de un video educativo, ilustró cómo debería ser el comportamiento adecuado al momento de consumir alimentos tanto en el hogar como en el aula. Este audiovisual facilitó que los niños compartieran sus percepciones y comentarios, lo que dio inicio al proceso de elaboración de los acuerdos que serán recordados todos los días antes del consumo de alimentos.

Para estructurar estos acuerdos, los niños fueron organizados en tres grupos de trabajo. Cada grupo discutió y propuso ideas sobre las normas que consideraban importantes, con la orientación de la docente, quien planteó preguntas clave como: "Antes de servir mis alimentos, ¿qué acción debo realizar?", "¿Qué acuerdos podemos establecer para evitar el desorden?" y "Al terminar mi comida, ¿qué debo hacer?". Estas preguntas promovieron el trabajo colaborativo, la reflexión conjunta y la construcción de normas consensuadas, fortaleciendo así la convivencia y el respeto hacia los compromisos grupales. Finalmente, los niños plasmaron sus compromisos mediante dibujos y firmaron sus acuerdos, que fueron colocados en la pared del aula como recordatorio visible para ser revisados y respetados cada mañana.

Figura 10

Niños de la IEI N°097, estableciendo acuerdos para fomentar hábitos saludables a la hora de la lonchera.



j) Sesión de aprendizaje N°12: “El lavado de manos”

La sesión se diseñó con el objetivo de que los niños aprendieran la técnica adecuada para el lavado de manos como parte del desarrollo de su cuidado personal y de la promoción de la salud, fomentando a su vez la autonomía en la práctica de hábitos de higiene. Según lo documentado en el registro de observación, la actividad se inició cuando la docente ingresó al aula con las manos visiblemente sucias, generando curiosidad en los niños. Esta situación desencadenó una pregunta por parte de uno de ellos: "¿Por qué la docente tiene las manos sucias?" Se aprovechó este momento para plantear una pregunta reflexiva: "¿Qué pasaría si todos decidimos no lavarnos las manos?", los niños brindaron sus ideas, las mismas que fueron atendidas durante el desarrollo de la sesión. Se invita a los niños a que realicen el lavado de manos

de la manera que habitualmente lo hacen en casa. Durante esta actividad, la docente brindó acompañamiento, observando y registrando el proceso. Una vez concluida la práctica, se motivó a los niños a reflexionar mediante preguntas como: "¿Creen que se han lavado las manos correctamente?", "¿Sienten que están limpias?". Con el propósito de enseñarles la técnica adecuada, la docente introdujo un muñeco llamado Lucas, quien fue diseñado como mediador y motivador en la actividad. A través de una canción y con la ayuda del muñeco, la docente explicó de forma lúdica y visual los pasos correctos para el lavado de manos. Seguidamente, los niños fueron invitados a reproducir el proceso siguiendo las indicaciones presentadas, logrando realizar la práctica de manera consciente y estructurada.

Finalmente, se invita a los niños a aplicar lo aprendido en sus hogares, involucrando a sus familias en la práctica del lavado correcto de manos. Este paso buscó no solo reforzar lo aprendido, sino también crear conciencia sobre la importancia de estas acciones para prevenir enfermedades y mantener una adecuada higiene personal. Asimismo, se enfatizó el impacto de estos hábitos en el bienestar tanto individual como colectivo, fortaleciendo el vínculo entre el aprendizaje escolar y el contexto familiar.

Figura 11

Niños de la IEl N°097, aprendiendo a lavarse las manos correctamente.



k) Sesión de aprendizaje N°13: “El cepillado de dientes”

La sesión fue diseñada con el propósito de que los niños reconozcan la importancia de lavarse los dientes como parte de su rutina diaria, fomentando la autovaloración a través de la práctica de hábitos de higiene. Según lo registrado

en el diario de observación, la actividad comenzó con una dramatización realizada por la docente, quien ingresó al aula con los dientes visiblemente sucios. Este acto generó impresión y curiosidad en los niños, sirviendo como un punto de partida. La docente explicó que tenía los dientes sucios porque olvidó lavárselos, lo cual dio pie a plantear la pregunta: "¿Qué pasaría si no nos lavamos los dientes? Como se registra en el instrumento diario de campo, la docente entregó un cepillo a cada niño, invitándolos a lavarse los dientes de manera libre. La docente utilizó un espejo grande, pidiendo a los niños observar cuidadosamente su boca, lengua, dientes y demás partes visibles, esta observación se complementó con preguntas orientadas como: "¿Cómo sientes tus dientes?" "¿Crees que tu boca está limpia?". Posteriormente, los niños regresaron al aula y se sentaron en asamblea para compartir y reflexionar sobre su experiencia vivencial. En esta etapa, la docente presentó un recurso lúdico: una boca grande de un cocodrilo, que sirvió para explicar de manera visual y práctica la técnica adecuada para el cepillado dental. Los niños participaron activamente en esta actividad, practicando el cepillado en el cocodrilo, lo que generó entusiasmo.

Como cierre de la actividad, se recomienda a los niños que se dirijan nuevamente a los lavatorios para realizar el cepillado dental, esta vez siguiendo las indicaciones aprendidas. Para reforzar el aprendizaje, La docente utilizó su propio cepillo dental, mostrándoles cómo llevar a cabo la acción de manera correcta mientras la realizaba junto a ellos. Este enfoque práctico permitió que los niños interiorizaran la técnica adecuada, logrando que la experiencia fuera significativa y memorable.

Figura 12

Niños de la IEI N°097, aprendiendo a cepillarse los dientes.



I) Sesión de aprendizaje N.º 14: “Aprendemos rimas con mis frutas favoritas”

La sesión fue diseñada con el propósito de que los niños escuchen y comprendan rimas relacionadas con frutas, promoviendo la inferencia de sus características a partir de textos orales, fortaleciendo tanto su expresión como su comprensión oral. Inició con la narración de la historia “La fruta viajera”, la cual generó curiosidad e interés en los niños, quienes escuchaban atentos y reaccionaban con entusiasmo ante las frutas que hablaban en rima. Este momento captó su atención y sirvió como excelente apertura para el propósito de la sesión. A continuación, la docente presentó algunas frutas reales y realizó preguntas que permitieron recoger saberes previos: “¿Qué fruta es esta?”, “¿Cómo es?”, “¿Qué color tiene?”. Los niños participaron activamente mencionando nombres de frutas y describiendo sus características. Luego, la docente explicó que aprenderían rimas sobre las frutas y que descubrirían qué palabras terminaban igual. Durante el desarrollo, los niños escucharon la rima “Las frutas rimonas”, la cual fue recitada con ritmo y entonación lúdica. Mostraron gran entusiasmo al participar en el juego “Completa la rima”, respondiendo con rapidez y alegría palabras como “rana”, “trenza” y “granja”. Se observó que muchos de ellos identificaban fácilmente las rimas y se divertían repitiendo los versos en grupo.

En la parte final, cada niño eligió su fruta favorita y la representó mediante un dibujo. Mientras dibujaban, comentaban entre ellos por qué les gustaba esa fruta, reforzando así la expresión oral espontánea. Para cerrar, se realizó una breve reflexión grupal donde los niños compartieron lo que más les gustó y reconocieron qué palabras rimaban en los versos.

Figura 13

Niños de la IEI N°097, aprendiendo rimas sobre las frutas.



m) Sesión de aprendizaje N°15: “Mi lonchera rica y nutritiva”

La sesión fue diseñada con el propósito de que los niños reconozcan la importancia de consumir alimentos saludables como parte de sus hábitos cotidianos, valorando el autocuidado y fomentando la autonomía desde sus decisiones alimenticias. Según lo registrado en el diario de campo, la actividad inició con una canción motivadora titulada “Mi loncherita”, que ayudó a generar un ambiente de entusiasmo y disposición para aprender. La docente captó el interés del grupo al ingresar con un termómetro bajo el brazo, simulando estar enferma. Este recurso causó sorpresa y risas entre los niños, quienes comentaban en voz baja lo que veían. Al explicar que se sentía mal por haber comido muchas golosinas en una fiesta, los niños se mostraron atentos y comenzaron a participar con comentarios como: “A mí también me duele la barriga cuando como caramelos” o “Yo no como muchas papas fritas”.

Luego se les presentó el propósito de la sesión: “Hoy vamos a conocer los alimentos saludables y ricos que debemos traer en nuestras loncheras”. En el momento de socializar sus saberes previos, muchos niños mencionaron frutas, panes, jugos y otros productos que traen en sus loncheras. Se mostraron curiosos ante preguntas como “¿Será importante comer verduras?” y “¿Qué pasa si solo comemos dulces?”. Durante el desarrollo, se mostraron imágenes de dos niños (uno feliz y sano, otro triste y enfermo) y sus respectivas loncheras. Los niños identificaron con claridad los alimentos saludables y los no saludables. Expresaron con seguridad sus opiniones: “Él está triste porque comió muchas galletas”, “La lonchera con frutas es mejor”. Esta parte generó mucho diálogo espontáneo. Después, cada niño propuso un acuerdo para mejorar su alimentación. Algunos decían: “Voy a traer manzana”, “Ya no voy a tomar gaseosa”. La docente anotó sus ideas en un papelote. Posteriormente, realizaron dibujos de alimentos saludables con concentración y entusiasmo. Los niños fueron colocando sus dibujos alrededor de la imagen del niño enfermo, como símbolo de ayuda. Este gesto fue significativo para ellos y generó comentarios como “Ahora va a estar mejor”.

En el cierre, los niños respondieron preguntas sobre lo aprendido. La mayoría reconoció que los alimentos saludables ayudan a crecer, evitar enfermedades y tener más energía. Algunos mencionaron que compartirían lo

aprendido con sus papás. La sesión concluyó con un ambiente positivo, con los niños orgullosos de sus dibujos y acuerdos.

Figura 14

Niños de la IEI N°097, aprendiendo sobre los alimentos que debo traer en mi lonchera.



F) Actividad específica 6: Evaluación y reflexión crítica de las actividades realizadas.

La evaluación de las actividades realizadas permitió determinar el impacto de los biohuertos escolares en la mejora de los hábitos alimenticios de los estudiantes. A través de instrumentos de observación y listas de cotejo aplicadas al inicio y al final del proyecto, se evidenciaron cambios significativos en el comportamiento y las prácticas de alimentación de los niños.

Esta evaluación se realizó mediante una lista de cotejo (ver Anexo 9), que permitió observar y registrar el desarrollo de competencias relacionadas con la interacción con el entorno, la expresión oral, la creatividad, el trabajo en equipo y los hábitos de cuidado personal y alimenticio.

El instrumento incluyó 17 ítems centrados en conductas observables como la participación activa en el biohuerto, el cuidado de los recursos naturales, la creación de normas colectivas, la solidaridad entre pares, el conocimiento sobre los elementos del biohuerto, y la representación de sus experiencias a través del dibujo y el diálogo. Se utilizó la técnica de observación directa, asignando valores de “Sí” (1) y “No” (0), de acuerdo con el desempeño

evidenciado por cada niño. Con base en los resultados obtenidos, se construyó una matriz de evaluación de logros y dificultades, la cual evidenció que:

Entre los logros más significativos, se identificó la participación entusiasta en las actividades del biohuerto, el uso responsable de los materiales cuando son guiados, la expresión creativa mediante dibujos y modelado, el cumplimiento de normas básicas de higiene, y el compromiso progresivo con el cuidado de las plantas y el entorno escolar.

Respecto a las dificultades, algunos niños siguieron necesitando ánimos constantes para integrarse, presentaron limitaciones en el trabajo en equipo (preferían actuar solos o agruparse con los mismos amigos) y les costaba hacer preguntas o explicar sus ideas con palabras.

En la evaluación inicial, la mayoría de la clase ignoraba por qué era importante comer bien y tenían hábitos poco adecuados; en cambio, la evaluación final; mostró progresos evidentes. Ahora los estudiantes saben qué alimentos son más sanos, incluyen más frutas y verduras en su dieta y han incorporado gestos simples como lavarse las manos y las frutas antes de comer. Su trabajo diario en el biohuerto alimentó esta curiosidad: al ver, tocar y cosechar, comenzaron a incluir más productos naturales en sus loncheras.

Los resultados dieron la razón: los biohuertos escolares funcionan como una herramienta didáctica, porque despiertan conciencia sobre una dieta sana y sostenible en un contexto práctico. La rutina que se implantó cumplió los fines propuestos y animó a los estudiantes a cuidar su salud todos los días.

3.1.2.2. Campo de acción: Biohuertos escolares

El campo de acción "Biohuertos escolares" tuvo como propósito crear y poner en marcha actividades educativas en las que la agricultura sostenible sirviera de base para un aprendizaje activo y colaborativo. Esta propuesta se pensó para ayudar a los niños a adoptar hábitos alimentarios más sanos, al tiempo que les ofrece una educación ambiental que les explique por qué es importante comer bien y cuidar del entorno. Entre las actividades que realizaron estuvo el cultivo de pequeños huertos dentro de la escuela, experiencia que les permitió conocer, de forma práctica y en su propio contexto, los ciclos de la agricultura, la biodiversidad y el valor de una buena alimentación.

A través de esta experiencia directa, los estudiantes afinaron habilidades de colaboración, responsabilidad y toma de decisiones mientras lidiaban con la planificación y el cuidado diario de los cultivos. Esa misma práctica hizo que despertara su creatividad, pues buscaron soluciones originales para elevar el rendimiento de los biohuertos y ajustarlos al entorno concreto que los rodeaba. Este enfoque promovió una enseñanza verdaderamente significativa y cercana, vinculando a los alumnos con la naturaleza e impulsando una conciencia ecológica más sólida que se traduce en acciones cotidianas fuera del aula.

Los biohuertos en las escuelas han fortalecido el vínculo entre los alumnos y la comunidad educativa, alentando a cada integrante del centro a sumarse en la construcción de un espacio de aprendizaje colaborativo y sostenible. En los siguientes apartados, se detallará el desarrollo y los resultados obtenidos de los biohuertos escolares implementados.

A) Actividad específica 1: Búsqueda de terreno para la creación de biohuertos.

En primera instancia se consideró el terreno de la IEI N°097, que se encuentra ubicado en el sector Pakistán. El día viernes 06 de setiembre del 2024, después de la reunión con los padres de familia nos dirigimos a lugar mencionado, que está ubicado aproximadamente a 100 metros de la institución educativa, después de una pequeña deliberación de lo que podría ocurrir volvimos a la I.E.; los padres se comprometieron en apoyar en todas las acciones a realizar y se quedó en acta. El día miércoles 11 de setiembre a la 1:00 p. m. se visitó a un dirigente del sector Pakistán, con la finalidad de informarle que en dicho lugar haríamos un biohuerto en el espacio de la I.E.; los vecinos al observar que estábamos conversando sobre el proyecto a ejecutar, se acercaron y se negaron a que realicemos nuestro proyecto en dicho espacio, además nos mencionaron que dicho espacio no le pertenece a la I.E. y que lo ocupaban como un centro recreativo donde practicaban deporte. Se llegó a un acuerdo con el dirigente, toda vez que el proyecto se lleve es beneficioso para los niños, nos cedieron un pequeño espacio para nuestro proyecto, se comunicó a la directora y las docentes sobre el acuerdo que se tuvo con el dirigente las docentes nos dijeron que no aceptemos lo que nos habían propuesto ya que el espacio si le pertenecía a la I.E. y ellas iban hacer todo lo posible para que ese espacio no se

les quite, por lo que optamos por crear el biohuerto dentro de la IE en cajones de madera.

Para la ubicación de dichas cajas, se tuvo en cuenta diversos factores como la cantidad de luz solar, la calidad de la tierra, el acceso a agua y la proximidad a otros espacios educativos para facilitar la participación activa de los estudiantes.

Una vez elegido el terreno adecuado, se planificó el siguiente paso del proyecto, que consistió en la preparación del terreno y la implementación de las primeras siembras, lo que permitió avanzar en el proceso educativo y poner en práctica los conocimientos adquiridos.

Figura 15

Padres de familia de la IEI N°097, realizando limpieza y acondicionamiento para la creación del biohuerto.



B) Actividad específica 2: Preparación del terreno para la creación de biohuertos.

El primer paso en el proyecto fue limpiar y preparar el terreno seleccionado, garantizando así un ambiente favorable que promoviera el rápido establecimiento de las plantas. Con el área lista, se diseñaron y construyeron varios cajones de madera a medida, de tal forma que ordenaran el biohuerto dentro del espacio reducido disponible. Cada unidad se dimensionó y se elevó modestamente para que tanto la siembra como la cosecha pudieran realizarse con el mínimo esfuerzo, sin necesidad de acechamientos excesivos. Después de ensamblarlas, se compró tierra agrícola de calidad y se limpió con cuidado la

superficie que las recibiría. Se usaron palas, machetes y rastrillos para airear, zarandear y descompactar la tierra, asegurando así que estuviera suelto y propenso al desarrollo radicular. Ese trabajo garantizó una estructura suelta que favoreciera la rápida absorción de agua y nutrientes por parte de las raíces.

Una vez preparado el terreno, el siguiente paso fue rellenar las cajas de madera con la mezcla de sustrato seleccionado. Luego se marcaron pequeñas parcelas dentro de cada biohuerto, dividiendo el espacio para facilitar tanto la siembra como el seguimiento diario. Cada unidad lleva un letrero con el nombre de la especie que se sembrará, de modo que los niños pueden identificar los cultivos y observar a simple vista la especie de plantas que están sembrando

Para garantizar un riego equilibrado y evitar problemas de encharcamiento, se hicieron orificios de drenaje en la base de cada caja. Los estudiantes formaron grupos y se encargaron de esta tarea, una actividad que los familiariza con la función del agua en el ciclo vital de las plantas y con el modo de un manejo cuidadoso del riego que favorece el crecimiento saludable.

Este conjunto de acciones no solo habilita un entorno propicio para las semillas, sino que también brinda a los jóvenes una lección práctica y duradera sobre el uso responsable de los recursos naturales y sobre la importancia de preparar la tierra antes de cada siembra.

Figura 16

Cajones de madera con tierra preparada para el sembrado.



C) Actividad específica 3: Diseño de biohuertos

Se basó en planificar y estructurar el espacio físico destinado al biohuerto escolar en la Institución Educativa Inicial N° 097 - Jaén, con el objetivo

de fomentar la participación activa de los niños en el cultivo de alimentos saludables. Esta actividad se realizó de manera colaborativa con los niños, asegurando que el diseño fuera adecuado tanto para las necesidades pedagógicas como para el contexto de los niños de 4 años.

El diseño del biohuerto escolar se llevó a cabo utilizando cajones de madera, lo que facilitó organización y accesibilidad del espacio. Los niños participaron activamente en el proceso, ayudando en el pintado de los cajones y aportando sus ideas sobre cómo les gustaría que fuera el espacio. Se tomaron en cuenta sus propuestas para crear un entorno educativo que fuera, además, atractivo y acogedor para ellos.

Se seleccionaron plantas de ciclo corto y de fácil cuidado, tales como lechugas, rabanitos, culantro y espinacas. Estas especies fueron elegidas no solo por su valor nutritivo, sino porque permiten a los niños observar su crecimiento en un período relativamente corto, lo que motiva su interés y facilita su comprensión del proceso de cultivo. Para reforzar el aprendizaje, se incluyeron recursos visuales como carteles con los nombres de las plantas, promoviendo la identificación y el seguimiento del crecimiento de las especies, también se reforzó valores como la responsabilidad y el trabajo en equipo. Al mismo tiempo, contribuyó a una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación saludable y el cuidado del entorno natural.

Figura 17

Estructura y diseño del biohuerto.



D) Actividad específica 4: Siembra de las semillas en el biohuerto

Fue un momento clave en el biohuerto escolar, ya que involucró activamente a los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 097 - Jaén en el proceso de plantación de semillas. Esta actividad se realizó el día jueves 10 de octubre del 2024. Para ello se preparó el terreno en las parcelas asignadas, se enseñó a los niños cómo remover la tierra, y nivelarla adecuadamente para asegurar que las semillas tuvieran un buen entorno para crecer, esta actividad ayudó a los niños a comprender la importancia de cuidar el suelo y preparar adecuadamente el espacio para la siembra. Luego se seleccionaron los espacios para cada semilla, se explicaron las características de cada planta de manera sencilla, para que los niños pudieran asociar lo que estaban cultivando con las plantas que luego serán sus alimentos como la espinaca, rabanito y lechuga. Cada niño tuvo la oportunidad de plantar su propia semilla en una parcela asignada, lo que fomentó un sentido de propiedad y responsabilidad sobre el cuidado de las plantas. Los docentes realizaron una demostración de cómo se deben plantar las semillas, mostrando cómo hacer pequeños surcos en la tierra, la profundidad adecuada para cada tipo de semilla. Luego, los niños imitaron este proceso, siguiendo las instrucciones con ayuda de los docentes para asegurarse de que la siembra se hiciera correctamente. Una vez plantadas las semillas, al siguiente día los niños participaron en el primer riego del biohuerto, utilizando una regadera, para ello se les explicó la importancia del riego regular y cómo el agua es fundamental para el crecimiento de las plantas.

La siembra de las semillas fue una experiencia enriquecedora en el aprendizaje, donde los niños no solo comprendieron el ciclo de vida de las plantas, sino que también desarrollaron habilidades de responsabilidad, paciencia y trabajo en equipo. Además, la actividad reforzó la importancia de la alimentación saludable al mostrarles de manera tangible cómo los alimentos que consumen son cultivados de manera natural.

Figura 18

Niños de la IEl N°097, realizando el sembrado de semillas en el biohuerto.



E) Actividad específica 5: Designación de responsabilidades.

Se planificó una distribución de tareas alrededor del cuidado del biohuerto escolar para cultivar en los alumnos, junto a los docentes, un sentido de responsabilidad y un espíritu de cooperación.

Para poner en marcha esa propuesta, se definieron acciones específicas y fáciles de recordar: regar las plantas, limpiar la parcela, revisar el crecimiento, juntar restos orgánicos para compost y realizar anotaciones. Cada actividad se adaptó al nivel de comprensión de los niños de cuatro años, de modo que tuvieran labores sencillas y gratificantes que realizar con entusiasmo, siempre bajo la mirada cariñosa de la maestra.

Para repartir los encargos, se utilizó un sistema participativo: primero jugaron en círculo, cantando y moviéndose, hasta decidir lo que más les llamaba la atención del biohuerto. Al mismo tiempo se establecieron turnos rotativos que permitieron a cada niño probar diferentes funciones, promoviendo la igualdad y asegurando que todos sumaran al cuidado del huerto. Para llevar el control, se hizo un cartel grande con las tareas y los nombres, reforzando el sentido de pertenencia y la claridad sobre el papel de cada uno.

Esta aproximación fue clave, no sólo para el mantenimiento continuo del espacio verde, sino también para sembrar en los niños valores de cooperación, orden y respeto por el trabajo ajeno; asimismo fortaleció su vínculo con el proyecto y con la naturaleza que lo rodea (Anexo 10).

Figura 19

Niños de la IEl N°097, concentrados a la explicación de la docente.



F) Actividad específica 6: Talleres de cocina saludables utilizando productos del biohuerto.

La actividad tuvo como propósito mostrar a los niños por qué es bueno comer de forma saludable, utilizando las hortalizas que produjeron en el biohuerto escolar. Los talleres enfocados en la cocina práctica resaltaron el esfuerzo del grupo al mostrar que lo cosechado puede transformarse en platos nutritivos, llamativos y sabrosos.

El martes 26 de noviembre se puso en marcha la sesión titulada “soy un Minichef”, concebida como una experiencia participativa. Con la orientación de sus docentes, los niños prepararon recetas sencillas que incluían ensaladas de lechuga y rabanitos, jugos verdes de espinaca y zanahoria, y salsas con culantro fresco. La actividad fue altamente interactiva: cada estudiante se encargó de lavar los ingredientes, mezclar las preparaciones y decorar el plato final.

Para ampliar el aprendizaje, el equipo compartió breves y entretenidas notas sobre el valor nutricional de cada componente. De este modo, los niños descubrieron cómo las zanahorias cuidan la vista y las espinacas refuerzan los huesos, entablando una relación directa entre lo que comen y su salud.

Esta actividad permitió disfrutar del esfuerzo colectivo, y fortaleció la integración entre los niños, y la comunidad educativa, al tiempo que promovió hábitos alimenticios saludables y sostenibles que impactarán positivamente en su vida diaria.

Figura 20

Niños de la IEl N°097, realizando la preparación de recetas con productos del biohuerto.



G) Actividad específica 7: Monitoreo del estado del biohuerto.

El equipo docente organizó un programa de seguimiento semanal de los cultivos y el entorno del biohuerto escolar, con el propósito de advertir a tiempo cualquier anomalía que pudiera comprometer su desarrollo. Esta rutina sistemática no sólo cuidó de las plantas, sino que promovió en los alumnos habilidades de observación, análisis y responsabilidad ecológica.

Durante las visitas programadas, los alumnos, guiados por sus docentes, revisaron varios indicadores claves: altura y vigor de cada especie, signos visibles de plagas o enfermedades, nivel de humedad del sustrato y estado general del espacio, incluidos los cajones de madera y los canales de drenaje.

Para registrar lo observado, el profesor preparó fichas ilustradas, con dibujos grandes y colores brillantes, que los niños usaron para anotar día tras día el estado de cada planta, facilitando así su lectura del ciclo de vida vegetal.

Ante problemas como hojas marchitas o pequeños enjambres de insectos se optó por una solución sencilla y formativa. Se organizaron talleres en los que todos fabricaron una infusión de ajo o cebolla y la aplicaron, comprobando que el remedio podía ser natural y amable con el entorno.

Ese seguimiento periódico no solo mantuvo el biohuerto en excelente estado, sino que sembró en los niños responsabilidades, paciencia y perseverancia. La actividad unió el cuidado del rincón verde con lecciones de

ciencia, sostenibilidad y trabajo en equipo, garantizando un aprendizaje que perdura (Anexo 11).

Figura 21

Niños de la IEl N°097, realizando el monitoreo del biohuerto.



H) Actividad específica 8: Observación y aprendizajes de los niños en los biohuertos.

Se centró en ofrecer a los niños un lugar donde pudieran, de verdad, mirar, dudar y aprender por sí mismos a qué suena el crecimiento de una planta y cómo ese crecimiento habla del cuidado que le damos a la tierra. La propuesta buscó activar sus ojos curiosos y esa chispa de ciencia que, a su edad, se mide en preguntas sencillas sobre hojas, tierra y agua. Cada semana, en el horario escolar, el grupo paseaba por el biohuerto como quien visita un amigo. Con calma, miraban cuánto había crecido cada matita, qué tonos se asomaban en una hoja nueva, si ya había flores o frutos, y qué rasguños dejaba el tiempo en el mismo parterre. Para mantener la conversación, los docentes soltaron interrogantes que invitan a seguir pensando: “¿Qué viste que es distinto hoy?” o “¿Por qué una hoja es más grande y la otra casi igual a tu dedo?”, y esos momentos se convirtieron en diálogos internos entre compañeros, dando espacio al razonamiento colectivo. De esas pequeñas charlas nació un entendimiento elemental: que toda planta tiene un ciclo, que el sol y el agua son huéspedes imprescindibles en ese ciclo, y que, al final, las plantas son cocineras calladas que, sin pedírselo, producen el alimento que los niños necesitan para crecer sanos.

Los estudiantes empezaron a reconocer plagas frecuentes y a entender por qué es esencial resguardar el biohuerto de esos agentes. Al hacerlo, afinaron su capacidad de observar y analizar, fortalecieron el lazo emocional que los une

a la naturaleza y sintieron un nuevo impulso por cuidar el entorno y valorar la sostenibilidad. Los conocimientos que cosecharon en esta actividad se entrelazaron con otras materias del plan de estudios, uniendo el biohuerto a su formación práctica y completa.

Los aprendizajes de los niños quedan visibles en la tabla de evaluación que utilizamos, que mide distintas competencias y que se basa en una simple lista de control. De esa lista sale este dato alentador: más del noventa por ciento de los alumnos se suma con ganas al trabajo del biohuerto, ya sea trasplantando, regando o cuidando las plantas. Las habilidades que miran más de cerca la participación activa y el respeto por el entorno, que corresponden a los criterios uno, dos, cuatro y doce, acumulan la mayor parte de los "sí" (1), lo que muestra que los niños cuidan y valoran los recursos naturales mientras apoyan a sus compañeros. El criterio quince, que examina si los niños hacen preguntas tras una exploración, presenta todavía respuestas variables, con lo que abrimos una puerta para reforzar la curiosidad científica en algunos pequeños. En resumen, la mayoría ha llegado a un nivel satisfactorio en las competencias del biohuerto, sobresaliendo su participación activa, el trabajo en equipo y el compromiso con el cuidado ambiental (Anexo 9).

I) Actividad específica 9: Jornadas para el mantenimiento y limpieza del biohuerto.

Las acciones realizadas en el biohuerto escolar estuvieron, ante todo, orientadas a garantizar un entorno limpio, ordenado y favorable para el crecimiento de las plantas. Por esta razón se organizaron jornadas de trabajo que convocaron tanto a alumnos como a docentes, promoviendo la participación activa y el ejercicio del trabajo en equipo.

Durante esas sesiones se llevaron a cabo tareas clave: se arrancaron malezas, se regó cada plantación, se barrieron los senderos y se limpiaron los cajones de madera, y se recogieron los restos orgánicos para añadirlos al compostaje. Los niños participaron en actividades sencillas como retirar hojas secas, limpiar los letreros de las parcelas y esparcir el abono, todo bajo la atenta supervisión del profesorado para que estuvieran seguros en todo momento.

Adicionalmente, se explicó a los alumnos por qué es crucial mantener el biohuerto libre de desperdicios y de qué modo esa práctica favorece tanto a las plantas como al planeta. Para hacer el aprendizaje más ameno se contaron historias, se cantaron canciones y se jugaron dinámicas relacionadas, lo que consolidó al huerto en un espacio compartido de aprendizaje, convivencia y compromiso hacia la sostenibilidad.

Figura 22

Niños de la IEl N°097, realizando el desahije.



J) Actividad específica 10: Realización de una feria escolar donde los niños muestran los productos cosechados y comparten recetas saludables.

En esta actividad estuvieron presentes las docentes, auxiliares, padres de familia y los niños. Para dar inicio a esta actividad se invita a los padres de familia a tomar asiento. Se presenta a las señoritas miembros del jurado calificador, se hace algunas dinámicas para motivar e incentivar a los niños y padres de familia. Seguidamente cada niño colocará su lonchera sobre la mesa para que puedan degustar, de esta manera el jurado podrá observar y calificar a la mejor lonchera, asimismo; se irá haciendo algunas preguntas a los niños sobre su lonchera. El jurado recorre por todas las mesas para observar y calificar las loncheras de cada niño. Las docentes invitan a los padres y madres de familia a acercarse a degustar lo que ellas habían preparado. En la mesa se presentó queque de zanahoria, bocaditos de brócoli (con culantro y queso, zanahoria y huevos), bolitas de papa con culantro y cebolla china, ensalada de rabanito, extracto de betarraga con zanahoria y leche, etc. Hasta que el jurado elija el

ganador, los padres van preguntando en qué beneficia estas verduras a los niños. Las docentes responden a cada pregunta de los padres. Para finalizar con la actividad se da por ganador a la niña Russely del aula de 3 años, Gian Carlos del aula de 4 años y también la niña Alexia del aula de 5 años. A los niños ganadores se les entrega un presente para incentivar también a los padres de familia para que sigan enviando loncheras nutritivas y saludables a sus hijos. Las señoritas del jugado brindan una pequeña información sobre las loncheras que se debe de enviar a los niños. De esta manera ha finalizado esta bonita actividad.

Figura 23

Niños, padres de familia y docentes de la IEI N°097, participando en el festival de loncheras saludables.



K) Actividad específica 11: Evaluación del impacto de los biohuertos en los hábitos alimenticios de los niños.

La evaluación del impacto de los biohuertos en los hábitos alimenticios de los niños se realizó mediante una “prueba de entrada” (Anexo 8) y una “prueba de salida” (Anexo 13). En la prueba de entrada, se observó que la mayoría de los niños tenían conocimientos y prácticas limitadas sobre alimentación saludable, presentando puntajes bajos en ítems como “identificación de alimentos saludables”, “lavado de manos” y “participación en la preparación de alimentos”. Sin embargo, tras la implementación del biohuerto escolar, los resultados de la prueba de salida muestran un notable avance en estas áreas.

Los niños han mejorado significativamente en el “consumo de alimentos saludables”, el “lavado de frutas” antes de ingerirlas, y en la práctica de “hábitos de higiene”, como lavarse las manos antes de comer. Además, demostraron mayor interés por participar en la preparación de sus alimentos y en masticarlos correctamente.

En conclusión, los biohuertos escolares han tenido un impacto positivo en la conciencia y prácticas de alimentación saludable, promoviendo la adquisición de hábitos sostenibles y mejorando la relación de los estudiantes con los alimentos desde una perspectiva educativa y práctica.

L) Actividad específica 12: Sostenibilidad y expansión del proyecto

La sostenibilidad y expansión del programa de biohuertos escolares busca que los avances logrados no solo perduren, sino que se fortalezcan dentro de la comunidad educativa a lo largo del tiempo. Con ese fin hemos incorporado una serie de acciones que permiten al huerto actuar como un recurso pedagógico permanente en diferentes áreas del currículo. Se llevan a cabo jornadas regulares en las que los alumnos asumen funciones concretas como cuidado, mantenimiento y seguimiento del crecimiento de las plantas, ejercitando así su sentido de responsabilidad y un aprendizaje experiencial.

Adicionalmente, se pondrán en marcha talleres y se crearán recursos didácticos vinculados al biohuerto, mediante los cuales los estudiantes pueden indagar sobre alimentación saludable, fundamentos de agricultura y principios de sostenibilidad. Así, el espacio verde no solo se convierte en un aula abierta, sino en un emblema de crecimiento colectivo y compromiso institucional, asegurando que sus frutos se siembren de manera natural en la rutina escolar y acompañen a las generaciones sucesivas.

M) Actividad específica 13: Evaluación de las actividades realizadas

En esta actividad, el propósito fue evaluar los conocimientos y hábitos alimenticios adquiridos por los niños de 4 años al finalizar la implementación del proyecto de biohuerto escolar, con la finalidad de evidenciar los logros alcanzados y la efectividad de las estrategias pedagógicas desarrolladas. Este proceso permitió constatar los cambios en el comportamiento alimentario y en la conciencia nutricional de los estudiantes.

Para la recolección de datos se empleó nuevamente la ficha de observación (Anexo 13), compuesta por 7 ítems agrupados en dos dimensiones: conocimiento y consumo de alimentos saludables. La escala de valoración se mantuvo con las categorías cualitativas: Siempre, A veces y Nunca. Esta ficha

es la misma validada por juicio de expertos, elaborada por Mondragón et al. (2023), y garantiza su coherencia y aplicabilidad en el nivel de educación inicial.

Tabla 4

Resultados de la prueba de salida sobre conocimientos en alimentos saludables.

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	F	%	F	%	f	%	F	%
1. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	15	83	3	17	0	0	18	100%
2. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	17	94	0	0	1	6	18	100%
3. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	18	100	0	0	0	0	18	100%
4. Reconoce y diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	17	94	1	6	0	0	18	100%

Nota: Resultados de prueba de salida aplicada el 12/12/2024 a 18 estudiantes de 4 años de la Institución educativa N°097 “Los Incas” – Jaén.

Interpretación: Los resultados de la prueba de salida, según la tabla 4, evidencian una mejora significativa en los conocimientos de los niños de 4 años en relación a los alimentos saludables. En el ítem1, sobre la elección de alimentos saludables, el 83 % de los alumnos se ubica en la categoría “Siempre”, el 17 % en “A veces” y ninguno en “Nunca”. Estos resultados indican que la mayoría de los niños consiguieron reconocer y elegir alimentos saludables de forma habitual.

En el ítem 2, sobre el consumo de alimentos balanceados y saludables en la lonchera diaria, el 94 % de los estudiantes se encuentra en la categoría “Siempre” y el 6 % en “Nunca”. Esto demuestra un buen paso para reconocer la importancia de agregar alimentos saludables y balanceados a la lonchera.

En cuanto al ítem 3, sobre el consumo de alimentos saludables dentro y fuera de la institución educativa, el total del 100 % de los estudiantes pertenecía a la categoría “Siempre”. Este resultado es muy importante porque todos los niños demostraron que entienden que se debe mantener una alimentación saludable en los diferentes espacios de su vida diaria.

Por último, en el ítem 4, relacionado con el reconocimiento y diferenciación de los alimentos saludables y poco saludables, el 94 % de los estudiantes alcanzó la categoría “Siempre” y el 6 % se ubicó en “A veces”, sin que se registraran respuestas en “Nunca”. Esto demuestra que la mayoría de los niños fue capaz de distinguir los alimentos saludables de los que no contribuyen a una buena alimentación.

En general, los resultados de la prueba de salida muestran un avance favorable respecto a la situación inicial, evidenciado por el incremento de estudiantes ubicados en la categoría “Siempre” y la disminución de respuestas en “Nunca”. Estos resultados permiten señalar que las actividades desarrolladas mediante el biohuerto escolar, junto con las experiencias de siembra, cuidado, cosecha y consumo de alimentos, contribuyeron al fortalecimiento de los conocimientos de los niños sobre los alimentos saludables y su importancia para el cuidado de la salud.

Tabla 5

Resultados de la prueba de salida sobre hábitos alimenticios

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	f	%
5. Consume frutas y verduras como parte de su alimentación diaria.	14	78	2	11	2	11	18	100%
6. Se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos.	18	100	0	0	0	0	18	100%
7. Elige alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.	18	100	0	0	0	0	18	100%

Nota: Resultados de prueba de salida aplicada el 12/12/2024 a 18 estudiantes de 4 años de la Institución Educativa N°097 “Los Incas” – Jaén.

Interpretación: De la tabla 5 se evidencia una mejora favorable en los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa N.º097 “Los Incas” – Jaén en los resultados de la prueba de salida. En el ítem 5, que tiene que ver con el consumo de frutas y verduras en la dieta diaria, el 78% de los alumnos está en el rango “Siempre”, el 11% en “A veces” y el 11% en “Nunca”. Estos resultados muestran que la mayoría de los niños introdujo con mayor frecuencia frutas y verduras en su alimentación diaria, aunque un pequeño grupo aún requiere continuar reforzando este hábito.

En el ítem 6, que se refiere a la práctica de higiene antes y después de comer, se observa que el 100 % de los estudiantes se encuentra en la categoría “Siempre”, sin que se hayan registrado respuestas en las categorías “A veces” y “Nunca”. Este resultado nos muestra que todos los niños pudieron practicar de manera adecuada el lavado de manos antes y después de consumir sus alimentos, reforzando hábitos relacionados con el cuidado de su salud.

En el mismo sentido, en el ítem 7, que tiene que ver con la elección de alimentos saludables en sus comidas y refrigerios, el 100 % de los estudiantes alcanzó la categoría “Siempre”, sin registro de respuestas en “A veces” ni en “Nunca”. Este resultado muestra que los niños consiguieron una mayor habilidad para escoger alimentos beneficiosos para su salud en sus comidas y meriendas.

En conjunto, los resultados de la prueba de salida evidencian una evolución favorable en los tres hábitos alimentarios más importantes analizados: consumo de frutas y verduras, higiene antes y después de comer los alimentos, y preferencia y elección de alimentos saludables. Al comparar estos resultados con la prueba de entrada, se observa una disminución de los estudiantes ubicados en la categoría “Nunca” y un incremento de los que alcanzaron la categoría “Siempre”, lo cual evidencia una evolución positiva en las prácticas alimenticias de los niños.

Estos resultados permiten considerar que las actividades desarrolladas mediante el biohuerto escolar, especialmente las experiencias de siembra, cuidado, cosecha y consumo de los productos cultivados, contribuyeron al fortalecimiento de hábitos alimenticios saludables. Las vivencias permitieron que los niños fueran partícipes activos de experiencias en torno a la alimentación, facilitando la incorporación paulatina de hábitos saludables en su vida cotidiana.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente capítulo presenta el análisis y discusión de los resultados obtenidos en la intervención pedagógica, cuyo objetivo general fue fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén; mediante biohuertos escolares.

Los resultados se contrastan con las pruebas diagnósticas iniciales, los registros observacionales, las actividades desarrolladas y la evaluación final, permitiendo identificar los logros alcanzados, las dificultades encontradas y los cambios evidenciados en los conocimientos, actitudes y prácticas de alimentación saludable en los niños. Asimismo, se establece una relación entre la práctica pedagógica implementada y los referentes teóricos y antecedentes revisados, lo cual permite sustentar la pertinencia del biohuerto como una estrategia eficaz para la promoción de la salud y el aprendizaje significativo en la primera infancia.

En relación al primer objetivo específico: Optimizar la planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje orientados al fortalecimiento de hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén.

La planificación de la intervención pedagógica partió de las necesidades que se detectaron durante el diagnóstico inicial, donde se hizo evidente que los niños tenían escasos conocimientos sobre la alimentación saludable y poco interés en consumir verduras y otros alimentos nutritivos. También se observó que en la hora de la lonchera predominaban los alimentos procesados y que muchos estudiantes desconocían de dónde provenían los alimentos que consumían diariamente. En este sentido, se elaboraron proyectos de aprendizaje contextualizados que incorporaron experiencias vivenciales a través de la creación de un biohuerto escolar, posibilitando el desarrollo de aprendizajes significativos sobre la alimentación saludable.

La planificación de los proyectos se basó en el Currículo Nacional de Educación Básica (MINEDU, 2016), integrando competencias de las áreas de Personal Social, Comunicación, Ciencia y Tecnología y Matemática, así como los enfoques transversales de medio ambiente y orientación al bien común. Estas competencias permitieron que los niños fueran agentes activos de situaciones reales de aprendizaje, favoreciendo la construcción de conocimientos a partir de la observación, la exploración y el trabajo colaborativo.

De igual manera, las actividades propuestas se basaron en la teoría sociocultural de Vygotsky (1978), quien afirma que el conocimiento se construye a través de la interacción con otras personas y con el entorno. Los niños aprendieron a lo largo de toda la intervención compartiendo sus experiencias con sus compañeros, la docente y sus familias, quienes participaron en diversas actividades relacionadas con la creación y mantenimiento del biohuerto escolar. De igual forma se tomó en cuenta el aprendizaje experiencial de Kolb (1984), ya que todas las actividades permitieron a los estudiantes aprender haciendo, observando, experimentando y reflexionando acerca de la importancia de producir y consumir alimentos saludables.

La prueba de entrada, previa a la intervención, evidenció que la mayoría de los niños presentaba limitaciones en ambas dimensiones evaluadas. Sobre el conocimiento de los alimentos saludables sólo el 17 % identificaba los alimentos que debía consumir diariamente, el 11 % era capaz de diferenciar los alimentos saludables de los que no lo eran, y ninguno demostraba conciencia sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos ni podía proponer alimentos que

protegieran su organismo. En relación al consumo de alimentos saludables, solo el 17 % elegía consumir alimentos saludables, el 11 % manifestaba que los consumía dentro y fuera de la institución educativa y ningún estudiante llevaba una lonchera completamente saludable. Estos resultados demostraron que es necesario aplicar innovadoras estrategias pedagógicas que refuercen los hábitos alimenticios desde edades tempranas.

Proyecto de aprendizaje N°01: “Manos a la tierra: Creando un biohuerto para una alimentación saludable”

En el transcurso de la ejecución, los estudiantes participaron en diversas experiencias relacionadas con la creación del biohuerto escolar, con la finalidad de comprender la importancia de producir y consumir alimentos saludables mediante el contacto directo con la naturaleza.

La socialización del proyecto permitió despertar el interés y la motivación de los niños para que participaran en la creación del biohuerto escolar. En esta actividad compartieron sus conocimientos previos sobre las plantas, hicieron preguntas sobre la siembra y mostraron interés en cultivar verduras para luego consumir. También se comprometieron a cuidar el biohuerto y participaron en la organización del proyecto, fortaleciendo el trabajo colaborativo y la participación democrática. Vygotsky (1978), sostiene que el aprendizaje se construye mediante la interacción con los demás y la participación en actividades sociales significativas, favoreciendo la construcción de nuevos conocimientos a partir de las experiencias compartidas.

En este sentido, los resultados coinciden con Santiago et al. (2021), quienes evidenciaron que la implementación del huerto escolar favorece la participación activa de la comunidad educativa, destacando el involucramiento de las familias en la gestión y desarrollo del proyecto. Asimismo, concluyeron que el huerto escolar constituye una estrategia didáctica que permite aprender haciendo, fortalecer hábitos alimenticios saludables y promover el cuidado ambiental. Esta relación se evidencia en la presente investigación, debido a que la creación del biohuerto escolar permitió que los niños asumieran responsabilidades, interactuaran con sus compañeros y recibieran el acompañamiento de sus familias durante el proceso.

La actividad “Conocemos las plantas”, favoreció que los estudiantes pudieran identificar las partes de las plantas y que entendieran que muchas de las verduras que consumimos diariamente, provienen de ellas. A través de la observación directa y el diálogo, tomaron conciencia de la importancia de las plantas para la alimentación y para la vida, fortaleciendo así considerablemente sus conocimientos científicos. Piaget (1964), afirma que el niño construye su conocimiento mediante la exploración y la interacción directa con el medio, favoreciendo el desarrollo del pensamiento a partir de experiencias concretas propias de su etapa evolutiva. Asimismo, este resultado coincide con lo señalado por Agudelo y Meléndez (2021), quienes determinaron que las actividades desarrolladas en huertos escolares permiten que los niños comprendan los procesos naturales relacionados con la producción de alimentos mediante experiencias prácticas, favoreciendo aprendizajes significativos y una mayor valoración de los alimentos saludables.

Durante la sesión titulada “¿Qué necesitan las plantas para crecer?”, los niños indagaron por las condiciones necesarias para el desarrollo de los cultivos, reconociendo que el agua, la tierra, la luz solar y el aire son elementos indispensables para su crecimiento. Estas vivencias impulsaron la observación, el planteamiento de hipótesis y la experimentación, reforzando la competencia de indagación científica planteada por el Currículo Nacional. Kolb (1984), señala que el aprendizaje experiencial se produce cuando el estudiante aprende mediante la experiencia directa, la reflexión y la experimentación activa, permitiéndole construir conocimientos significativos a partir de situaciones reales. En concordancia con ello, Chocho et al. (2024) encontraron que la implementación de huertos escolares favorece el aprendizaje activo de los niños, debido a que la interacción directa con los cultivos permite desarrollar conocimientos relacionados con la naturaleza, la alimentación saludable y el cuidado del ambiente. Por ello, la experiencia del biohuerto permitió que los estudiantes no solo recibieran información, sino que construyeran sus aprendizajes mediante la práctica.

La actividad “Germinación de las plantas” despertó gran interés en los estudiantes, quienes todos los días observaban los cambios producidos en las semillas y los registraban mediante dibujos y comentarios. Esta experiencia

permitió entender que para que los alimentos crezcan se necesita tiempo, cuidado y responsabilidad, lo que ayuda a desarrollar actitudes positivas hacia la naturaleza. la FAO (2010) señala que los biohuertos escolares constituyen espacios educativos donde los niños aprenden de manera práctica sobre los procesos naturales de producción de alimentos, desarrollando simultáneamente hábitos saludables y conciencia ambiental.

En la clase de trasplante de plantas los niños participaron activamente poniendo las plántulas en el terreno preparado para el biohuerto. Esta actividad favoreció el trabajo cooperativo, el respeto de los seres vivos y el sentido de responsabilidad, ya que entendieron que cada planta necesitaba de cuidados permanentes para desarrollarse de manera adecuada. El MINEDU (2016), menciona que se debe promover experiencias de aprendizaje donde los estudiantes interactúan con su entorno, desarrollan la responsabilidad y participan en acciones orientadas al cuidado del ambiente y al bienestar común.

El riego del biohuerto fue una actividad permanente en todo el proyecto. Los alumnos se repartieron turnos para cuidar las plantas y se comprometieron a regarlas todos los días. Conforme las semanas fueron pasando, mostraron más autonomía y compromiso en el cuidado del biohuerto, comprendiendo que el crecimiento de las verduras dependía de la constancia y dedicación de quienes las cultivaban. Vygotsky (1978), sostiene que las responsabilidades compartidas y el trabajo colaborativo favorecen el aprendizaje social y el desarrollo de actitudes responsables mediante la interacción constante entre los miembros del grupo.

La actividad de cosecha de los productos del biohuerto fue uno de los momentos de mayor satisfacción de los niños. Al cosechar las verduras que ellos mismos habían sembrado y cuidado, expresaron alegría, orgullo y una mayor disposición a consumir alimentos que antes rechazaban. Esta experiencia permitió valorar el esfuerzo realizado durante todo el proceso y entender de dónde provienen los alimentos saludables. La FAO (2010), sostiene que la participación de los niños en todas las etapas del cultivo favorece la valoración de los alimentos naturales y promueve cambios positivos en los hábitos alimenticios, incrementando la aceptación del consumo de frutas y verduras.

Estos resultados se relacionan con la investigación de Piñarete y Figueroa (2024), quienes evidenciaron que la participación infantil en huertas escolares incrementa la aceptación voluntaria de verduras y fortalece hábitos alimenticios saludables, debido a que los niños generan mayor vínculo con los alimentos cuando participan en su producción. Asimismo, Santiago et al. (2021) sostienen que la participación de los estudiantes en todas las etapas del huerto escolar favorece la valoración de los alimentos producidos y fortalece la disposición hacia el consumo de alimentos saludables.

El Taller Mini Chef integró los productos del biohuerto en la preparación de recetas saludables. En el transcurso de esta actividad los niños lavaron verduras, intervinieron en la preparación de alimentos sencillos y probaron los platos elaborados con los productos cosechados. Se pudo constatar que muchos alumnos aceptaron comer verduras que anteriormente rechazaban, lo que demuestra que la vivencia cambió sus preferencias alimentarias en forma positiva. Kolb (1984) afirma que los aprendizajes son más significativos cuando los estudiantes participan activamente en experiencias concretas que posteriormente son reflexionadas y aplicadas en su vida cotidiana. Asimismo, coincide con Piñarete y Figueroa (2024), quienes señalan que las actividades prácticas vinculadas a la producción y preparación de alimentos favorecen cambios positivos en las actitudes alimentarias de los niños, promoviendo una relación favorable con los alimentos saludables.

Proyecto de aprendizaje N°02: “Alimentación saludable: construyendo hábitos para una vida sana”

Este proyecto surgió a partir de la observación realizada durante los momentos de alimentación, donde se evidenció que algunos estudiantes no practicaban adecuadamente acciones como el lavado de manos antes de consumir sus alimentos, la organización del espacio de la lonchera y el cuidado de su higiene personal. Esta situación guarda relación con Montaleza (2022), quien determinó que la educación alimentaria y nutricional en niños de 4 a 5 años favorece la adquisición de buenos hábitos alimenticios mediante estrategias educativas participativas, permitiendo que los niños comprendan la importancia de una adecuada alimentación desde edades tempranas.

La planificación de este proyecto permitió desarrollar experiencias contextualizadas donde los niños participaron activamente en la construcción de hábitos saludables a partir de situaciones reales de su vida cotidiana. Según Vygotsky (1978), el aprendizaje infantil se construye mediante la interacción social y la participación en actividades significativas dentro de su contexto, por ello, las experiencias relacionadas con la alimentación permitieron que los estudiantes intercambiaran ideas, compartieran experiencias familiares y construyeran nuevos conocimientos junto a sus compañeros y docente.

La actividad de socialización del proyecto permitió recoger los saberes previos de los niños sobre la alimentación y las prácticas de higiene que realizaban antes de consumir sus alimentos. Durante el diálogo expresaron sus experiencias familiares, identificaron algunas acciones inadecuadas y propusieron alternativas para mejorar sus hábitos durante la lonchera. Esta experiencia favoreció la reflexión sobre sus propias prácticas y permitió relacionar los nuevos aprendizajes con situaciones cotidianas. Al respecto, Ausubel (1983) sostiene que el aprendizaje significativo ocurre cuando el estudiante relaciona los nuevos conocimientos con sus experiencias previas, logrando una comprensión más profunda y funcional. Asimismo, coincide con Arévalo (2022), quien señala que la educación alimentaria desde edades tempranas favorece la adquisición progresiva de hábitos saludables y contribuye al desarrollo integral de los niños.

Durante la actividad “Mis acuerdos a la hora de la comida”, los niños participaron en la elaboración de normas relacionadas con la limpieza, orden, respeto y responsabilidad durante los momentos de alimentación. A través de esta experiencia comprendieron que mantener hábitos adecuados beneficia su salud y favorece una convivencia armoniosa. Según Piaget (1964), durante la etapa preoperacional los niños desarrollan progresivamente la capacidad de comprender normas y valores mediante experiencias concretas y situaciones cercanas a su realidad. Este resultado también guarda relación con Ramos (2018), quien encontró que la aplicación de actividades educativas relacionadas con alimentación saludable permite que los niños reconozcan la importancia de prácticas adecuadas durante la alimentación, favoreciendo cambios positivos en sus comportamientos cotidianos.

La actividad “El lavado de manos” permitió que los estudiantes comprendieran la importancia de la higiene antes y después de consumir alimentos. Mediante demostraciones prácticas y la aplicación constante de esta rutina, los niños lograron realizar progresivamente los pasos adecuados del lavado de manos, reconociendo que esta acción contribuye a prevenir enfermedades y proteger su salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), la higiene de manos constituye una práctica fundamental para prevenir enfermedades y debe ser promovida desde los primeros años de vida mediante procesos educativos permanentes. De igual manera, la FAO (2019) señala que la educación alimentaria no solo comprende el conocimiento de alimentos saludables, sino también prácticas de higiene y manipulación adecuada de los alimentos. En concordancia con ello, Chocho et al. (2024) manifiestan que las estrategias educativas basadas en experiencias prácticas permiten fortalecer conocimientos relacionados con la salud y alimentación, debido a que los niños aprenden mediante actividades concretas vinculadas con su realidad.

La actividad “Cepillado de dientes” permitió fortalecer hábitos relacionados con el cuidado personal después de la alimentación. Los niños participaron en la práctica del cepillado dental y comprendieron que mantener una adecuada higiene bucal forma parte de una vida saludable. Esta experiencia favoreció la autonomía, debido a que los estudiantes empezaron a realizar acciones de cuidado personal con menor apoyo del adulto. Según Bandura (1986), los niños aprenden conductas mediante la observación, imitación y práctica constante de modelos significativos; por ello, la demostración realizada por la docente permitió que los estudiantes incorporaran progresivamente este hábito en su rutina diaria. Chocho et al. (2024) señalan que las estrategias educativas basadas en experiencias prácticas favorecen aprendizajes significativos en los niños, ya que permiten relacionar los conocimientos adquiridos con acciones concretas de la vida cotidiana.

Por último, en el momento de reflexión y cierre del proyecto los niños compartieron los aprendizajes que obtuvieron sobre el cuidado de las plantas, la importancia del biohuerto y los beneficios de consumir alimentos saludables. Con conversaciones, dibujos y dramatizaciones manifestaron que las verduras

ayudan a crecer fuertes, previenen enfermedades y forman parte de una alimentación equilibrada, evidenciando la consolidación de aprendizajes significativos.

Estos resultados coinciden con los señalados por la FAO (2019), que reconoce al biohuerto escolar como una estrategia educativa que integra la producción de alimentos, la educación nutricional y la formación ambiental, favoreciendo cambios sostenibles en los hábitos alimenticios desde la infancia. Asimismo, el Ministerio de Educación (2016) señala que las experiencias contextualizadas permiten el desarrollo de competencias de forma significativa cuando los niños participan de manera activa en situaciones reales de aprendizaje.

Durante la ejecución también se presentaron algunas dificultades. Al principio, muchos de los alumnos rechazaban las verduras y preferían llevarse comida hecha de casa. Algunos niños, por otra parte, necesitaban de una constante compañía para asumir responsabilidades durante el cuidado del biohuerto. Sin embargo, estas dificultades fueron disminuyendo progresivamente gracias a la participación permanente en las actividades de siembra, riego, cosecha y preparación de alimentos, observándose mayor interés, compromiso y aceptación hacia el consumo de productos saludables.

En resumen, la planificación y ejecución de los proyectos de aprendizaje permitieron fortalecer progresivamente los hábitos alimenticios de los niños de 4 años, debido a que la integración del biohuerto escolar con actividades de educación alimentaria, higiene y cuidado personal generó experiencias significativas basadas en la participación activa de los estudiantes. Estos resultados coinciden con Chocho et al. (2024), Piñarete y Figueroa (2024) y Santiago et al. (2021), quienes evidenciaron que las estrategias educativas vivenciales relacionadas con huertos escolares favorecen el aprendizaje activo, la valoración de los alimentos saludables y la adquisición de prácticas alimentarias positivas. En consecuencia, se confirma que los proyectos de aprendizaje contextualizados constituyen estrategias pedagógicas pertinentes para promover hábitos saludables desde la primera infancia, contribuyendo al logro del primer objetivo específico de la investigación.

En relación al segundo objetivo específico: Gestionar biohuertos escolares que promuevan los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas - Jaén.

La gestión del biohuerto escolar se desarrolló como una estrategia pedagógica orientada a promover la participación activa de los niños en la producción de alimentos saludables y fortalecer progresivamente sus hábitos alimenticios. Esta intervención surgió a partir de la necesidad identificada durante el diagnóstico inicial, donde se evidenció que los estudiantes tenían poco conocimiento sobre el origen de los alimentos que consumían, limitada disposición para ingerir verduras y escasa participación en actividades relacionadas con el cultivo y cuidado de plantas.

La implementación del biohuerto escolar permitió generar un espacio educativo donde los niños pudieron relacionarse directamente con la naturaleza mediante experiencias de exploración, observación, siembra, cuidado y cosecha de productos agrícolas. Estas actividades favorecieron aprendizajes significativos, debido a que los estudiantes dejaron de ser únicamente receptores de información para convertirse en protagonistas del proceso de producción de alimentos saludables. Al respecto, Kolb (1984) sostiene que el aprendizaje experiencial se desarrolla cuando los estudiantes participan en experiencias concretas, reflexionan sobre ellas y aplican lo aprendido en nuevas situaciones, permitiendo la construcción de conocimientos significativos.

La organización del biohuerto inició con la selección del espacio, preparación del terreno y elección de los productos que serían cultivados, considerando las características del contexto y los intereses de los niños. Durante esta etapa, los estudiantes participaron en la distribución de responsabilidades, elaboración de acuerdos y cuidado del espacio destinado al cultivo. Estas acciones fortalecieron la autonomía, responsabilidad y trabajo colaborativo. En relación con ello, Vygotsky (1978) afirma que el aprendizaje se construye mediante la interacción social y la participación del niño en actividades compartidas, donde la colaboración con sus compañeros y adultos permite alcanzar nuevos niveles de desarrollo.

Asimismo, estos resultados coinciden con Santiago et al. (2021), quienes evidenciaron que la implementación de huertos escolares fortalece la participación activa de los estudiantes y la comunidad educativa, debido a que estos espacios permiten aprender haciendo, promover hábitos alimenticios saludables y favorecer la responsabilidad ambiental. En la presente investigación, la gestión del biohuerto permitió que los niños asumieran compromisos relacionados con el cuidado de las plantas, demostrando interés y disposición para participar en cada una de las actividades propuestas.

Durante la preparación del terreno y la elaboración del biohuerto, los estudiantes participaron en actividades como remover la tierra, colocar semillas y organizar los espacios de cultivo. Estas experiencias permitieron desarrollar la curiosidad, la observación y la valoración del proceso de producción de alimentos. Según Piaget (1964), los niños construyen sus conocimientos mediante la interacción directa con los objetos y fenómenos de su entorno, por lo que las experiencias concretas favorecen el desarrollo del pensamiento y la comprensión de la realidad.

La selección y siembra de productos como lechuga, rabanito, zanahoria, cilantro y espinaca permitió que los niños reconocieran que los alimentos saludables provienen de la naturaleza y requieren cuidado para su crecimiento. Durante este proceso formularon preguntas, realizaron predicciones y observaron cambios en las plantas, fortaleciendo sus capacidades de indagación científica. Estos resultados guardan relación con Chocho et al. (2024), quienes determinaron que los huertos escolares favorecen el aprendizaje activo, incrementando los conocimientos sobre sostenibilidad alimentaria y promoviendo una mayor conciencia sobre la importancia de una alimentación nutritiva.

El cuidado permanente del biohuerto mediante actividades como el riego, limpieza y protección de las plantas permitió que los estudiantes desarrollaran responsabilidad y compromiso. Cada niño asumió pequeñas tareas de acuerdo con sus posibilidades, comprendiendo que el crecimiento de los cultivos dependía del cuidado constante. Al respecto, el Ministerio de Educación (2016) señala que las experiencias educativas deben promover la participación

activa de los estudiantes en situaciones reales que favorezcan el desarrollo de competencias vinculadas al cuidado del ambiente y la convivencia responsable.

De igual manera, Agudelo y Meléndez (2021) encontraron que los huertos escolares constituyen estrategias pedagógicas que favorecen aprendizajes significativos y permiten que los niños desarrollen habilidades relacionadas con la resolución de problemas, la autonomía y la conciencia ambiental. Estos aportes se evidenciaron en la presente investigación, debido a que los estudiantes mostraron mayor interés por proteger las plantas y comprendieron la importancia de producir alimentos naturales.

La cosecha del biohuerto representó una experiencia significativa para los niños, ya que observaron los resultados de su esfuerzo y reconocieron que las verduras cultivadas podían formar parte de su alimentación diaria. Durante esta actividad expresaron satisfacción, alegría y mayor aceptación hacia alimentos que anteriormente rechazaban. Estos resultados coinciden con Piñarete y Figueroa (2024), quienes evidenciaron que la implementación de huertas escolares incrementa el consumo voluntario de alimentos saludables, debido a que los niños desarrollan un vínculo más cercano con los productos cuando participan en su proceso de producción.

Asimismo, Ramos (2018) encontró que la incorporación de productos provenientes del biohuerto escolar en la alimentación infantil contribuye a mejorar el aporte nutricional de las loncheras y favorece cambios positivos en los hábitos alimenticios de los niños. En concordancia con ello, en esta investigación se observó que la participación directa en la cosecha y preparación de alimentos permitió mejorar la disposición de los estudiantes hacia el consumo de verduras.

Durante la gestión del biohuerto también se involucró a las familias mediante actividades de acompañamiento y apoyo en el cuidado de los cultivos. Esta participación permitió fortalecer la relación entre escuela y familia, favoreciendo la continuidad de prácticas saludables fuera del aula. Santiago et al. (2021) destacan que la participación familiar constituye un elemento importante en la sostenibilidad de los huertos escolares, debido a que permite fortalecer los aprendizajes y promover hábitos saludables en la comunidad educativa.

Sin embargo, durante la ejecución del biohuerto se presentaron algunas dificultades, principalmente relacionadas con la falta de experiencia inicial de los niños en actividades agrícolas, la necesidad de acompañamiento constante para asumir responsabilidades y la poca aceptación inicial de algunos vegetales. Estas situaciones fueron superadas progresivamente mediante la práctica permanente, el trabajo colaborativo y la participación activa en cada etapa del cultivo.

En síntesis, la gestión del biohuerto escolar permitió fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años mediante experiencias prácticas relacionadas con la producción, cuidado y consumo de alimentos saludables. Los resultados evidenciaron que el biohuerto constituye una estrategia pedagógica pertinente para desarrollar aprendizajes significativos, promover la responsabilidad ambiental y favorecer cambios positivos en las prácticas alimentarias desde la primera infancia, contribuyendo al logro del segundo objetivo específico de la investigación.

En relación con el objetivo general: Fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén, mediante los biohuertos escolares.

La implementación del biohuerto escolar permitió fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén, mediante experiencias pedagógicas basadas en la producción, cuidado y consumo de alimentos saludables. Para determinar los cambios generados después de la intervención, se compararon los resultados obtenidos en la ficha de observación de entrada y salida aplicada a los estudiantes.

Tabla 6

Comparación de los resultados de entrada y salida de la ficha de observación sobre hábitos alimenticios.

Dimensión	Ítems	Entrada (%) Siempre	Salida (%) Siempre	Variación (%)
Conocimiento de alimentos saludables	1. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	17 %	83 %	+66 %
	2. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	11 %	94 %	+83 %
	3. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	0 %	100 %	+100 %
	4. Reconoce y diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	0 %	94 %	+94 %
Hábitos alimenticios	5. Consume frutas y verduras como parte de su alimentación diaria.	17 %	78 %	+61 %
	6. Se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos.	0 %	100 %	+100 %
	7. Elige alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.	11 %	100 %	+89 %

Nota: Ficha de observación de entrada y salida aplicada a los niños de 4 años de la I.E.I. N.º097 Los Incas – Jaén.

La comparación de los resultados de la ficha de observación de entrada y salida evidenció mejoras favorables en las dos dimensiones evaluadas. En la dimensión conocimiento de alimentos saludables, el porcentaje de niños que siempre optaban por consumir alimentos saludables aumentó del 17 % al 83 %; aquellos que consumían alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria pasaron del 11 % al 94 %; quienes consumían alimentos saludables dentro y fuera de la institución educativa se incrementaron del 0 % al 100 %; y los niños que reconocían y diferenciaban los alimentos saludables de los alimentos poco saludables aumentaron del 0 % al 94 %.

Asimismo, en la dimensión de hábitos alimenticios, el porcentaje de niños que siempre consumían frutas y verduras como parte de su alimentación diaria aumentó del 17 % al 78 %; aquellos que se lavaban las manos antes y después de consumir sus alimentos pasaron del 0 % al 100 %; y los que elegían alimentos saludables en sus comidas y refrigerios se incrementaron del 11 % al 100 %. Estos resultados evidencian una evolución favorable en el conocimiento y la práctica de hábitos alimenticios saludables, lo que permite considerar que la

implementación del biohuerto escolar contribuyó al fortalecimiento de una alimentación más saludable en los niños de 4 años.

Los hallazgos encontrados permiten afirmar que el biohuerto escolar constituyó una estrategia pedagógica favorable para mejorar los conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la alimentación saludable. La mejora reflejada en la evaluación de salida demuestra que los estudiantes lograron reconocer y diferenciar los alimentos saludables de aquellos poco saludables, así como comprender la importancia de una alimentación adecuada. Asimismo, se observó una evolución favorable en la práctica de hábitos relacionados con el consumo de frutas y verduras, la higiene antes y después de consumir los alimentos y la elección de alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.

Estos resultados se fundamentan en la teoría del aprendizaje experiencial de Kolb (1984), quien sostiene que los estudiantes construyen aprendizajes significativos cuando participan en experiencias directas, reflexionan sobre ellas y aplican lo aprendido en situaciones reales. Desde esta perspectiva, las actividades desarrolladas en el biohuerto permitieron que los niños aprendieran mediante acciones concretas como la preparación del terreno, la siembra, el cuidado de las plantas, la cosecha y la preparación de alimentos saludables, generando una relación directa entre la experiencia práctica y la adquisición de hábitos alimenticios adecuados.

Por otro lado, la teoría sociocultural de Vygotsky (1978) respalda estos resultados al señalar que el aprendizaje se desarrolla mediante la interacción social y el contexto donde participa el niño. En la investigación, los estudiantes fortalecieron sus aprendizajes mediante actividades compartidas con sus compañeros, docente y familias, favoreciendo la cooperación, la responsabilidad y la construcción colectiva de conocimientos relacionados con una alimentación saludable.

Los resultados presentan relación con la investigación de Piñarete y Figueroa (2024), quienes evidenciaron que la implementación de huertas escolares favorece cambios positivos en los hábitos alimenticios infantiles, debido a que la participación directa en la producción de alimentos incrementa la aceptación de frutas y verduras. Esta situación se reflejó en la presente

investigación, donde los niños mostraron mayor interés por consumir los productos cultivados en el biohuerto, debido al vínculo generado durante el proceso de siembra, cuidado y cosecha.

De manera similar, Chocho et al. (2024) determinaron que los huertos escolares fortalecen los conocimientos sobre alimentación saludable mediante experiencias prácticas que favorecen el aprendizaje activo. En concordancia con ello, los niños participantes lograron comprender que los alimentos requieren un proceso de producción y cuidado, desarrollando mayor valoración hacia los productos naturales.

Asimismo, Santiago et al. (2021) concluyeron que el huerto escolar constituye una estrategia didáctica eficaz para promover la alimentación saludable, debido a que favorece el aprendizaje haciendo, la participación familiar y la formación integral de los estudiantes. Esta relación se evidenció en la presente investigación, ya que el acompañamiento de las familias y la participación activa de los niños contribuyeron al cuidado del biohuerto y al fortalecimiento de prácticas saludables.

Además, los resultados guardan relación con Ramos (2018), quien encontró que la incorporación de productos provenientes del biohuerto escolar favorece la mejora del aporte nutricional de la alimentación infantil y contribuye al desarrollo de hábitos saludables. En este estudio, la utilización de los productos cosechados en actividades como el Taller Mini Chef permitió que los niños experimentaran nuevas formas de consumir verduras y redujeran progresivamente el rechazo hacia estos alimentos.

Durante la ejecución del proyecto se presentaron algunas dificultades iniciales relacionadas con el desconocimiento sobre el origen de los alimentos, la poca aceptación de algunos vegetales y la necesidad de acompañamiento constante para asumir responsabilidades dentro del biohuerto. Sin embargo, estas situaciones fueron superadas mediante la aplicación continua de experiencias vivenciales, el trabajo colaborativo y la participación activa de los estudiantes, logrando cambios favorables en sus prácticas alimentarias.

En síntesis, los resultados evidencian que el biohuerto escolar representa una estrategia pedagógica pertinente para fortalecer los hábitos

alimenticios en educación inicial, porque integra conocimientos, experiencias prácticas y valores relacionados con la alimentación saludable. La mejora obtenida en la evaluación final confirma que la intervención permitió fortalecer el conocimiento y consumo de alimentos saludables en los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén, alcanzando satisfactoriamente el objetivo general de la investigación.

CONCLUSIONES

Al terminar este trabajo de investigación se concluye lo siguiente:

La planificación curricular basada en proyectos y sesiones de aprendizaje permitió incorporar actividades lúdicas, prácticas y reflexivas, lo que favoreció que niños de cuatro años adquirieran conocimientos sobre alimentación saludable. Mediante propuestas pedagógicas adaptadas a su contexto, se despertó en los pequeños un mayor interés y una participación más activa, facilitando el establecimiento de hábitos alimenticios positivos desde la primera infancia.

La gestión de biohuertos escolares es una estrategia pedagógica, efectiva para poner a los estudiantes en contacto directo con el origen de los alimentos y, cultivar en ellos un respeto por la naturaleza y una apreciación del trabajo agrícola. Al involucrarse personalmente en la siembra y el cuidado de las hortalizas, los niños han ido estableciendo un vínculo más fuerte entre su entorno natural y su propia salud, lo que, a su vez, los anima a adoptar hábitos alimenticios más nutritivos dentro y fuera del aula.

El biohuerto escolar se determinó que influye positivamente en el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en los niños, ya que promueve el consumo y valoración de alimentos naturales y nutritivos a través de experiencias vivenciales y participativas dentro del entorno educativo.

RECOMENDACIONES

Las docentes de educación inicial deben fortalecer la planificación a través de proyectos de aprendizaje contextualizados que incluyan experiencias vivenciales para atender a las demandas sociales del entorno de la institución educativa.

Recomendamos instalar en la Institución Educativa del nivel inicial el biohuerto escolar como estrategia pedagógica para mejorar los hábitos alimenticios de los niños, ya que permite vincular el aprendizaje con experiencias significativas y vivenciales.

Ante las dificultades identificadas durante la intervención, como la limitada variedad de alimentos proporcionados por el programa Qali Warma y el escaso conocimiento sobre alimentación saludable, se recomienda complementar la alimentación escolar mediante el cultivo de productos alternativos en el biohuerto. Igualmente, se propone a las docentes reforzar las experiencias de aprendizaje a través de actividades significativas y vivenciales que permitan a los niños comprender y practicar hábitos alimenticios saludables desde la primera infancia

REFERENCIAS

- Abarca, Z., Beteta, F. y Marcelo, E. (2021). *Hábitos alimenticios y rendimiento académico en el área de Ciencia y Tecnología en la Institución Educativa Inicial 345 San Isidro, Hermilio Valdizán-Leoncio Prado 2019*. [Tesis de titulación, Universidad Hermilio Valdizán]. <https://repositorio.unheval.edu.pe/item/a86440f1-45d6-4f28-bafe-3c2856175b68>
- Aguayo, L. y Costales, L. (2021). *Caracterización de la desnutrición infantil en Latinoamérica* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8428>
- Agudelo, J. y Meléndez, Y. (2021). *Prácticas de educación ambiental mediada por el huerto escolar que potencian el desarrollo infantil en los niños y niñas de pre-jardín y jardín*. [Tesis de licenciatura, Universidad La Salle]. <https://repository.unilasallista.edu.co/items/676ae7bd-d693-4462-b174-c8d6bf5961d2>
- Albito, T. (2015). *Hábitos alimenticios y su influencia en el estado nutricional de los adolescentes del bachillerato del colegio Diez de Noviembre, de la parroquia Los Encuentros, en el año 2014*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. Disponible en <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9197/1/Teresa%20Margarita%20Albito%20Carrillo.pdf>
- Almendra, R., Benítez, N., Fernández, T., Lozano, M., Valera, D. y Navarrete, E. (2020). Sistemas alimentarios sostenibles para una alimentación saludable. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 24(2), 87–89. <https://doi.org/10.14306/renhyd.24.2.1058>
- Alminar Colegio Internacional. (2022). *Beneficios de tener un huerto escolar*. <https://colegioalminar.es/beneficios-de-tener-un-huerto-escolar/>
- Alvarado, S. (2006). *Manual de biohuertos ecológicos para escolares*. Chusca Cultura Local Contemporánea. <https://isbn.cloud/9789972287909/manual-de-biohuertos-ecologicos->

para-escolares/

- Álvarez, K. (2023). *Hábitos alimentarios y estado nutricional en niños de 3 a 5 años de la Institución Educativa Inicial N.º 062 “Niños de la Natividad” del distrito de Baños del Inca, Cajamarca*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Cajamarca]. Disponible en <https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/5778/Tesis%20Karina%20Alvarez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aranceta, J. (2007). Ortorexia o la obsesión por la dieta saludable. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 20(2).
https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222007000400002&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Arévalo, D. (2022). *Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico de los niños de 4 a 5 años del CDI Mi Mundo de Colores, período lectivo 2020-202*. [Tesis de licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Disponible en <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22617>
- Baires, F., Henríquez, J. y Zelaya, C. (2009). *Influencia del proyecto huerto escolar en el desarrollo integral de niños y niñas del nivel tres de educación parvularia del Colegio Marie Paul* [Tesis de licenciatura, Universidad Francisco Gavidia].
<https://ri.ufg.edu.sv/jspui/bitstream/11592/7357/1/Influencia%20del%20proyecto%20huertos%20escolares.pdf>
- Basulto, J., Manera, M., Baladia, E., Miserachs, M., Pérez, R., Ferrando, C., Amigó, V., Babio, N., Mielgo, J., Roca, A., San Mauro, I., Martínez, R., Sotos, M., Blanquer, M. y Revenga, J. (2013). *Definición y características de una alimentación saludable*. Disponible en http://fedn.es/docs/grep/docs/alimentacion_saludable.pdf
- Botella, A., Hurtado, A. y Cantó, J. (2017). El huerto escolar como herramienta innovadora que contribuye al desarrollo competencial del estudiante universitario: Una propuesta educativa multidisciplinar. *Vivat Academia*, 139, 19–31. <https://doi.org/10.15178/va.2017.139.19-31>
- Bravo, D. y Concepción, M. (2012). *Fundamentos de la educación inicial*. Revista

- Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana, 57.
<https://formaciondocentesabatinodinarte.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/10/fundamentos-de-la-educacion-inicial.pdf>
- Bustos, N. (2020). *Huertos escolares y su importancia en la educación escolar*. Universidad de Chile. Disponible en <https://uchile.cl/noticias/178128/huertos-escolares-y-su-importancia-en-la-educacion-escolar>
- Caicedo, D., Cuasquer, L. y González, E. (2024). La huerta escolar como estrategia pedagógica para fortalecer la seguridad alimentaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5). Disponible en <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/14264/20411/>
- Carrasco, N. (2004). *Definición y características de una alimentación saludable* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona]. Disponible en <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/5506/nch1de1.pdf>
- Castrillón, I. y Giraldo, O. (2013). *Prácticas de alimentación y conductas alimentarias en niños de 3 a 10 años*. Universidad CES.
- Ccoriñaupa, J. y Díaz, J. (2025). *Biohuerto educativo para desarrollar la conciencia ambiental en estudiantes de Institución Educativa Esmeralda de los Andes, Huanta, Ayacucho, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle]. <https://repositorio.une.edu.pe/bitstreams/61cddc78-cb17-460c-b1be-691a064d28c5/download>
- Cervera, F., Serrano, R., Daouas, T., Delicado, A. y García, M. (2014). Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria tunecina. *Nutrición Hospitalaria*, 30(6). Disponible en <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2014.30.6.7954>
- Chocho, M., Neyra, S., Arévalo, T., Pacheco, M. y Ramos, M. (2024). Alimentación saludable mediante el cultivo de huertos escolares con la metodología de aprendizaje basado en proyectos. Disponible en <https://doi.org/10.5281/zenodo.13901161>

- Contreras, J. (2005). Alimentación y cultura: Reflexiones desde la antropología. *Revista Chilena de Antropología*, 11, 95–111. <https://revistas.uchile.cl/index.php/RCA/article/download/17643/18408/0>
- Cornelio, E. (2019). Bases fundamentales de cultura de paz. *Revista Eirene Estudios de Paz y Conflictos*, 2(3). Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7989889>
- Cuenca, M., Jiménez, D., España, V., Artero, E., Castro, J., Ortega, F., Ruíz, J. y Castillo, M. (2011). Condición física relacionada con la salud y hábitos de alimentación en niños y adolescentes: Propuesta de addendum al informe de salud escolar. *Revista de Investigación en Educación*, 9(2), 35–50. <https://revistas.uvigo.es/index.php/reined/article/download/1888/1799/3646>
- Damián, N. y Bravo, E. (2021). Conciencia ambiental e implementación del biohuerto. *Revista IGOBERNANZA*, 4(15), 15–32. Disponible en <https://doi.org/10.47865/igob.vol4.2021.124>
- Díaz, M. (2020). *Hábitos alimenticios en la primera infancia: Una estrategia educativa desde el arte culinario* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Javeriana]. Disponible en <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/52654/Habitos%20alimenticios%20en%20la%20primera%20infancia.pdf>
- Dirección Regional de Educación de Cajamarca. (2023). *I balance semestral 2023: Resultados de aprendizajes*. Disponible en <https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjojOWQ3NjU4MmItZmYyZi00ZjBhLWJlMzEtZjAwOTlwNDZlYjI2OGQ3LTgwMjQtNDc0MC04ZWQyLTNkNTZhNzNmNDBhNiJ9>
- Doylet, Y. (2020). *Esquema de alimentación de cuidadores en niños de 1-10 años con parálisis cerebral infantil en el Centro Integral de Equitación* [Tesis de maestría, Universidad Estatal de Milagro]. <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/5247/1/TESIS-%20YAIRA%20DOYLET.pdf>
- Estrada, M. y Garay, T. (2025). *Biohuerto escolar como estrategia para promover*

- la conciencia ambiental en niños de 5 años de una institución educativa, Trujillo, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Disponible en <https://repositorio.upao.edu.pe/item/2ad3a856-cc56-4075-8498-937a10b46f18>
- Flores, A. (2022). *¿Qué es un biohuerto? Aliméntate con los mejores insumos sin salir de casa*. Future of People. <https://www.crehana.com/blog/estilo-vida/que-es-un-biohuerto/>
- Fondo Nacional de Desarrollo de la Educación Peruana. (2019). *Nuestro biohuerto: Un mundo maravilloso para aprender*. Disponible en <https://fondep.gob.pe/red/proyecto/nuestro-biohuerto-un-mundo-maravilloso-para-aprender>
- Freire, H. (2011). *Educar en verde: Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza*. Graó.
- Gómez, P. (2014). *El aprendizaje experiencial*. Disponible en https://www.ecominga.uqam.ca/PDF/BIBLIOGRAPHIE/GUIDE_LECTURE_5/1/3.Gomez_Pawelek.pdf
- González, B. (2016). *Huertos escolares pedagógicos en la escuela primaria*. <https://www.uv.mx/hab/files/2021/11/Huertos-escolares-pedagogicos-en-escuelas-primarias.pdf>
- Gopnik, A. (2012). Pensamiento científico en niños pequeños: avances teóricos, investigación empírica e implicaciones políticas. *Science*, 337(6102), 1623–1627. <https://doi.org/10.1126/science.1223416>
- Gozalbo, E., Aragon, L., & Ortega-Cubero, I. (2020). Los jardines como contextos de aprendizaje de ciencias en las distintas etapas educativas: Evaluación del aprendizaje basada en las representaciones gráficas de los estudiantes. *Frontiers in Psychology*, 11, 2226.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, F. (2025). *12 alimentos que estimulan el cerebro y la inteligencia de los niños*. <https://www.guiainfantil.com/articulos/alimentacion/ninos/10-alimentos-para-el-desarrollo-cerebral-de-tu-hijo/>

- Leuba, A., Meyer, A., Kakebeeke, T., Stülz, K., Arhab, A., Zysset, A., Leeger-Aschmann, C., Schmutz, E., Kriemler, S., Jenni, O., Puder, J., Munsch, S. y Bürgy, N. (2022). La relación entre el estilo de crianza y el comportamiento alimentario en niños preescolares. *BMC Psychology*, 10, 275.
- López, D., Espinoza, U. y Chacón, J. (2020). El biohuerto como recurso pedagógico y aprendizaje de la biodiversidad en instituciones educativas. *Revista Conrado*, 16(76), 199–206. Disponible en <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n76/1990-8644-rc-16-76-199.pdf>
- Maldonado, D. y Pinzón, L. (2016). *La huerta escolar como medio para el desarrollo de competencias científicas y ciudadanas en estudiantes de un colegio público en Bogotá*. [Tesis de maestría, Universidad de La Sabana]. Disponible en <https://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/server/api/core/bitstream/s/a63e7202-de9a-48dd-9076-e997b3c23a19/content>
- Marín, C., Morales, Y. y Ramírez, L. (2017). *La huerta escolar: Un escenario de interacción que permite al docente acompañar el desarrollo del pensamiento científico de los niños de jardín del Hogar Infantil Gus Gus*. [Tesis de licenciatura, Universidad de San Buenaventura]. <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/f58b710b-53e4-4c93-9652-e427ae83cac4/content>
- Mashicach, D. (2023). *Biohuerto escolar para el aprendizaje de actitudes ambientales en niños de la Institución Educativa Inicial N.º 344*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza]. <https://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14077/3221/Mashicach%20Tsajuput%20Denisse.pdf>
- Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social. (2015). *Implementación de huertos escolares como espacios pedagógicos y promoción de alimentos saludables*. https://www.uv.mx/hab/files/2021/11/Cultivando-aprendizajes-en-el-huerto-escolar_guia-metodologica.pdf
- Ministerio de Educación de El Salvador. (2009). *El huerto escolar: Orientaciones para su implementación*. <https://www.fao.org/3/am275s/am275s00.pdf>

- Ministerio de Educación del Perú. (2016). *Currículo nacional de la educación básica*. <https://minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú. (2016). *Currículo nacional de la educación básica*. Ministerio de Educación del Perú. <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/4551>
- Ministerio de Educación del Perú. Dirección General de Educación Básica Regular. (2017). *Programa curricular de educación inicial*. Ministerio de Educación del Perú. Disponible en <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/4548>
- Montaleza, D. (2022). *Educación alimentaria y nutricional en infantes de 4 a 5 años paralelo A del “CEI Rita Chávez de Muñoz”, Cuenca-Ecuador*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Educación]. <http://repositorio.unae.edu.ec/bitstream/56000/2756/1/Educaci%C3%B3n%20Alimentaria%20y%20Nutricional%20en%20infantes%20de%204%20a%205%20a%C3%B1os%20paralelo%20A%20del%20CEI%20Rita%20Ch%C3%A1vez%20de%20Mu%C3%B1oz%20Cuenca%20-Ecuador.pdf>
- Muñoz, L. (2020). *Agrohuerto: Todo sobre huertos*. Disponible en <https://www.agrohuerto.com/5-clasificaciones-de-huertos/>
- Nole, C. (2021). *Efectividad de una intervención educativa sobre loncheras en cuidadores de preescolares de una institución educativa inicial N.°161*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/4776/NOLE%20CHACALIAZA%20CAROLINE%20WENDY%20%20-%20TITULO%20PROFESIONAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2006). *Crear y manejar un huerto escolar: Un manual para profesores, padres y comunidades*. <https://www.fao.org/3/a0218s/a0218s.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2009). *El huerto escolar: Orientaciones para su implementación*. <https://www.fao.org/4/am275s/am275s00.pdf>

- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2019). *Dietas saludables y sostenibles: Principios rectores*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241516648>
- Organización Mundial de la Salud. (1946). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/SP/constitucion-sp.pdf?ua=1>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Alimentación saludable*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Normas para una alimentación saludable, actividad física, comportamiento sedentario y sueño en entornos de educación y cuidado de la primera infancia: Un conjunto de herramientas*. Disponible en <https://iris.who.int/items/36810c9c-7b54-4e46-9f6a-cb678b8b892d>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Pautas de alimentación saludable, actividad física, comportamiento sedentario y sueño para la educación y atención a la primera infancia: Conjunto de herramientas*. Disponible en <https://iris.who.int/handle/10665/352618>
- Organización Mundial de la Salud. (2026). *Alimentación saludable*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Paz, P. (2015). *Alimentación, higiene y salud: Manual para maestros*. Universidad Internacional de La Rioja. Disponible en <https://reunir.unir.net/handle/123456789/4811>
- Piñarete, C. y Figueroa, P. (2024). *Importancia de las huertas escolares como una estrategia para el consumo de alimentos saludables en un hogar infantil de la primera infancia de Bogotá-Colombia*. [Tesis de licenciatura, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo]. <https://www.redalyc.org/journal/3613/361377959005/html/>
- Quijano, R. (2012). *Los biohuertos*. Disponible en http://losbiohuertos.blogspot.com/2012/07/los-biohuertos-el-biohuerto-es-un_31.html
- Quispe, P. (2018). *El biohuerto escolar: Un espacio de aprendizaje en la*

- Institución Educativa Pública N.º 30303 de Racracalla*. [Tesis de segunda especialización, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/171654cf-c751-4eb1-86e5-b66f710fbee0/content>
- Ramos, C. (2018) *Evaluación de la lonchera escolar, con alimentos cultivados en el biohuerto escolar, y su influencia con el estado nutricional de los niños de tres y cuatro años de la institución educativa “San Benito de Palermo” Buenos Aires Cayma, Arequipa*. 2018. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <https://repositorio.unsa.edu.pe/items/ff25f829-1d26-4d80-b0b0-96e74ed06573>
- Redal, L. (2015). *El huerto escolar: Sembrando educación ambiental*. El Mundo Ecológico. Disponible en <https://www.elmundoecologico.es/el-huerto-escolar-sembrando-educacion-ambiental/>
- Regader, B. (2015). *La teoría sociocultural de Lev Vygotsky: Profundizamos en la influencia del entorno sociocultural en el desarrollo cognoscitivo de los niños*. Psicología y Mente. <https://psicologiymente.com/desarrollo/teoria-sociocultural-lev-vygotsky>
- Restrepo, B. (2005). *Aprendizaje basado en problemas (ABP): Una innovación didáctica para la enseñanza universitaria*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2040741>
- Roberts, M., Tolar-Peterson, T., Reynolds, A., Wall, C., Reeder, N. y Rico Méndez, G. (2022). Los efectos de las intervenciones nutricionales en el desarrollo cognitivo de niños preescolares: Una revisión sistemática. *Nutrients*, 14(3), 532.
- Romero, M. y Peña, F. (2023). *Loncheras saludables y su relación con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la Institución Educativa Integrada N.º 15-20347*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Disponible en <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/7863/TESIS%20ok-DE-ROMERO-VILLARREAL-Y->

CAURINO.pdf?sequence=8&isAllowed=y

- Ruiz, A. (2020). *La importancia de implementar la alimentación como hábito saludable en el ámbito escolar*. Disponible en <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/41283/1/TFG-B.%201480.pdf>
- Saldívar, M. (2021). *Hábitos saludables y el desarrollo intelectual en los niños de 5 años de la Institución Educativa N.º 073 Cuna Jardín del distrito San Juan de Lurigancho, Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. Disponible en <https://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14067/5709/SALDIVAR%20CARRASCO%20MONICA%20ROSSANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Torres, L. (2022). *Biohuerto escolar y las actitudes ambientales en la Institución Educativa N.º 16024, Cajamarca, 2022*. [Tesis de titulación, Universidad Nacional Enrique Guzmán y Valle]. <https://repositorio.une.edu.pe/entities/publication/43ee99f2-b232-4881-8eed-faec7a6a7e10>
- UNICEF. (2019). *Estado mundial de la infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición: Crecer bien en un mundo en transformación*. UNICEF. Disponible en <https://www.unicef.org/media/62486/file/Estado-mundial-de-la-infancia-2019.pdf>
- UNICEF. (2021). *Alimentación para el fracaso: La crisis de la alimentación infantil en la primera infancia*. UNICEF.
- Varón, D. y Barboza, D. (2020). *Estudio de las preferencias y hábitos de consumo de loncheras saludables para niños en la etapa preescolar y escolar en la ciudad de Cali*. [Tesis de titulación, Universidad Autónoma de Occidente]. <https://red.uao.edu.co/server/api/core/bitstreams/3f50be7a-99be-4065-8919-0a12ab84e3bc/content>
- Vásquez, C. (2012). *La alimentación escolar como oportunidad de aprendizaje infantil*. Disponible en <https://www.gov.br/abc/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/documentos/la-alimentacion-escolar-como-oportunidad-de-aprendizaje-infantil-peru.pdf>

- Vázquez, R. (2023). Consenso de alimentación complementaria de la Sociedad Latinoamericana de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica: COCO 2023. *Revista de Gastroenterología de México*, 88(1), 1–82. <https://www.revistagastroenterologiamexico.org/es-consenso-alimentacion-complementaria-sociedad-latinoamericana-articulo-S0375090622001318>
- Vidal, M. y Rivera, N. (2007). Investigación-acción. *Educación Médica Superior*, 21(4). <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v21n4/ems12407.pdf>
- Wells, N., Todd, L., Henderson, C., Myers, B., Barale, K., Gaolach, B., Ferenz, G., Aitken, M., Hendrix, L., Taylor, C. y Wilkins, J. L. (2023). Los efectos de los huertos escolares en el consumo de frutas y verduras en la escuela: Un ensayo controlado aleatorizado con escuelas primarias de bajos ingresos en cuatro estados de EE. UU. *Preventive Medicine Reports*, 31.
- Willemsen, A., Wiggins, S. y Cromdal, J. (2023). Las comidas y los hábitos alimenticios de los niños pequeños en la educación y el cuidado de la primera infancia: Una revisión exploratoria de 30 años de investigación educativa. *Educational Research Review*, 38, 100503.

ANEXOS

Anexo 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA DE LA INVESTIGACIÓN

TÍTULO: Biohuertos escolares y hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 097 – Jaén.

PROBLEMA	OBJETIVOS	CAMPOS DE ACCIÓN	ACCIÓN GENERAL	ACTIVIDADES ESPECÍFICAS	METODOLOGÍA
¿Cómo fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén mediante biohuertos escolares?	OBJETIVO GENERAL: Fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas - Jaén, mediante los biohuertos escolares. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: • Optimizar la planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje orientados al fortalecimiento de hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas – Jaén.	Proyectos de aprendizaje	Planificación y ejecución de proyectos de aprendizaje	- Coordinación con las autoridades de la Institución educativa. - Análisis de programación inicial y priorización de proyectos de aprendizaje – 4 años. - Recolección de información previa sobre los hábitos alimenticios de los infantes. - Elaboración e implementación de proyectos y sesiones de aprendizaje. - Ejecución de los proyectos y sesiones de aprendizaje. - Evaluación y reflexión crítica de las actividades realizadas.	TIPO DE INVESTIGACIÓN Investigación Acción Educativa FASES DE LA INVESTIGACIÓN • Identificación del problema • Elaboración de planes de acción. • Ejecución colaborativa de intervenciones. • Recopilación de datos mediante observación. • Reflexión crítica sobre los resultados alcanzados • Evaluación de las acciones. • Difusión de resultados. (Kurt Lewin) PARTICIPANTES • 1 docente • 20 estudiantes de 4 años del nivel inicial.

	• Gestionar biohuertos escolares que promuevan los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N°097 Los Incas - Jaén.	Biohuertos escolares	Gestión de Biohuertos escolares	- Búsqueda de terreno para la creación del biohuerto. - Preparación del terreno para la creación de biohuertos. - Diseño de biohuertos. - Siembra de las semillas en el biohuerto. - Designación de responsabilidades. - Talleres de cocina saludables utilizando productos del biohuerto. - Monitoreo del estado del biohuerto. - Observación y aprendizajes de los niños en los biohuertos. - Jornadas para el mantenimiento y limpieza del biohuerto. - Realización de una feria escolar donde los niños muestren los productos cosechados y compartan recetas saludables. - Evaluación del impacto de los biohuertos en los hábitos alimenticios de los niños. - Evaluación de las actividades realizadas.	
--	--	----------------------	---------------------------------	---	--

Anexo 2
PLAN DE ACCIÓN

OBJETIVO ESPECÍFICO 1: Optimizar la planificación de proyectos de aprendizaje para fortalecer los hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 097 - Jaén.			
Acción General	Actividades específicas	Fecha	Técnicas y procedimientos para el control y registro de información
Optimización de planificación de proyectos de aprendizajes.	Coordinación con las autoridades de la Institución educativa.	Septiembre	Registro fotográfico Acta de acuerdo
	Análisis del Programa Curricular Inicial y priorización de proyectos de aprendizaje en la programación anual – 4 años.	Septiembre	Carpeta pedagógica
	Recolección de información previa sobre los hábitos alimenticios de los infantes.	Septiembre	Registro fotográfico
	Elaboración e implementación de proyectos y sesiones de aprendizaje.	Septiembre a noviembre	Carpeta pedagógica
	Ejecución de los proyectos y sesiones de aprendizaje.	Septiembre a noviembre	Carpeta pedagógica Registro fotográfico
	Evaluación y reflexión crítica de las actividades realizadas.	Septiembre a noviembre	Matriz de evaluación de logros y dificultades

OBJETIVO ESPECÍFICO 2: Gestionar biohuertos escolares para promover la alimentación saludable de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 097 - Jaén.			
Acción General	Actividades específicas	Fecha	Técnicas y procedimientos para el control y registro de información
Gestión de biohuertos escolares para promover alimentación saludable.	Búsqueda de terreno para la creación de biohuertos.	Setiembre	Registro fotográfico
	Preparación del terreno para la creación de biohuertos.	Setiembre	Registro fotográfico
	Diseño de biohuertos.	Setiembre	Registro fotográfico
	Siembra de las semillas en el biohuerto.	Setiembre	Calendario de cultivo Registro fotográfico
	Designación de responsabilidades.	Setiembre	Matriz de responsabilidades
	Talleres de cocina saludables utilizando productos del biohuerto.	Octubre	Registro fotográfico
	Monitoreo del estado del biohuerto.	Setiembre a noviembre	Diario de observaciones

	Observación y aprendizajes de los niños en los biohuertos.	Setiembre a noviembre	Fichas de observación
	Jornadas familiares para el mantenimiento y limpieza del biohuerto.	Octubre	Registro fotográfico
	Realización de feria escolar donde los niños muestren los productos cosechados y compartan recetas saludables.	Noviembre	Registro fotográfico
	Evaluación del impacto de los biohuertos en los hábitos alimenticios de los niños.	Noviembre	Observación directa Registros fotográficos
	Sostenibilidad y expansión del proyecto.	Noviembre	Plan de expansión
	Evaluación de las actividades realizadas.	Noviembre	Matriz de evaluación del sembrado de plantas.

Anexo 3

CUESTIONARIO PARA PADRES DE FAMILIA DE LA I. E. I. "LOS INCAS" N°097 - MORRO SOLAR – JAÉN

Nombre y apellidos: _____

Fecha: _____-Edad: _____

Objetivo: Recoger información acerca de los hábitos alimenticios que practican en el hogar los niños(as).

1. **¿Con qué frecuencias consume su niño verduras?**
 - a) Siempre.
 - b) Casi siempre.
 - c) Nunca.
 - d) A veces.
2. **¿Cuántas comidas principales (desayuno, almuerzo, cena) consume su hijo diariamente?**
 - a) I
 - b) I, II.
 - c) I, II, III.
 - d) III a más.
3. **¿Cuántos refrigerios al día consume su hijo?**
 - a) Ninguno.
 - b) Uno.
 - c) Dos.
 - d) Tres o más.
4. **¿A qué hora suele consumir su hijo la primera comida del día?**
 - a) Antes de las 7 a.m.
 - b) Entre las 7 am y las 9 a.m.
 - c) Después de las 9 a.m.
5. **¿Qué tipo de bebidas consume su hijo con mayor frecuencia?**
 - a) Agua.
 - b) Jugos naturales.
 - c) Jugos artificiales.
 - d) Refrescos.
 - e) Leche.
 - f) Bebidas deportivas.
6. **¿Qué tipo de proteínas consume su hijo con más frecuencia?**
 - a) Carne de res
 - b) Pollo
 - c) Pescado
 - d) Huevos
 - e) Legumbres (frijoles, lentejas, etc.)
 - f) Otros.
7. **¿Considera que su hijo tiene una alimentación balanceada?**
 - a) Sí.
 - b) No.

8. ¿Ha recibido su hijo educación sobre alimentación saludable en la escuela?
- a) Si.
 - b) No.
9. ¿Conoces cómo debe ser un plato saludable y balanceado para cada tiempo de comida?
- a) Si.
 - b) No.
10. ¿Ha recibido información sobre el valor nutricional de los alimentos que brinda el programa (Qali Warma)?
- c) Si.
 - d) No.

Anexo 4

TABLAS DE RESULTADOS PRIORIZADAS DE CUESTIONARIO APLICADOS A PADRES DE FAMILIA DE LA I. E. I. “LOS INCAS” N°097 - MORRO SOLAR – JAÉN

Tabla 1

Consumo de verduras

VALORACIÓN	f	%
Siempre	3	19 %
Casi siempre	5	31 %
Nunca	7	44 %
A veces.	1	6 %
TOTAL	16	100 %

Nota: Resultados cuestionario aplicados el 10/06/2024 al 14/06/2024 a padres de familia de la I.E.I N°097 “Los Incas” – Morro Solar.

La tabla 1 refleja una preocupante realidad en cuanto al consumo de verduras por parte de los niños en sus hogares. Si bien un 19 % de los niños tiene el hábito de consumir verduras siempre y un 31 % lo hace casi siempre, la mayoría presenta un consumo insuficiente. El dato más alarmante es que un 44 % de los niños nunca consume verduras, mientras que un 6 % lo hace solo ocasionalmente. Esto evidencia que más de la mitad de los niños no tienen incorporado el consumo de verduras como parte de su alimentación habitual. Estos resultados subrayan la necesidad urgente de implementar estrategias educativas y prácticas en la comunidad escolar que promuevan la adopción de hábitos alimenticios saludables, especialmente el consumo regular de verduras, esenciales para el crecimiento y desarrollo de los niños.

Tabla 2

Consumo de bebidas

TIPO DE BEBIDAS	f	%
Aguas	1	6 %
Jugos naturales	1	6 %
Jugos artificiales	12	75 %
Refrescos	1	6 %
Leche	1	6 %
Bebidas deportivas	0	0 %
TOTAL	16	100 %

Nota: Resultados cuestionario aplicados el 10/06/2024 al 14/06/2024 a padres de familia de la I.E.I N°097 “Los Incas” – Morro Solar.

La tabla 2 refleja los resultados del cuestionario sobre el consumo de diferentes tipos de bebidas por parte de los niños en sus hogares. Los datos indican que la mayoría de los niños, un 75 %, consume “jugos artificiales”, lo que sugiere una preferencia o disponibilidad predominante de este tipo de bebidas, a menudo con alto contenido de azúcares y aditivos. Por otro lado, el consumo de opciones más saludables, como “agua” y “jugos naturales” es

significativamente bajo, representando cada uno únicamente un “6 %”. De igual manera, el consumo de “refrescos” y “leche” también es del “6 %”, mientras que las “bebidas deportivas” no son consumidas en absoluto. Estos resultados reflejan un patrón de consumo que prioriza bebidas poco nutritivas sobre opciones más saludables como el agua, los jugos naturales o la leche. Esto evidencia la necesidad de sensibilizar a los padres y promover en la comunidad escolar hábitos de hidratación más saludables, dado el impacto directo de las bebidas en la nutrición y el bienestar de los niños.

Anexo 5

DIARIOS DE CAMPO N° 01

<i>Fecha: 20 de mayo del 2024</i> <i>Hora: 10:25 a.m.</i> <i>IEI: 097 Los incas</i> <i>Aula de 4 años</i>	
Hechos	Análisis e interpretación
Momento de refrigerio. Durante la lonchera, se les pregunta a los niños, ¿Quiénes desean consumir los alimentos brindados por el programa Qali Warma?, “resaltando que este día tocó avena con galletas”, en su mayoría responden que prefieren lo que llevan en sus loncheras. Al momento de abrirlas para sacar los alimentos se evidenció la presencia de comida chatarra como: galletas, chizitos y jugos artificiales, “Kimberly tenía la lonchera llena de golosinas y al preguntarle menciona que, el día anterior asistió a un cumpleaños y que su mamá le dijo que lleve al jardín para compartirlo con sus compañeros”, este suceso hizo que los niños que en su minoría tenían alimentos nutritivos como frutas, huevo y demás, deje de lado los alimentos y opten por consumir lo que su compañera les invitó, una vez terminado el momento de refrigerio los niños acuden a jugar.	Categoría: Ausencia de alimentos nutritivos en las loncheras. Según lo observado podemos decir que los niños rechazan el consumo de alimentos como la avena y galletas que brinda el programa de alimentación Qali Warma, también la falta de conciencia por parte de los adultos encargados de la elaboración de loncheras desde los hogares, a su vez destacamos la influencia social en las elecciones alimenticias de los niños, donde la presencia de comida chatarra en las loncheras de algunos compañeros afecta la decisión de los demás, por esta razón es fundamental promover y educar sobre nutrición desde las edades tempranas.

DIARIOS DE CAMPO N° 02

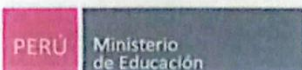
<i>Fecha: 21 de mayo del 2024</i> <i>Hora: 10:25 a.m</i> <i>IEI: 097 los incas</i> <i>Aula de 4 años</i>	
Hechos	Análisis e interpretación
Durante el refrigerio Los niños ingresan a la institución educativa en horas de 7:30 a.m a 8:a.m, los que llegan antes tienen que esperar para que vayan llegando el resto de compañeros, María de 4 años tiene entre sus manos una cajita de jugo artificial de durazno, y procede a tomarlo, al realizarle la pregunta, ¿Por qué estas tomando frugos a esta hora?, la niña responde que despertó tarde y su mamá no tuvo tiempo para prepararle el desayuno. Entonces por deducción podemos decir que dicho alimento era su desayuno del día. Joel, que acababa de llegar al ver a María tomando el jugo procedió a sacar de su lonchera	Categoría: consumo de alimentos no saludables como desayuno. Según lo observado podemos deducir que la falta de organización de tiempo por las mañanas, conlleva a que los padres tomen decisiones alimenticias poco saludables en los niños, como optar por jugos artificiales y galletas como desayuno, por esta razón consideramos que es esencial educar sobre la importancia de un desayuno nutritivo y equilibrado que garantice un adecuado rendimiento físico y cognitivo no solamente en las jornadas escolares sino también en todo el día.

un jugo artificial y una galleta de vainilla, a este suceso se unieron dos niños más pidiendo que les compartan como se evidencia en las imágenes, finalmente la docente tocó la campana y se empezó con las actividades del primer bloque.	
---	--

DIARIOS DE CAMPO N° 03

<i>Fecha: 21 de mayo del 2024</i> <i>Hora: 10:25 a.m</i> <i>IEI: 097 los incas</i> <i>Aula de 4 años</i>	
Hechos	Análisis e interpretación
Durante el refrigerio Hoy se evidencio otro tipo de comida por parte de programa Qali Warma, (tallarines y pollo enlatado) ,los niños muestran interés por esta comida ya que en su mayoría la aceptan pero se puede observar que es un alimento que carece de la presencia de verduras y que además la cantidad de carbohidrato es mayor a la cantidad de proteína siendo un refrigerio que no contribuye a una alimentación saludable. En cuanto a los niños que llevan loncheras desde los hogares, se observa la presencia de papas fritas, pan con hot dog, jugos artificiales, cereales procesados entre otros.	Categoría: Ausencia de un refrigerio balanceado. Es fundamental garantizar una alimentación saludable y equilibrada para los niños, tanto en los programas de alimentación escolar, como en las loncheras que traen desde sus casas, así como promover la incorporación de vegetales y el equilibrio entre los diferentes grupos de alimento, la colaboración entre las familias, comunidad y escuela es clave para mejorar la calidad nutricional de los niños.

Anexo 6



VICARIATO APOSTÓLICO
"SAN FRANCISCO JAVIER"
JAÉN



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PROFESIONAL PÚBLICA
"VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE"
JAÉN

SOLICITAMOS APROBACIÓN DE PROYECTO DE TESIS

Mag. Juan Carlos Saavedra Montenegro.

SEÑOR DIRECTOR GENERAL DE LA EESSPP "VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE"- JAÉN.

Ciudad.

Nosotros (as)

ALTAMIRANO RUBIO, HEYDI NAYELI CON DNI N° 60054717

DELGADO FERNÁNDEZ, LEYDI MARITZA CON DNI N° 47499751

RUIZ MONTENEGRO, GREYLA DEL PILAR CON DNI N° 71119481



Estudiantes del Programa de Estudios de Educación Inicial manifestamos que, habiendo concluido y sustentado nuestro proyecto de investigación denominado: **"BIOHUERTOS ESCOLARES Y HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS NIÑOS DE 4 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 097 – JAÉN"**, SOLICITAMOS la aprobación de nuestro Proyecto de Investigación con Resolución Directoral; a fin de quedar expedito para su ejecución. Se adjunta un ejemplar impreso y el Informe de Aprobación del Proyecto de Tesis por el docente de Investigación.

POR LO EXPUESTO:

Solicitamos a usted señor director general, derive a quien corresponda atender nuestra solicitud.

Jaén, 09 de agosto del 2024.

Heydi Nayeli Altamirano Rubio
DNI: 60054717

Delgado Fernandez Leydi Maritza
DNI: 47499751

Greylla Del Pilar Ruiz Montenegro
DNI: 71119481



PERÚ

Ministerio
de EducaciónVICARIATO APOSTÓLICO
"SAN FRANCISCO JAVIER"
JAÉNVICARIATO DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN
"VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE"
JAÉNSOLICITAMOS CARTA DE PRESENTACIÓN
PARA DESARROLLAR PROYECTO DE TESIS

Señor: Dr. Juan Carlos Saavedra Montenegro

DIRECTOR DE GENERAL DE LA EESPP "VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE"

Nosotros: Altamirano Rubio Heydi Nayeli identificado con DNI N° 60054717,
Delgado Fernández Leydi Maritza identificado con DNI 47499751, Ruiz Montenegro
Greyla Del Pilar identificado con DNI 71119481 ante Ud. nos presentamos y
exponemos lo siguiente:

Que teniendo que ejecutar nuestro proyecto de tesis denominado:
Biohuertos escolares y hábitos alimenticios de los niños de 4 años de la Institución
Educativa Inicial N° 097 – Jaén, con fines de obtención del título profesional de
licenciado en educación, SOLICITAMOS a Ud., una CARTA DE PRESENTACIÓN
dirigida al director de la IE N° 097, Los Incas del sector Morro Solar, Jaén), en la
cual se ejecutará nuestro proyecto de investigación.

Por lo expuesto, rogamos a usted acceder a nuestra solicitud.

Jaén, 21 de agosto de 2024.

Firma y post firma
DNI: 60054717
Celular: 943816120Firma y post firma
DNI: 47499751
Celular: 930867161Firma y post firma
DNI: 71119481
Celular: 902496214

Anexo 7

CONSTANCIA EMITIDA POR LA INSTITUCIÓN QUE ACREDITA LA REALIZACIÓN DEL ESTUDIO.



IEI N°097 "LOS INCAS" – MORRO SOLAR - JAÉN

Jaén, 12 de septiembre de 2024.

Señoritas:

- ALTAMIRANO RUBIO, HEIDY NAYELI
- DELGADO FERNANDEZ, LEYDI MARITZA
- RUIZ MONTENEGRO, GREYLA DEL PILAR

Estimadas investigadoras:

Por medio de la presente, en mi calidad de directora de la IE N°097 "Los Incas" – Jaén, tengo el agrado de autorizar formalmente para que lleve a cabo la investigación titulada: **"BIOHUERTOS ESCOLARES Y HABITOS ALIMENTICIOS DE LOS NIÑOS DE 4 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N°097 - JAÉN"**, en nuestra institución.

Dicha investigación, que se enmarca en el campo de la Educación Inicial, contribuirá a fortalecer los hábitos alimenticios y a la mejora de las prácticas educativas en beneficio de nuestros estudiantes. Estamos comprometidas con la investigación y el avance de la ciencia, y por ello, consideramos de suma importancia apoyar estudios que puedan aportar beneficios a la comunidad educativa.

Se le brindará acceso a las instalaciones y a la información relevante, siempre y cuando se mantenga la confidencialidad de los datos personales de los estudiantes y se respeten las normativas vigentes en cuanto a ética en la investigación. Asimismo, se le solicita coordinar previamente con los responsables de las áreas pertinentes para asegurar que las actividades de investigación no interfieran con el normal desarrollo de las actividades académicas.

Quedamos a su disposición para cualquier consulta adicional y les deseamos éxito en la realización de su investigación.

Atentamente,

IEI. N°097 "Los Incas"

Anexo 8

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE ENTRADA Y SALIDA

FICHA DE OBSERVACIÓN

Nombre y apellido:

Fecha:

ITEM		OPCIÓN DE RESPUESTA
1	Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
2	Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
3	Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
4	Reconoce y diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
5	Consume frutas y verduras como parte de su alimentación diaria.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
6	Se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos.	a) Siempre b) A veces c) Nunca
7	Elige alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.	a) Siempre b) A veces c) Nunca

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES O DIMENSIONES

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEM	OPCIÓN DE RESPUESTA	TÉCNICA O INSTRUMENTO
Hábitos alimenticios	Conocimiento de alimentos saludables	Manifiesta preferencia por el consumo de alimentos saludables	1. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	Observación Ficha de evaluación
		Identifica alimentos balanceados y saludables para su alimentación.	2. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	
		Reconoce prácticas de consumo de alimentos saludables en diferentes contextos.	3. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	
		Diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	4. Reconoce y diferencia los alimentos saludables de los alimentos poco saludables.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	
	Hábitos alimenticios	Consumo de frutas y verduras.	5. Consume frutas y verduras como parte de su alimentación diaria.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	
		Higiene antes y después de consumir los alimentos.	6. Se lava las manos antes y después de consumir sus alimentos.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	
		Preferencia y elección de alimentos saludables.	7. Elige alimentos saludables en sus comidas y refrigerios.	a) Siempre b) A veces c) Nunca	



VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTO

Instrumento: ficha de evaluación hábitos alimenticios saludables.

Nombres y Apellidos de los expertos: SAÚL MENANDRO NÚÑEZ CIEZA.

Grado académico: Doctor en administración de la educación.

Cargo e institución donde labora: Jefe de la unidad de la investigación
EESPP "VICTOR ANDRES BELUNDE" de Jaén.

VALIDACION DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO:

Nº de ítems	CRITERIO A EVALUAR										observaciones
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Lenguaje adecuado al nivel el informante		Mide lo que pretende		Inducción de a la respuesta (sesgo)		
		NO		NO		NO		NO	SI	NO	
1	x		x		x		x			x	
2	x		x		x		x			x	
3	x		x		x		x			x	
4	x		x		x		x			x	
5	x		x		x		x			x	
6	x		x		x		x			x	
7	x		x		x		x			x	
ASPECTO GENERALES										NO	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para poder llenarlo a evaluar.									x		
Los ítems corresponden a las dimensiones e indicadores de la variable a evaluar.									x		
El número de ítems es suficiente para recoger la información pertinente.									x		
Valide:											
APLICABLE (X)											
NO APLICABLE ()											

Lugar y fecha: Jaén, 06 de octubre del 2022 .


SAÚL MENANDRO NÚÑEZ CIEZA
DNI: 27674393



VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTO

Instrumento: ficha de evaluación hábitos alimenticios saludables.

Nombres y Apellidos de los expertos: JERSON CHUQUILIN CUBAS.

Grado académico: Doctor en administración de la educación.

Cargo e institución donde labora: Profesor Investigador en la Universidad Pedagógica Nacional N°291 Tlaxcala – México.

VALIDACION DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO:

N° de ítems	CRITERIO A EVALUAR										observaciones
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Lenguaje adecuado al nivel el informante		Mide lo que pretende		Inducción de a la respuesta (sesgo)		
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	X		X		X		X			X	
2	X		X		X		X			X	
3	X		X		X		X			X	
4	X		X		X		X			X	
5	X		X		X		X			X	
6	X		X		X		X			X	
7	X		X		X		X			X	
ASPECTO GENERALES									SI	NO	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para poder llenarlo a evaluar.									X		
Los ítems corresponden a las dimensiones e indicadores de la variable a evaluar.									X		
El número de ítems es suficiente para recoger la información pertinente.									X		
Valides:											
APLICABLE (X) NO APLICABLE ()											

Lugar y fecha: Jaén, 06 de octubre del 2022


 JERSON CHUQUILIN CUBAS
 DNI: 27996893



VALIDACION DEL INSTRUMENTO POR JUICIO DE EXPERTO

Instrumento: Ficha de Evaluación Hábitos Alimenticios Saludables.

Nombres y Apellidos de los expertos: YOVANI MONDRAGON REGALADO

Grado académico: Doctor en Educación.

Cargo e institución donde labora: Docente en la I.E 16119 José

Olaya Balandra Tabacal - Chontali

VALIDACION DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO:

N° de ítems	CRITERIO A EVALUAR										observaciones
	Claridad en la redacción		Coherencia interna		Lenguaje adecuado al nivel el informante		Mide lo que pretende		Inducción de la respuesta (sesgo)		
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	X		X		X		X			X	
2	X		X		X		X			X	
3	X		X		X		X			X	
4	X		X		X		X			X	
5	X		X		X		X			X	
6	X		X		X		X			X	
7	X		X		X		X			X	
ASPECTO GENERALES									SI	NO	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para poder llenarlo a evaluar.									X		
Los ítems corresponden a las dimensiones e indicadores de la variable a evaluar.									X		
El número de ítems es suficiente para recoger la información pertinente.									X		
Valides:											
APLICABLE (X)											
NO APLICABLE ()											

Lugar y fecha: Jaén, 06 de octubre del 2022


YOVANI MONDRAGON REGALADO
DNI: 43314566

FICHA DE OBSERVACIÓN DE ENTRADA

Tabla 1

Resultados de la dimensión: Conocimiento de alimentos saludables

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%
1. Menciona cuáles son los alimentos saludables que debemos consumir diariamente.	3	17	5	28	10	56	18	100%
2. Nombra cuáles son los alimentos saludables y no saludables	2	11	7	39	11	61	18	100%
3. Toma conciencia que el consumo de alimentos saludables es bueno para su salud.	0	0	2	11	16	89	18	100%
4. Propone los alimentos que protegen nuestro cuerpo.	0	0	1	6	17	94	18	100%

Tabla 2

Resultados de la dimensión: Consumo de alimentos saludables

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%
5. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	3	17	4	22	11	61	18	100%
6. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	0	0	2	11	16	89	18	100%
7. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	2	11	5	28	11	61	18	100%

FICHA DE OBSERVACIÓN DE SALIDA

Tabla 1

Resultados de la dimensión: Conocimiento de alimentos saludables

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%
1. Menciona cuáles son los alimentos saludables que debemos consumir diariamente.	15	83	3	17	0	0	18	100%
2. Nombra cuáles son los alimentos saludables y no saludables	17	94	0	0	1	6	18	100%
3. Toma conciencia que el consumo de alimentos saludables es bueno para su salud.	18	100	0	0	0	0	18	100%
4. Propone los alimentos que protegen nuestro cuerpo.	17	94	1	6	0	0	18	100%

Tabla 2

Resultados de la dimensión: Consumo de alimentos saludables

ITEMS	SIEMPRE		A VECES		NUNCA		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%
5. Opta por consumir alimentos saludables en todo momento.	14	78	2	11	2	11	18	100%
6. Consume alimentos balanceados y saludables en su lonchera diaria.	18	100	0	0	0	0	18	100%
7. Consume alimentos saludables dentro y fuera de la institución.	18	100	0	0	0	0	18	100%

Anexo 9

LISTA DE COTEJO

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN SOBRE EL LOGRO DE APRENDIZAJE EN RELACIÓN A LAS COMPETENCIAS EN EL BIOHUERTO ESCOLAR

Nombre: _____

ÍTEMS		Si (1)	NO (0)
1	Participa activamente en el desarrollo de las actividades.		
2	Valora los recursos naturales y fomenta el cuidado de los mismos.		
3	Participa en la creación de normas colectivas		
4	Muestra un comportamiento adecuado, respetuoso y colaborativo contribuyendo al bienestar común.		
5	Promuevan el cuidado y el uso adecuado de los recursos, materiales y espacios dentro del biohuerto.		
6	Obtiene información sobre los elementos del biohuerto.		
7	Explora características mediante diversas formas expresivas (dibujos, fotos, modelados).		
8	Demuestra solidaridad con sus compañeros en la ejecución de las actividades.		
9	Realiza actividades relacionadas con el cuidado personal, alimentación e higiene		
10	Participa activamente durante el proceso de trasplante		
11	Promueve la participación del riego continuó a las plantas.		
12	Ayuda a implementar un biohuerto escolar, es colaborar con el mantenimiento y protección de nuestro entorno.		
13	Protege las plantas del biohuerto de la I.E.		
14	Dialoga con sus compañeros a cerca de las plantas para valorarlas como ser vivo y cuidarlas.		
15	Hace una o más preguntas después de una exploración		
16	Intercambia los resultados obtenidos con sus compañeros		
17	Representa a través de un dibujo el resultado de su indagación		

MATRIZ DE EVALUACIÓN DE LOGROS Y DIFULTADES

N	ITEM DE EVALUACIÓN	LOGROS	DIFICULTADES
1	Participa activamente en el desarrollo de las actividades.	Participa con entusiasmo en la mayoría de actividades.	Algunos niños requieren mayor motivación o guía para integrarse.
2	Valora los recursos naturales y fomenta el cuidado de los mismos.	Demuestra interés por conservar el ambiente.	Dificultad en aplicar de forma autónoma prácticas de cuidado.
3	Participa en la creación de normas colectivas.	Se involucra en la construcción de acuerdos grupales.	Le cuesta respetar las normas cuando no las propone directamente.
4	Muestra un comportamiento adecuado, respetuoso y colaborativo.	Coopera y respeta a sus compañeros.	Dificultades en el autocontrol en situaciones de desacuerdo.
5	Promueve el cuidado y uso adecuado de los recursos del biohuerto.	Usa responsablemente los materiales al ser orientado.	Necesita constante supervisión para evitar desperdicios.
6	Obtiene información sobre los elementos del biohuerto.	Reconoce plantas, herramientas y funciones básicas.	Limitada iniciativa para investigar más allá de lo indicado.
7	Explora características mediante formas expresivas (dibujos, fotos, modelados).	Representa con creatividad lo que observa.	Algunas expresiones son incompletas o poco claras.
8	Demuestra solidaridad con sus compañeros.	Ayuda a quienes lo necesitan durante las actividades.	Tiende a preferir trabajar solo o con un mismo grupo.
9	Realiza actividades sobre cuidado personal, alimentación e higiene.	Aplica prácticas de higiene y alimentación saludable.	En ocasiones olvida lavar las manos o compartir materiales higiénicos.
10	Participa activamente durante el proceso de trasplante.	Se muestra motivado al realizar trasplantes.	Falta de coordinación al manipular las plantas.
11	Promueve el riego continuo de las plantas.	Recuerda y ejecuta el riego con frecuencia.	A veces se olvida o lo hace de forma inadecuada.
12	Colabora con la implementación y protección del biohuerto.	Apoya en el mantenimiento del espacio con compromiso.	Requiere instrucciones claras y acompañamiento constante.
13	Protege las plantas del biohuerto.	Evita dañarlas y advierte a otros sobre su cuidado.	Se distrae y puede dañarlas accidentalmente.
14	Dialoga con sus compañeros sobre las plantas y su valor como seres vivos.	Intercambia ideas y cuida lo que expresa.	Expone ideas de forma breve o poco desarrollada.
15	Hace preguntas después de la exploración.	Muestra curiosidad y deseo por aprender más.	Dificultad para formular preguntas coherentes o relacionadas.
16	Intercambia resultados con sus compañeros.	Comparte sus observaciones con apertura.	Puede mostrar inseguridad al comunicar sus hallazgos.
17	Representa con dibujos el resultado de su indagación.	Refleja lo aprendido mediante dibujos comprensibles.	Los dibujos no siempre representan lo observado con claridad.

Anexo 10

CUADRO DE RESPONSABILIDADES					
RESPONSABILIDAD	L	M	M	J	V
 Hacer la oración					
 Lavarse las manos					
 Cepillarse los dientes					
 Regar las plantas					

Anexo 11

CUADRO DE MONITOREO DE CRECIMIENTO DE LAS PLANTAS

TIPO DE PLANTA	DÍA	FECHA	CRECIMIENTO	ENCARGADOS	OBSERVACIÓN
Rabanito	1	09-10	Siembra	Todos los niños de 4 años y docentes.	
Espinaca	1	09-10	Siembra	Todos los niños de 4 años y docentes	
Culantro	1	09-10	Siembra	Todos los niños de 4 años y docentes	
Cebolla	1	09-10	Siembra	Todos los niños de 4 años y docentes	
Rabanito	5	14-10	Proceso de germinación	Todos los niños de 4 años y docentes	Aparición de sus primeras hojas
Espinaca	5	14-10	Proceso de germinación	Todos los niños de 4 años y docentes	La planta sale de la tierra.
Culantro	5	14-10	Proceso de germinación	Todos los niños de 4 años y docentes	Aparición de sus primeras hojas
Cebolla	5	14-10	Proceso de germinación	Todos los niños de 4 años y docentes	Brote de la planta
Rabanito	12	21-10	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Desahije, riego, eliminación de malas hierbas
Espinaca	12	21-10	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Desahije, riego, eliminación de malas hierbas
Culantro	12	21-10	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Aporcamiento, riego, eliminación de malas hierbas
Cebolla	12	21-10	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Aporcamiento, riego, eliminación de malas hierbas
Rabanito	21	30-10	Proceso de crecimiento	Tres niños y la docente.	Fertilización orgánica, y aporcamiento
Espinaca	21	30-10	Proceso de crecimiento	Tres niños y la docente.	Fertilización orgánica y aporcamiento
Culantro	21	30-10	Proceso de crecimiento	Tres niños y la docente.	Fertilización orgánica.
Cebolla	21	30-10	Proceso de crecimiento	Tres niños y la docente.	Fertilización orgánica.
Rabanito	28	06-11	Formación de frutos	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verdes y más amplias.
Espinaca	28	06-11	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verdes y más amplias.
Culantro	28	06-11	Todos los niños de 4	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verdes y más frondosa.

			años y docentes		
Cebolla	28	06-11	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verdes y más largas.
Rabanito	34	12-11	Formación de frutos	Todos los niños de 4 años y docentes	Cosecha de rabanitos
Espinaca	34	12-11	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Riego constante, poda de hojas secas
Culantro	34	12-11	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Riego constante, poda de hojas secas
Cebolla	34	12-11	Proceso de crecimiento	Todos los niños de 4 años y docentes	Riego constante, poda de hojas secas
Espinaca	40	18-11	Formación de planta	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verdes intensas
Culantro	40	18-11	Crecimiento vegetativo	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas grandes y definidas
Cebolla	40	18-11	Formación de planta	Todos los niños de 4 años y docentes	Tallos creciendo y fortalecidos
Espinaca	45	25-11	Formación de planta	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas verde oscuro y saludable
Culantro	45	25-11	Crecimiento vegetativo		Hojas grandes y tallo grueso.
Cebolla	45	25-11	Crecimiento vegetativo		Hojas de color, alargadas y fortalecidas.
Espinaca	47	27-11	Planta frondosa y grande	Todos los niños de 4 años y docentes	Verde oscuro y listas para la cosecha.
Culantro	47	27-11	Crecimiento vegetativo	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas mas grandes y verdes oscuras.
Cebolla	47	27-11	Crecimiento vegetativo	Todos los niños de 4 años y docentes	Tallos más gruesos y alargados
Espinaca	52	02-12	Crecimiento vegetativo	Todos los niños de 4 años y docentes	Hojas más grandes y verdosas.
Culantro	52	02-12	Planta con tallo grueso	Todos los niños de 4 años y docentes	Listas para la cosecha
Cebolla	52	02-12	Planta grande y fortalecida	Todos los niños de 4 años y docentes	Listas para la cosecha
Espinaca	61	11-12	Planta grande y frondosa	Todos los niños de 4 años y docentes	Lista para cosechar

Anexo 12

PROYECTO DE APRENDIZAJE N°01

“MANOS A LA TIERRA: CREANDO UN BIOHUERTO PARA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE”

I. DATOS INFORMATIVOS:

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1.1. UGEL | : Jaén |
| 1.2. IEI | : N°097 “Los Incas” |
| 1.3. DIRECTORA | : Mery Carbajal Quispe |
| 1.4. DOCENTE | : Luz Yovani Linares Guevara |
| 1.5. DOCENTES PRACTICANTES | : Altamirano Rubio Heidy Nayeli
: Delgado Fernández Leydi Maritza
: Ruiz Montenegro Greyla Del Pilar |
| 1.6. AULA | : 4 años |
| 1.7. DURACIÓN | : 03 de setiembre al 13 de diciembre |
| 1.8. EDAD | : 4 años |

II. DIAGNOSTICO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA:

La Institución educativa Inicial N°097 Los Incas, está ubicado en el sector Morro Solar, distrito y provincia Jaén, departamento de Cajamarca. Según el análisis previo realizado en el diagnostico situacional inicial de las características, contexto necesidades de aprendizaje, curiosidades, ritmos y estilos de aprender de los niños y niñas de 4 años deben aprender a convivir y participar democráticamente en la búsqueda del bien común, para ello se propicia situaciones reales para la interacción de manera respetuosa, la construcción de normas y la participación que promueve el bienestar común. Asimismo, realizar acciones reales para la producción de textos y plantear situaciones problemáticas de manera vivencial y concreta a través del juego para la resolución de problemas y desarrollo de la indagación.

Se trabajará según el Currículo Nacional, teniendo conocimiento que el proceso del desarrollo infantil y aprendizaje se da en la interacción permanente con el ambiente y el entorno social en que viven los niños de 4 años, tienen mucho que descubrir, a partir del conocimiento de sí mismos y de las experiencias con su entorno, y lo hacen a través del juego, la exploración, se promueve la participación familiar y comunidad; preparándose de esta manera para una mejor adaptación al medio social y natural que les rodea, formándose niños líderes, emprendedores y competentes en la sociedad que les toca vivir.

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE PRIORIZADO

AREAS	COMPETENCIA Y CAPACIDADES	ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO							
		DESEMPEÑOS	SET.	OCT.	NOV.	DIC.			
			FECHAS						
PERSONAL SOCIAL	CONVIVE Y PARTICIPA DEMOCRATICAMENTE EN LA BÚSQUEDA DEL BIEN COMÚN. - Interactúa con todas las personas - Construye normas y asume acuerdos y leyes. - Participa en acciones que promueven el bienestar común.	Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas, basados en el respeto y el bienestar de todos, en situaciones que lo afectan o incomodan a él o a alguno de sus compañeros. Muestra, en las actividades que realiza, comportamientos de acuerdo con las normas de convivencia asumidos.							
	SE COMUNICA ORALMENTE EN SU LENGUA MATERNA - Obtiene información del texto oral. - Infiere e interpreta información del texto oral. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.	Participa en conversaciones o escucha cuentos, leyendas, adivinanzas y otros relatos de la tradición oral. Formula preguntas sobre lo que le interesa saber o lo que no ha comprendido o responde a lo que le preguntan.							
COMUNICACIÓN	CREA PROYECTOS DESDE LOS LENGUAJES ARTÍSTICOS - Explora y experimenta los lenguajes del arte. - Aplica procesos creativos. - Socializa sus procesos y proyectos.	Explora por iniciativa propia diversos materiales de acuerdo con sus necesidades e intereses. Descubre los efectos que se producen al combinar un material con otro.							

IV. PLANIFICACIÓN DE SITUACIONES Y CONDICIONES PARA EL APRENDIZAJE:

4.1. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

Durante la hora de la lonchera, los pequeños de 4 años de la IE N°097, demostraron una gran curiosidad al ver la tortilla verde que un compañero trajo. Sus preguntas sobre los ingredientes, el color y la razón por la que su mamá la preparó revelaron un interés por la comida. También, se observó que muchos niños no consumen la totalidad de sus alimentos, dejando a un lado algunos de ellos. Esto se debe a la monotonía de los alimentos de Qali Warma, que suelen ser a base de arroz, menestras, leche, aceite, azúcar, conserva de pescado, conserva de pollo, pastas, avena, chocolate, galletas, los cuales suelen ser poco variados y carece de la variedad de verduras necesarias para fomentar hábitos alimenticios saludables.

Por esta razón, consideramos necesario ejecutar un proyecto de aprendizaje relacionado a la siembra de verduras en un biohuerto escolar, con la finalidad de complementar la comida escolar de Qali Warma y al mismo tiempo crear hábitos saludables en la alimentación diaria de los estudiantes, incentivando el valor nutricional de las verduras. Así mismo, fortalecer la conciencia ambiental con espacios verdes que embellezcan nuestra institución educativa.

Para ello nos planteamos los siguientes retos: ¿Qué cantidad de terreno utilizaremos para el biohuerto?, ¿Qué otro espacio podemos utilizar para nuestro biohuerto y espacios verdes?, ¿Cómo podemos conservar nuestro biohuerto y espacios verdes?, ¿Qué beneficios podemos obtener de nuestro biohuerto y espacios verdes?, ¿Qué cantidad de abonos usaremos?, ¿Cómo realizaremos la siembra de plantas?, ¿Cómo nos organizaremos para realizar nuestro proyecto?

4.2. PLANIFICACIÓN

¿QUÉ HAREMOS?	¿CÓMO LO AREMOS?	¿QUÉ NECESITAREMOS?
✓ Nos organizamos para sembrar diversas verduras en nuestro biohuerto. ✓ Participamos de la organización de nuestro proyecto. ✓ Nos organizamos para el cuidado de nuestro biohuerto y espacios verdes. ✓ Conocemos los espacios geográficos de nuestra localidad.	✓ Sensibilizamos a los estudiantes sobre nuestro proyecto del biohuerto. ✓ Negociamos el proyecto y lo planificamos. ✓ Organizándonos para cuidar nuestro biohuerto y espacios. ✓ Realizamos una campaña de limpieza. ✓ Visitamos y observamos espacios geográficos de la localidad.	✓ Textos diversos ✓ Proyector ✓ Laptop ✓ Papelotes, plumones ✓ Útiles de limpieza ✓ Mapas.

V. PLANIFICACION DE LA SECUENCIA DE SESIONES DEL PROYECTO

SESIONES				
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Socialización del proyecto	Conocemos las plantas	Que necesitan las plantas para crecer	Germinación de las plantas	Trasplante de plantas
Cuidamos las plantas a través del riego	Cosechamos productos del biohuerto	Taller de minichef	Reflexión y cierre del proyecto	

VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Participa en la socialización del proyecto expresando ideas previas sobre las plantas y su importancia para la vida.
Reconoce las partes de la planta y su función mediante la observación y el diálogo.
Identifica los elementos necesarios para el crecimiento de las plantas (agua, tierra, sol, aire) a través de experiencias directas
Observa y describe el proceso de germinación de una semilla, mostrando interés y cuidado.
Participa activamente en el trasplante de plantas, demostrando cuidado por los seres vivos.
Riega las plantas respetando turnos y mostrando responsabilidad en el cuidado del biohuerto.
Participa en la cosecha de productos del biohuerto identificando los frutos obtenidos.
Colabora en la preparación de alimentos saludables utilizando productos del biohuerto con hábitos de higiene.
Expresa lo aprendido durante el proyecto sobre el cuidado de las plantas y la alimentación saludable mediante diversas formas de expresión.

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°01

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
 1.2. Edad : 4 años
 1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
 1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Conocemos las plantas”
 2.2. Criterio de evaluación : Reconoce las partes de la planta y su función mediante la observación y el dialogo.
 2.3. Propósito : Que los niños reconozcan las partes de una planta, comprendan su función mediante la observación directa y el diálogo.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
COMUNICACIÓN	Se comunica oralmente en su lengua materna.	- Obtiene información del texto oral. - Infiere e interpreta información del texto oral. - Adecúa, organiza y desarrolla el texto de forma coherente y cohesionada. - Utiliza recursos no verbales y paraverbales de forma estratégica. - Interactúa estratégicamente con distintos interlocutores. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto oral.	Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de algunas experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz con la intención de lograr su propósito: informar, pedir, convencer o agradecer

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Enfoque ambiental	- Solidaridad planetaria - Equidad intergeneracional

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Cantan la canción “Petronila” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños forman un semicírculo para cantar las veces que sean necesarias. ➤ Escuchan un caso y responden una pregunta para dar solución al problema. (anexo 2) - La docente cuenta el caso apoyado con una planta. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy conoceremos las plantas, sus partes y su función que tienen mediante la observación y el dialogo. ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Has visto una planta? - ¿Qué te gusta más de ella? - ¿Qué sabes de ellas?	Parlante, canción “Petronila” Planta en maceta, imagen de una planta marchita	
DESARROLLO	➤ Antes del discurso - Observan una planta real. - Mencionan lo que ven - Dialogan: ¿Dónde están sus raíces? ¿Qué tiene arriba? ➤ Durante el discurso - La docente explica las partes de la planta con apoyo visual. - Se presenta una lámina. - Se asocia cada parte con su función. ➤ Después del discurso - Los niños dibujan su propia planta usando materiales (lápiz, pinturas, crayones). - Comparten lo que hicieron: “Esta es mi planta. Tiene...”	Planta real, lupa (opcional) Lámina de planta, tarjetas con nombres (raíz, tallo, hojas, flor)	
CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué partes tiene la planta? - ¿Cuál te gustó más? - ¿Qué parte sirve para absorber agua?		

VII. Anexos:

Anexo 1: Canción “Petronila”

Petronila es una flor, tiene
tallo y tiene hojas,

Unos pétalos en rosa que
es un lindo color.

Ella tiene una raíz, que
está debajo de la tierra,

Con el sol y con agüita va
creciendo allá en la sierra.

Petronila, Petronila, aayer
fuiste una semilla,

Petronila, Petronila, y
ahora eres una flor.

Anexo 2: Caso para generar conflicto cognitivo

La señora Luz trajo una planta muy bonita al aula y la puso cerca de la ventana. Pasaron los días y notó que sus hojas estaban caídas y el tallo muy débil. Los niños se preguntaban: “¿Qué le pasó a la planta?”

La docente les pregunta: “¿Qué creen ustedes que necesita una planta para crecer fuerte y bonita?”

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Conocemos las plantas.

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de algunas experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz con la intención de lograr su propósito: informar, pedir, convencer o agradecer.	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.		X
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André		X
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair		X

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°02

I. Datos informativos:

1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”

1.2. Edad : 4 años

1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares

1.4. Docente practicante : Heydi Nayeli Altamirano Rubio

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

2.1. Denominación : “Que necesitan las plantas para crecer”

2.2. Criterio de evaluación : Identifica los elementos necesarios para el crecimiento plantas (agua, tierra, sol, aire); a través de experiencias directas

2.3. Propósito : Que los niños identifiquen de manera vivencial los elementos que necesitan las plantas para crecer (agua, tierra, sol y aire).

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Ciencia y ambiente	Indaga mediante métodos científicos para construir conocimientos.	• Problematisa situaciones para hacer indagación. • Diseña estrategias para hacer indagación. • Genera y registra datos o información. • Analiza datos e información. • Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación.	Obtiene información sobre las características de los objetos, seres vivos o fenómenos naturales que observa y/o explora, y establece relaciones entre ellos. Registra la información de diferentes formas (dibujos, fotos, modelados).

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Enfoque ambiental	• Solidaridad planetaria • Equidad intergeneracional

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Observan un video “qué necesitan las plantas para vivir” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños se sientan en asamblea para observar el video. ➤ Se presenta una planta real y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿qué creen que necesita esta planta para vivir y crecer? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy conoceremos qué necesitan las plantas para crecer (agua, tierra, sol, aire). ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Han visto cómo se cuida una planta? - ¿Qué le damos? - ¿Dónde vive?	Video (Anexo 1) Planta real Televisor	
DESARROLLO	➤ Problematiza situaciones - La docente muestra dos plantas: una cuidada y otra descuidada. - Pregunta: ¿Cuál se ve más feliz? ¿Por qué creen que una está mal? ➤ Diseña estrategias - Niños proponen qué cosas necesitan las plantas. ➤ Genera y registra datos e información - Salen al jardín con hoja bond y lápiz (dibujar lo que ven). ➤ Analiza datos e información - Comparan lo observado. - Dialogan: ¿Qué cosas tenían las plantas del jardín? ¿Tenían sol? ¿Tierra? ¿Estaban regadas? ➤ Evalúa y comunica - Los niños expresan verbalmente lo que aprendieron y muestran sus dibujos.	Dos plantas (una cuidada y una descuidada) Hoja bond Lápices o crayones Área verde o jardín del aula	
CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué aprendimos hoy? - ¿Qué necesita una planta para vivir? - ¿Cómo podemos cuidar una planta?	Imágenes de sol, agua, tierra y aire.	

VII. Anexos:

Anexo 1: video: Que necesita una planta para vivir.

Escobar, M (2020). Qué necesitan las plantas para vivir [Video]. YouTube.

https://www.youtube.com/watch?v=8xgfFcxt_uA

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Que necesitan las plantas para crecer

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Obtiene información sobre las características de los objetos, seres vivos o fenómenos naturales que observa y/o explora, y establece relaciones entre ellos. Registra la información de diferentes formas (dibujos, fotos, modelados).	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.		X
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori		x
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared		x
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André		X
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°03

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Greyla Del Pilar Ruiz Montenegro

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Germinación de las plantas”
2.2. Criterio de evaluación : Observa y describe el proceso de germinación de una semilla, mostrando interés y cuidado.
: Que los niños observen y describan de manera vivencial cómo germina una semilla, registrando sus observaciones de forma gráfica y oral.
2.3. Propósito

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Ciencia y ambiente	Indaga mediante métodos científicos para construir conocimientos.	• Problematisa situaciones para hacer indagación. • Diseña estrategias para hacer indagación. • Genera y registra datos o información. • Analiza datos e información. • Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación.	Obtiene información sobre las características de los objetos, seres vivos o fenómenos naturales que observa y/o explora, y establece relaciones entre ellos. Registra la información de diferentes formas (dibujos, fotos, modelados).

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Enfoque ambiental	• Solidaridad planetaria • Equidad intergeneracional

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Cantan la canción “Semillita” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños forman un semicírculo y se canta las veces que sea necesario. ➤ Se presenta un frasco con una semilla envuelta en algodón y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿Qué creen que le va a pasar a esta semilla si la dejamos aquí? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo con lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy vamos a observar qué le pasa a una semilla cuando la cuidamos. Veremos cómo crece poco a poco. ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Han visto cómo nace una planta?” - ¿Qué creen que pasa cuando ponemos una semilla en la tierra? - ¿Qué necesita una semilla para crecer? - ¿Han sembrado alguna vez con su familia?	Semillas de frejol, frascos de vidrio o vasos, algodón, agua, canción	
DESARROLLO	➤ Problematiza situaciones - Se presenta una semilla y una maceta vacía. - Pregunta: ¿Qué pasará si dejamos esta semilla en la tierra y le damos agua? - Los niños opinan libremente, expresan sus ideas e hipótesis sobre lo que creen que ocurrirá. ➤ Diseña estrategias - Junto con la docente, los niños acuerdan qué harán: Vamos a sembrar semillas en un vaso con algodón y otro en tierra para ver cómo crecen. - Deciden regarlas todos los días y ponerlas en un lugar donde les dé el sol. ➤ Genera y registra datos e información - Cada niño siembra su semilla en un recipiente (algodón o tierra). - Observan con atención y hacen dibujos de su semilla al sembrarla. ➤ Analiza datos e información - La docente guía a los niños en la observación diaria, mostrando una maceta de 1 semana de germinación y otra de el mismo día: ¿Qué notan? ¿Ha cambiado algo? - Comparan entre los diferentes recipientes (algodón/tierra) y comentan si ya se ve un brote o raíz. ➤ Evalúa y comunica - Los niños comparten lo que observaron con sus compañeros: - “Mi semilla tiene un tallito chiquito.” - Muestran sus dibujos y explican cómo cuidaron su semilla.	Semillas ya germinadas, hojas, lápices, crayolas, vasos con algodón, agua.	

CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué hicimos hoy con las semillas? - ¿Qué vimos que pasa cuando una semilla tiene agua, tierra y sol? - ¿Qué le pasará a la semilla mañana?	Fascos colocados en un estante soleado	
---------------	---	--	--

VII. Anexos:

Anexo 1: Canción: “Semillita”

*Semillita, semillita, que del cielo se cayó
y dormida, dormidita, tranquilita se quedó.*

*¿Dónde está la dormilona? un niño preguntó
y las nubes contestaron ¡una planta ya
creció!*

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Germinación de las plantas

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Obtiene información sobre las características de los objetos, seres vivos o fenómenos naturales que observa y/o explora, y establece relaciones entre ellos. Registra la información de diferentes formas (dibujos, fotos, modelados).	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°04

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial : 097 “Los Incas”
 1.2. Edad : 4 años
 1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
 1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Cuidamos las plantas a través del riego”
 2.2. Criterio de evaluación : Riega las plantas respetando turnos y mostrando responsabilidad en el cuidado del biohuerto.
 2.3. Propósito : Que los niños comprendan la importancia del riego para el crecimiento de las plantas y participen activamente en esta acción.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Ciencia y ambiente	Indaga mediante métodos científicos para construir conocimientos.	• Problematisa situaciones para hacer indagación. • Diseña estrategias para hacer indagación. • Genera y registra datos o información. • Analiza datos e información. • Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación.	Comunica las acciones que realizó para obtener información y comparte sus resultados. Utiliza sus registros (dibujos, fotos u otras formas de representación, como el modelado) o lo hace verbalmente.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Enfoque ambiental	• Solidaridad planetaria • Equidad intergeneracional

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Cantan la canción “Semillita” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños forman un semicírculo y se canta las veces que sea necesario. ➤ Se presenta una planta marchitada y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿Qué creen que le pasa a esta planta? ¿Por qué está así? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy aprenderemos por qué es importante regar las plantas y cómo podemos hacerlo. ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Han regado alguna vez una planta? - ¿Qué sucede si no la regamos? - ¿Con qué se riega? ¿Quién lo hace?	Parlante Planta marchitada	
DESARROLLO	➤ Problematisa situaciones - La docente muestra dos plantas: una bien cuidada y otra marchita. - Se plantea la situación: - “Miren estas dos plantas. ¿Qué diferencias observan? ¿Qué creen que le pasó a esta planta marchita?” - Se conversa sobre qué pasaría si no regamos las plantas del biohuerto. ➤ Diseña estrategias - Los niños, guiados por la docente, proponen soluciones: - “¿Qué podemos hacer para que nuestras plantas crezcan sanas?” - “¿Con qué las podemos regar? ¿Qué necesitamos?” - Se organizan en grupos para llevar a cabo la acción de riego, respetando turnos. ➤ Genera y registra datos e información - Los niños riegan las plantas usando regaderas o botellas. - Observan cómo el agua humedece la tierra. - Se les invita a dibujar lo que hicieron o modelar con plastilina. - La docente puede tomar fotos o notas como registro del proceso. ➤ Analiza datos e información - Se pregunta: ¿Cómo estaba la planta antes de regarla? ¿Y después?, ¿Qué pasará si la seguimos cuidando así todos los días? - Los niños comentan sus ideas a partir de lo observado. ➤ Evalúa y comunica - Cada niño comparte su experiencia: - “Hoy yo regué la planta con...”, “Aprendí que...”	Planta marchitada y planta cuidada Regadora Plastilina Bond Lápiz Pinturas	

CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué hicimos hoy en el biohuerto? - ¿Para qué sirve regar las plantas? - ¿Qué pasaría si no las regamos? - ¿Cómo debemos cuidar nuestras plantas todos los días?		
---------------	---	--	--

VII. Anexos:

Anexo 1: Canción: “Semillita”

Semillita, semillita, que del cielo se cayó
y dormida, dormidita, tranquilita se quedó.

¿Dónde está la dormilona? un niño preguntó
y las nubes contestaron ¡una planta ya creció

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Cuidamos las plantas a través del riego

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Comunica las acciones que realizó para obtener información y comparte sus resultados. Utiliza sus registros (dibujos, fotos u otras formas de representación, como el modelado) o lo hace verbalmente.	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María		X
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°05

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Cosechamos productos del biohuerto”
2.2. Criterio de evaluación : Participa en la cosecha de productos del biohuerto identificando los frutos obtenidos.
2.3. Propósito : Que los niños participen en la cosecha de productos del biohuerto, identificando los frutos obtenidos y valorando el esfuerzo colectivo.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Ciencia y ambiente	Indaga mediante métodos científicos para construir conocimientos.	• Problematisa situaciones para hacer indagación. • Diseña estrategias para hacer indagación. • Genera y registra datos o información. • Analiza datos e información. • Evalúa y comunica el proceso y resultado de su indagación.	Comunica las acciones que realizó para obtener información y comparte sus resultados. Utiliza sus registros (dibujos, fotos u otras formas de representación, como el modelado) o lo hace verbalmente.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Enfoque ambiental	• Solidaridad planetaria • Equidad intergeneracional

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Cantan la canción “Semillita” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños forman un semicírculo y se canta las veces que sea necesario. ➤ Se presenta una imagen de una planta lista para cosechar y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿Qué creen que vamos hacer hoy? ¿Qué partes de la planta podemos comer? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy vamos a cosechar los productos que hemos cuidado en el biohuerto. ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Qué productos sembramos? - ¿Cómo los cuidamos? - ¿Qué parte de la planta es el fruto?	Parlante Imagen de planta	
DESARROLLO	➤ Problematiza situaciones - La docente presenta una planta que ha crecido completamente en el biohuerto y pregunta: ¿Cómo sabemos si ya está lista para cosechar? - ¿Qué parte vamos a sacar? ¿Qué creen que encontraremos debajo de la tierra? - Los niños comentan sus ideas, generando curiosidad y reflexión sobre el momento adecuado de la cosecha. ➤ Diseña estrategias - Se conversa con los niños sobre lo que se puede hacer para saber si los productos están listos. - Vamos a observar su tamaño, color y si están grandes como las que vimos en los cuentos o en el mercado. - La docente organiza a los niños en pequeños grupos para ir al biohuerto por turnos y herramientas básicas (palitas, guantes, canastitas). ➤ Genera y registra datos e información - Cada grupo explora y realiza la cosecha de productos del biohuerto. - Los niños observan los frutos, los extraen con cuidado y los colocan en canastas. - Registran lo obtenido mediante dibujos en hojas o cartulinas: dibujan lo que cosecharon (zanahorias, lechuga, etc.). ➤ Analiza datos e información - Reunidos, dialogan sobre lo observado y cosechado: ¿Qué encontramos?, ¿Cómo son los productos?, ¿Qué color tienen?, ¿Estaban grandes o pequeños? - Se compara lo que esperaban encontrar con lo que realmente encontraron. ➤ Evalúa y comunica - Cada niño muestra su dibujo y comenta con sus propias palabras: Esto es una zanahoria que saqué del biohuerto. Cosechamos en grupo y usamos las palitas.	Planta real Palitas, guantes, canastas Bond Lápiz Pinturas	

CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué hicimos hoy en el biohuerto? - ¿Qué productos cosechamos? - ¿Cómo trabajamos en grupo para sacar los frutos? - ¿Qué debemos hacer después de cosechar? (lavar, cuidar, volver a sembrar, etc.) - ¿Por qué es importante cuidar el biohuerto?		
---------------	---	--	--

VII. Anexos:

Anexo 1: Canción: “Semillita”

Semillita, semillita, que del cielo se cayó
y dormida, dormidita, tranquilita se quedó.

¿Dónde está la dormilona? un niño preguntó y las nubes contestaron ¡una planta ya creció!

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Cosechamos productos del biohuerto

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Comunica las acciones que realizó para obtener información y comparte sus resultados. Utiliza sus registros (dibujos, fotos u otras formas de representación, como el modelado) o lo hace verbalmente.	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

PROYECTO DE APRENDIZAJE N°02

“ALIMENTACIÓN SALUDABLE: CONSTRUYENDO HÁBITOS PARA UNA VIDA SANA”

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. UGEL : Jaén
- 1.2. I.E.I. : N°097
- 1.3. DIRECTORA : Mery Carbajal Quispe
- 1.4. DOCENTE : Luz Yovani Linares Guevara
- 1.5. DOCENTES PRACTICANTES : Altamirano Rubio Heidy Nayeli
: Delgado Fernández Leydi Maritza
: Ruiz Montenegro Greylla Del Pilar
- 1.6. AULA : 4 años
- 1.7. DURACIÓN : 03 de setiembre al 13 de diciembre.
- 1.8. EDAD : 4 años

II. DIAGNÓSTICO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA:

La Institución educativa Inicial N°097 Los Incas, está ubicado en el sector Morro Solar, distrito y provincia Jaén, departamento de Cajamarca. Según el análisis previo realizado en el diagnóstico situacional inicial de las características, contexto necesidades de aprendizaje, curiosidades, ritmos y estilos de aprender de los niños y niñas de 4 años deben aprender a convivir y participar democráticamente en la búsqueda del bien común, para ello se propicia situaciones reales para la interacción de manera respetuosa, la construcción de normas y la participación que promueve el bienestar común. Asimismo, realizar acciones reales para la producción de textos y plantear situaciones problemáticas de manera vivencial y concreta a través del juego para la resolución de problemas y desarrollo de la indagación.

Se trabajará según el Currículo Nacional, teniendo conocimiento que el proceso del desarrollo infantil y aprendizaje se da en la interacción permanente con el ambiente y el entorno social en que viven los niños de 4 años, tienen mucho que descubrir, a partir del conocimiento de sí mismos y de las experiencias con su entorno, y lo hacen a través del juego, la exploración, se promueve la participación familiar y comunidad; preparándose de esta manera para una mejor adaptación al medio social y natural que les rodea, formándose niños líderes, emprendedores y competentes en la sociedad que les toca vivir.

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE PRIORIZADO

AREAS	COMPETENCIA Y CAPACIDADES	ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO				
		DESEMPEÑOS	FECHAS			
			Set.	Oct.	Nov.	Dic.
PERSONAL SOCIAL	CONVIVE Y PARTICIPA DEMOCRATICAMENTE EN LA BÚSQUEDA DEL BIEN COMÚN. - Interactúa con todas las personas - Construye normas y asume acuerdos y leyes. - Participa en acciones que promueven el bienestar común.	Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas, basados en el respeto y el bienestar de todos, en situaciones que lo afectan o incomodan a él o a alguno de sus compañeros. Muestra en las actividades que realiza, comportamientos de acuerdo con las normas de convivencia asumidos.				
	CONSTRUYE SU IDENTIDAD - Se valora a sí mismo. - Autorregula sus emociones.	Toma la iniciativa para realizar actividades cotidianas y juegos desde sus intereses. Realiza acciones de cuidado personal, hábitos de alimentación e higiene.				
COMUNICACIÓN	SE COMUNICA ORALMENTE EN SU LENGUA MATERNA - Obtiene información del texto oral. - Infiere e interpreta información del texto oral. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.	Participa en conversaciones o escucha cuentos, leyendas, adivinanzas y otros relatos de la tradición oral. Formula preguntas sobre lo que le interesa saber o lo que no ha comprendido o responde a lo que le preguntan.				
	CREA PROYECTOS DESDE LOS LENGUAJES ARTÍSTICOS - Explora y experimenta los lenguajes del arte. - Aplica procesos creativos. - Socializa sus procesos y proyectos.	Explora por iniciativa propia diversos materiales de acuerdo con sus necesidades e intereses. Descubre los efectos que se producen al combinar un material con otro.				

3.1. ENFOQUES TRANSVERSALES

ENFOQUE	VALOR	ACTITUDES QUE DISPONEN
Ambiental	-Solidaridad planetaria y equidad intergeneracional -Respeto a toda forma de vida.	Disposición para colaborar con el bienestar y la calidad de vida de las generaciones presentes y futuras, así como con la naturaleza asumiendo el cuidado del planeta.
		Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la Tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.
Orientación al bien común	Solidaridad	Disposición a apoyar incondicionalmente a personas en situaciones comprometidas o difíciles.
	Responsabilidad	Disposición a valorar y proteger los bienes comunes y compartidos de un colectivo.

IV. PLANIFICACIÓN DE SITUACIONES Y CONDICIONES PARA EL APRENDIZAJE:

4.1. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

Durante la hora de la lonchera, los niños de 4 años de la IEI N°097 se mostraron emocionados y listos para comer. Sin embargo, se observó que varios de ellos no tenían el hábito de lavarse las manos antes de comer, mientras que algunos simplemente se limpiaban con la ropa o servilletas, ingresan corriendo al sector cocina, dejaban tirado los platos en las mesas al terminar los alimentos. Esto generó curiosidad en algunos niños, ya que algunos compañeros comenzaron a preguntar por qué era necesario lavarse las manos o qué podía pasar si no lo hacían. Esta situación evidenció una falta de conocimiento sobre la importancia de los buenos hábitos a la hora de la comida y los riesgos de no seguirlos.

Ante esta realidad, decidimos llevar a cabo un proyecto de aprendizaje enfocado en los hábitos de higiene en el contexto de la alimentación. A través de actividades lúdicas, prácticas de lavado de manos y una rutina diaria de higiene, se busca que los niños comprendan la relevancia de lavarse las manos antes de comer y de mantener sus alimentos en un ambiente limpio. El objetivo es que integren estos hábitos en su vida diaria, protegiéndose de enfermedades y mejorando su bienestar general.

Para lograrlo, nos planteamos los siguientes retos y preguntas: ¿Qué materiales de higiene podemos utilizar en la institución para fomentar estos hábitos?, ¿Cómo hacer del lavado de manos un hábito divertido y constante?, ¿Cómo podemos medir los beneficios de una correcta higiene en nuestra salud?, ¿Qué otras prácticas higiénicas debemos tener en cuenta antes de comer?, y ¿De qué manera podemos involucrar a los padres para reforzar estos hábitos en casa?

V. PLANIFICACIÓN DE LA SECUENCIA DE SESIONES DEL PROYECTO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Socialización del proyecto	Mis acuerdos a la hora de la comida	El lavado de manos	Cepillado de dientes	Cierre del proyecto

VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Participa activamente en la socialización del proyecto, expresando ideas y experiencias relacionadas con el cuidado de su cuerpo.
Identifica y respeta acuerdos básicos durante la hora de la comida, demostrando actitudes de higiene y respeto
Realiza el lavado de manos siguiendo los pasos adecuados antes y después de realizar diferentes actividades.
Ejecuta correctamente el cepillado de dientes como parte del cuidado personal diario.
Expresa lo aprendido sobre el cuidado personal a través de diferentes formas de expresión (oral, dibujo, dramatización).

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°01

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
 1.2. Edad : 4 años
 1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
 1.4. Docente practicante : Greyla Del Pilar Ruiz Montenegro

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.4. Denominación : “Mis acuerdos a la hora de la comida”
 2.5. Criterio de evaluación : Identifica y respeta acuerdos básicos durante la hora de la comida, demostrando actitudes de higiene y respeto.
 2.6. Propósito : Que los niños identifiquen y respeten acuerdos básicos durante la hora de la comida.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Personal social	Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.	- Interactúa con todas las personas. - Construye normas, y asume acuerdos y leyes. - Participa en acciones que promueven el bienestar común.	Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas, basados en el respeto y el bienestar de todos, en situaciones que lo afectan o incomodan a él o a alguno de sus compañeros. Muestra, en las actividades que realiza, comportamientos de acuerdo con las normas de convivencia asumidos.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Búsqueda del bien común	- Respeto - Responsabilidad

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Observan un video “Tengamos buenos modales en la mesa” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños se sientan en asamblea para observar el video. ➤ Se presenta un caso y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. (anexo 2) - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿ustedes saben cómo comportarse a la hora de la lonchera? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - Hoy vamos a identificar, y establecer acuerdos para la hora de la comida y todos los tenemos que respetar. ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Qué hacen antes de comer? - ¿Se lavan las manos? - ¿Qué no debemos hacer cuando comemos? - ¿Qué cosas debemos compartir o cuidar durante la comida?	Televisor Títere	
DESARROLLO	➤ Problematicación - La docente utiliza títeres o una dramatización para representar una situación donde un personaje no respeta los acuerdos a la hora de la comida (no se lava las manos, grita, bota comida). - Se pregunta a los niños: ¿Está bien lo que hizo?, ¿Qué debería hacer mejor? ➤ Análisis de información - La docente presenta imágenes de comportamientos correctos e incorrectos durante la comida. Los niños identifican cuáles están bien y cuáles no. - Se dialoga brevemente sobre por qué es importante respetar los acuerdos. ➤ Acuerdos o toma de decisiones - En grupo, los niños proponen acuerdos para la hora de la comida. La docente registra sus ideas en carteles. Decoran los acuerdos con dibujos, etc. - Los carteles serán colocados en la cocina como recordatorio.	Títeres o láminas, imágenes con conductas, cartulina, plumones, lápices de colores, pintura	
CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué aprendiste hoy? - ¿Qué debemos hacer antes de comer? - ¿Cuál es el acuerdo más importante para ti?		

VII. Anexos:

Anexo 1: Video: Tengamos buenos modales en la mesa.

Canciones Infantiles. (2022). Tengamos Buenos Modales en la Mesa 🎵 | Hábitos Saludables | Pinkfong Canciones Infantiles [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=MyRQk33GIVk>

Anexo 2: Caso: La docente saca de una caja mágica (decorada) una marioneta o muñeco llamado “Tito el conejito”, quien llega preocupado porque en su casa nadie respeta los acuerdos a la hora de la comida.

🐰 *Tito dice con voz divertida:* “¡Hola, amigos! Estoy triste porque en mi casa mis hermanitos comen y hacen mucho ruido, no se lavan las manos, y se pelean por la comida. ¿Ustedes me pueden enseñar cómo debo comportarme cuando cómo?”

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Mis acuerdos a la hora de la comida

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Participa en la construcción colectiva de acuerdos y normas, basados en el respeto y el bienestar de todos, en situaciones que lo afectan o incomodan a él o a alguno de sus compañeros. Muestra, en las actividades que realiza, comportamientos de acuerdo con las normas de convivencia asumidos	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel		X
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Díaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi		X
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel		X
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair		X

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°02

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Lavado de manos”
2.2. Criterio de evaluación : Realiza el lavado de manos siguiendo los pasos adecuados antes y después de realizar diferentes actividades.
2.3. Propósito : Que los niños comprendan la importancia del lavado de manos y ejecuten correctamente cada paso antes y después de sus actividades diarias.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Personal social	Construye su identidad.	- Se valora a sí mismo. - Autorregula sus emociones.	Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma. Explica la importancia de estos hábitos para su salud. Busca realizar con otros algunas actividades cotidianas y juegos según sus intereses.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Búsqueda del bien común	- Respeto - Responsabilidad

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Escuchan el cuento “María manos sucias” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños en semicírculo escuchan el cuento ➤ Se presenta un caso y se realiza una pregunta para generar conflicto cognitivo. (anexo 2) - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿Qué pasaría si de pronto todos decidimos no lavarnos las manos? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - “Hoy vamos a aprender a lavarnos las manos bien, para cuidar nuestro cuerpo y no enfermarnos. Vamos a practicar juntos los pasos para hacerlo antes y después de jugar, comer y usar el baño. Así estaremos sanos y fuertes.” ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Para qué creen que debemos lavarnos las manos? - ¿Cuándo se lavan las manos en casa? - ¿Quién les ayuda a lavarse las manos? - ¿Qué usan para lavarse las manos? (jabón, agua, toalla) - ¿Cómo hacen para lavarse las manos bien? - ¿Qué pasa si no nos lavamos las manos?	Recurso oral	
DESARROLLO	➤ Vivencia de experiencia - La docente explica y demuestra paso a paso cómo se realiza el correcto lavado de manos. - Los niños observan y luego pasan uno a uno a practicar el lavado de manos, siguiendo los pasos indicados (mojar, enjabonarse, frotar, enjuagar, secar). - Se canta una canción corta mientras se lavan las manos para marcar el tiempo del frote. ➤ Dialogo a partir de la experiencia - Se reúnen en semicírculo para dialogar sobre cómo se sintieron al lavarse las manos. La docente pregunta: - ¿Qué paso te gustó más? ¿Fue fácil o difícil? ¿Qué paso crees que es el más importante? ¿Qué pasaría si olvidamos un paso? ➤ Transferencia a alguna situación - La docente plantea situaciones donde deben aplicar lo aprendido: - ¿Qué harías si terminas de jugar en el parque? - ¿Te lavarías las manos antes de comer? - ¿Y si fuiste al baño? - En grupo, elaboran un cartel con dibujos de los pasos del lavado de manos que quedará cerca del lavatorio.		
CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué aprendimos hoy? - ¿Por qué es importante lavarnos las manos? - ¿Cuándo debemos hacerlo?		

VII. Anexos:

Anexo 1: Cuento: María manos sucias

En un pueblo lejano vivía María, le gustaba cantar, bailar y jugar con sus amigos, pero había algo que a María no le gustaba y era lavarse las manos, María había aprendido de su maestra la importancia de la limpieza, pero le hacía mucho caso.

María no lavaba las frutas ni las verduras para comérselas, un día mientras comía una manzana, un microbio llamado Dany saltó a su boca y se metió a su estómago, ahí llamó a otros microbios para hacer enfermar a María.

María comenzó a sentirse muy mal, le dolía mucho el estómago, su mamá la llevó al médico, ahí el doctor le dio un jarabe especial para que Dany y sus amigos se fueran, y también le recomendó lavarse bien las manos y lavar las frutas que consume. Desde ese día María aprendió la importancia de la limpieza y nunca más volvió a preocuparse por los microbios

Anexo 2: Caso

La docente entra al aula con las manos sucias, y empieza con las actividades hasta que los niños se den cuenta, cuando lo hayan notado la docente les cuenta el caso. Niños estaba pintando un cuadro y se acabó el jabón, por eso mis manos están sucias. Luego pregunta ¿Qué pasaría si de pronto todos decidimos no lavarnos las manos?

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Lavado de manos

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		LOGRADO	NO LOGRADO
		Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma. Explica la importancia de estos hábitos para su salud. Busca realizar con otros algunas actividades cotidianas y juegos según sus intereses.	
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°03

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.4. Denominación : “Cepillado de dientes”
2.5. Criterio de evaluación : Ejecuta correctamente el cepillado de dientes como parte del cuidado personal diario.
2.6. Propósito : Que los niños comprendan la importancia del cepillado de dientes y lo realicen de manera adecuada como parte de su rutina de higiene diaria.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Personal social	Construye su identidad.	• Se valora a sí mismo. • Autorregula sus emociones.	Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma. Explica la importancia de estos hábitos para su salud. Busca realizar con otros algunas actividades cotidianas y juegos según sus intereses.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Búsqueda del bien común	• Respeto • Responsabilidad

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Escuchan el cuento “Pablito un diente feliz” para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños en semicírculo escuchan el cuento. ➤ Observan una dramatización de la docente para generar conflicto cognitivo. (anexo 2) - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente pregunta, ¿Por qué será importante cepillarse correctamente los dientes? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - “Hoy vamos aprender cómo cepillarnos los dientes para que estén limpios, sanos y fuertes” ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Ustedes se cepillan los dientes en casa? - ¿Quién les ayuda a cepillarse los dientes? - ¿Cuántas veces al día se cepillan? - ¿Qué usan para cepillarse? - ¿Saben cómo se hace el cepillado? ¿Qué pasos siguen? - ¿Por qué creen que es importante cepillarse los dientes?	Recurso oral	
DESARROLLO	➤ Vivencia de experiencia - Los niños observan una demostración del cepillado correcto utilizando un modelo de boca y un cepillo grande. - Luego, cada niño recibe su cepillo y pasta dental. - La docente guía paso a paso mientras los niños practican: 1. Mojar el cepillo. 2. Poner un poco de pasta. 3. Cepillar los dientes de arriba hacia abajo. 4. Cepillar los de abajo hacia arriba. 5. Cepillar las muelas haciendo movimientos circulares. 6. Cepillar la lengua suavemente. 7. Enjuagar la boca y lavar el cepillo. ➤ Dialogo a partir de la experiencia - Luego del cepillado, los niños vuelven al aula y se sientan en semicírculo para dialogar. La docente pregunta: - ¿Cómo se sintieron al cepillarse? - ¿Les gustó aprender los pasos? - ¿Qué parte fue más difícil o divertida? - ¿Por qué creen que debemos cepillarnos todos los días? ➤ Transferencia a alguna situación - La docente propone una actividad simbólica: jugar con títeres donde uno de ellos no quiere cepillarse y los demás lo convencen explicando los beneficios. - Pedir a los niños que dibujen su boca con dientes limpios.		

CIERRE	➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido. - ¿Qué aprendimos hoy sobre nuestros dientes? - ¿Cómo debemos cepillarlos? - ¿Cuántas veces al día debemos hacerlo? - ¿Qué cosas necesitamos para cepillarnos bien?		
---------------	--	--	--

VII. Anexos:

Anexo 1: “Pablito un diente feliz”

Este es Pablito un diente muy feliz. Pablito ayudaba a comer, a sonreír y hablar a todos los niños que tienen dientes en su boca. Pablito era un diente muy feliz, porque todos los días lo lavaban, por arriba, por adelante, y por sus lados, él sentía que lo querían mucho cada vez que lo limpiaban.

Pero hubo un día que se olvidaron de lavar a Pablito y estaba muy triste y sucio, todos los gérmenes querían comérselo y Pablito lloraba de dolor, él pensaba ¿por qué no se acuerdan de mí, y no me lavan?, yo quiero estar fuerte y ayudar a todos los niños, a comer.

Anexo 2: Dramatización

La docente ingresa al aula con los dientes manchados y saluda a los niños con una gran sonrisa y una canción para comenzar la actividad, los niños al darse cuenta se preguntarán. ¿Por qué la docente tiene los dientes manchados?, generando un problema.

La docente aborda el problema comentando que hoy se le olvidó lavarse los dientes, porque se levantó tarde, y pregunta a los niños:

¿Qué pasaría si no nos cepillamos los dientes?

¿Por qué será importante cepillarse correctamente los dientes?

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Cepillado de dientes

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		LOGRADO	NO LOGRADO
		Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma. Explica la importancia de estos hábitos para su salud. Busca realizar con otros algunas actividades cotidianas y juegos según sus intereses.	
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

PROYECTO DE APRENDIZAJE N°03

“PARA TENER UNA BUENA SALUD DEBEMOS PRACTICAR HÁBITOS ALIMENTICIOS”

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. UGEL** : Jaén
- 1.2. I.E.I.** : N°097
- 1.3. DIRECTORA** : Mery Carbajal Quispe
- 1.4. DOCENTE** : Luz Yovani Linares Guevara
- 1.5. DOCENTES PRACTICANTES** : Altamirano Rubio Heidy Nayeli
: Delgado Fernández Leydi Maritza
: Ruiz Montenegro Greyla Del Pilar
- 1.6. AULA** : 4 años
- 1.7. DURACIÓN** : 03 de setiembre al 13 de diciembre.
- 1.8. EDAD** : 4 años

II. DIAGNÓSTICO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA:

La Institución educativa Inicial N°097 Los Incas, está ubicado en el sector Morro Solar, distrito y provincia Jaén, departamento de Cajamarca. Según el análisis previo realizado en el diagnóstico situacional inicial de las características, contexto necesidades de aprendizaje, curiosidades, ritmos y estilos de aprender de los niños y niñas de 4 años deben aprender a convivir y participar democráticamente en la búsqueda del bien común, para ello se propicia situaciones reales para la interacción de manera respetuosa, la construcción de normas y la participación que promueve el bienestar común. Asimismo, realizar acciones reales para la producción de textos y plantear situaciones problemáticas de manera vivencial y concreta a través del juego para la resolución de problemas y desarrollo de la indagación.

Se trabajará según el Currículo Nacional, teniendo conocimiento que el proceso del desarrollo infantil y aprendizaje se da en la interacción permanente con el ambiente y el entorno social en que viven los niños de 4 años, tienen mucho que descubrir a partir del conocimiento de sí mismos y de las experiencias con su entorno, y lo hacen a través del juego, la exploración, promoviendo la participación familiar y de la comunidad; preparándose de esta manera para una mejor adaptación al medio social y natural que les rodea, formando niños líderes, emprendedores y competentes en la sociedad que les toca vivir.

III. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE PRIORIZADO

AREAS	COMPETENCIA Y CAPACIDADES	ORGANIZACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO				
		DESEMPEÑOS	FECHAS			
			Set.	Oct.	Nov.	Dic.
PERSONAL SOCIAL	CONSTRUYE SU IDENTIDAD - Se valora a sí mismo - Regula sus emociones	Realiza actividades que parten de su iniciativa, necesidades e intereses y practica hábitos de alimentación e higiene personal con agrado e iniciativa y reconoce la importancia de estos para su salud.				
COMUNICACIÓN	SE COMUNICA ORALMENTE EN SU LENGUA MATERNA - Obtiene información del texto oral. - Infiere e interpreta información del texto oral. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.	Infiere información deduciendo características de personas, personajes, animales y objetos; así como relaciones de causa-efecto en textos orales (anécdotas, cuentos narrados, entre otros).				
	CREA PROYECTOS DESDE LOS LENGUAJES ARTÍSTICOS - Explora y experimenta los lenguajes del arte. - Aplica procesos creativos. - Socializa sus procesos y proyectos.	Explora por iniciativa propia diversos materiales de acuerdo con sus necesidades e intereses. Descubre los efectos que se producen al combinar un material con otro.				

3.2. ENFOQUES TRANSVERSALES

ENFOQUE	VALOR	ACTITUDES QUE DISPONEN
Ambiental	-Solidaridad planetaria y equidad intergeneracional -Respeto a toda forma de vida.	Disposición para colaborar con el bienestar y la calidad de vida de las generaciones presentes y futuras, así como con la naturaleza asumiendo el cuidado del planeta.
		Aprecio, valoración y disposición para el cuidado a toda forma de vida sobre la tierra desde una mirada sistémica y global, revalorando los saberes ancestrales.
Orientación al bien común	Solidaridad	Disposición a apoyar incondicionalmente a personas en situaciones comprometidas o difíciles.
	Responsabilidad	Disposición a valorar y proteger los bienes comunes y compartidos de un colectivo.

IV. PLANIFICACIÓN DE SITUACIONES Y CONDICIONES PARA EL APRENDIZAJE:

4.1. SITUACIÓN SIGNIFICATIVA

Los niños y niñas de la institución educativa N°097 “Los Incas”, escasamente tienen hábitos alimenticios saludables por lo que se enferman de manera permanente, porque las madres de familia desconocen la importancia de preparar y consumir alimentos saludables y optan por enviar comidas rápidas en la lonchera de los niños, a pesar de que cuentan con alimentos de Qali Warma. El presente proyecto busca que los niños propicien el consumo de alimentos nutritivos, convirtiéndose así en un hábito diario, que le permita reconocer cuáles son los alimentos sanos para mejorar su calidad de vida.

V. PLANIFICACIÓN DE LA SECUENCIA DE SESIONES DEL PROYECTO

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Socialización del proyecto	Aprendemos rimas con mis frutas favoritas	Aprendemos adivinanzas sobre las verduras	Calmo mi sed consumiendo bebidas nutritivas	Escuchamos un cuento sobre la buena alimentación
Aprendemos buenos modales al ingerir nuestros alimentos	Loncheras ricas y nutritivas	Elaboramos brochetas de frutas	Festival de loncheras saludables	Evaluamos el proyecto

VI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Participa activamente en la socialización del proyecto, expresando ideas y experiencias relacionadas con los hábitos alimenticios.
Infiere información deduciendo características de objetos y relaciones en textos orales, como rimas.
Infiere información deduciendo características de objetos y relaciones en textos orales, como adivinanzas
Reconoce la importancia de calmar la sed con bebidas nutritivas, identificando cuáles son saludables para su cuerpo y desarrollando hábitos de consumo responsable
Expresa la importancia de tener una buena alimentación
Participa en el cuidado de su cuerpo con una buena alimentación
Identifica y vivencia al realizar la preparación de las loncheras saludables con productos del biohuerto y con apoyo del docente.
Expresa lo aprendido sobre el cuidado de su salud a través de diferentes formas de expresión (oral, dibujo, dramatización).

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°01

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial: N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Leydi Maritza Delgado Fernández

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Aprendemos rimas con mis frutas favoritas”
2.2. Criterio de evaluación : Infiere información deduciendo características de objetos y relaciones en textos orales, como rimas.
2.3. Propósito : Que los niños escuchen y comprendan rimas relacionadas con frutas, infiriendo sus características a partir del texto oral, fortaleciendo su expresión y comprensión oral.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Comunicación	Se comunica oralmente en su lengua materna	- Obtiene información del texto oral. - Infiere e interpreta información del texto oral. - Reflexiona y evalúa la forma, el contenido y contexto del texto escrito.	Infiere información deduciendo características de personas, personajes, animales y objetos; así como relaciones de causa-efecto en textos orales (anécdotas, cuentos narrados, entre otros).

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Búsqueda del bien común	- Respeto - Responsabilidad

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Escuchan una historia para despertar el interés de los niños. (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños en semicírculo los niños escuchan la historia ➤ Observan una fruta para hacer que entren en conflicto cognitivo. - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente muestra frutas y pregunta, ¿Qué observan?, ¿cómo es esta fruta? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - “Hoy vamos a aprender rimas sobre las frutas identificando sus características” ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Qué frutas conoces? - ¿Hay frutas que rimen? - ¿Qué palabras terminan igual?	Recurso oral	
DESARROLLO	➤ Antes del discurso - Se sientan en semicírculo para escuchar a la docente. - Se anticipa que escucharán una rima divertida sobre frutas. ➤ Durante el discurso - La docente recita una rima sobre frutas. (anexo 2) - Los niños repiten y participan completando versos. - Se realiza el juego “completa la rima”. ➤ Después del discurso - Se realiza un pequeño diálogo: ¿Qué frutas escuchaste en la rima? ¿Con qué palabra rimaba? - Representan su fruta favorita.		
CIERRE	➤ ¿Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido? - ¿Qué aprendieron hoy? - ¿Les gusto lo que trabajamos el día de hoy?		

VII. Anexos:

Anexo 1: Historia – “La fruta viajera”

Un día, en el canasto de la cocina, una manzana, una fresa y una naranja decidieron hacer un viaje.

La manzana dijo: “Yo iré a ver a la rana del río, ¡a ella le gusta mi color rojo!”.

La fresa, traviesa, gritó: “¡Yo quiero ir a jugar con la princesa que tiene trenzas!”.

Y la naranja, muy divertida, dijo: “¡Yo visitaré a la bruja risueña que vive en la colina!”.

Las frutas se fueron saltando y cantando rimas por el camino:

“Yo soy la manzana sana, y me gusta la rana”.

“Yo soy la fresa traviesa, y brinco en la mesa”.

“Yo soy la naranja risueña, y vivo en la peña.”

Anexo 2: rima – “las frutas rimonas”

La manzana es muy sana,
juega en el parque con una rana.

La fresa se ríe en la mesa,
mientras se peina con una trenza.

La naranja canta en la granja,
con su amiga la vaca blanca.

El plátano es un buen hermano,

“La fresa se ríe en la mesa, mientras se peina con una...” (los niños dicen: trenza)

da abrazos con su mano.

Juego “Completa la rima”:

Después de recitar las estrofas completas una vez, puedes repetirlas con pausas para que los niños completen la última palabra. Por ejemplo:

“La manzana es muy sana, juega en el parque con una...” (los niños dicen: rana)

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Aprendemos rimas con mis frutas favoritas

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Infiere información deduciendo características de personas, personajes, animales y objetos; así como relaciones de causa-efecto en textos orales (anécdotas, cuentos narrados, entre otros).	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André		X
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	

SESIÓN DE APRENDIZAJE N°02

I. Datos informativos:

- 1.1. Institución Educativa Inicial : N°097 “Los Incas”
1.2. Edad : 4 años
1.3. Docente de aula : Luz Yovani Guevara Linares
1.4. Docente practicante : Heydi Nayeli Altamirano Rubio

II. Datos de la actividad de aprendizaje:

- 2.1. Denominación : “Loncheras ricas y nutritivas”
2.2. Criterio de evaluación : Demuestra acciones de cuidado personal y habito alimenticios.
2.3. Propósito : Que los niños conozcan los alimentos saludables y ricos que deben traer en sus loncheras.

III. Selección de área, competencias, capacidades, y desempeños:

ÁREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	DESEMPEÑO
Personal social	Construye su identidad	- Se valora a sí mismo. - Autorregula sus emociones.	Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma.

IV. Enfoques transversales:

ENFOQUE TRANSVERSAL	VALORES
Búsqueda del bien común	- Respeto - Responsabilidad

V. Actividades permanentes:

- Saludo
- Oración
- Asistencia
- Normas
- Inglés

VI. Desarrollo de la actividad:

MOM	ESTRATEGIA	MATERIAL RECURSO	T
INICIO	➤ Entonan una canción para motivarse y disponerse a escuchar los aprendizajes. CANCIÓN: "MI LONCHERITA" (anexo 1) - Los niños recuerdan acuerdos de convivencia para desarrollar la actividad. - Los niños en semicírculo escuchan la historia. ➤ Escuchan atentamente una historia sobre qué sucede con la docente y por qué está con un termómetro bajo el brazo, (anexo 2). - Los niños sentados en semicírculo escuchan a la docente. - La docente muestra pregunta, ¿Por qué creen ustedes que enfermé? ¿Qué habrá pasado con mi cuerpo? ¿Qué debo hacer para no volver a enfermarme? - Los niños dan sus diferentes ideas de acuerdo a lo preguntado. ➤ Escuchan el propósito para saber lo que trabajarán. - "Hoy vamos a conocer los alimentos saludables y ricos que debemos traer en nuestras loncheras" ➤ Dialogan mediante preguntas para rescatar sus saberes previos. - ¿Qué alimentos debemos traer en las loncheras? - ¿Serán importantes las frutas y verduras? - ¿Les gustan todas las verduras y frutas? - ¿Qué sabores son sus favoritos? - ¿Por qué o para qué serán importantes	Recurso oral	
DESARROLLO	➤ Problematicación - Se sientan en semicírculo para escuchar a la docente. - Observan 2 imágenes, un niño feliz y uno triste y enfermo y 2 loncheras, para entender el tema que se trabajará el día de hoy. (Anexo n° 2) La docente recuerda los acuerdos de convivencia, luego les comunica que a continuación observarán una serie de imágenes de alimentos saludables y también imágenes de comida chatarra para lo que requiere de su total atención y concentración. ➤ Análisis de información - Responden las preguntas para saber lo que observaron "diferente tipo de alimentos". ¿Qué observan? ¿Por qué el niño está enfermo? ¿Será por eso que está triste? ¿Cómo podemos ayudarlo?, ¿Por qué el otro niño está feliz y sano? - Refuerza la información explicando la importancia de consumir alimentos ricos y saludables, así como frutas y verduras durante sus loncheras. ➤ Acuerdos y toma de decisiones - Dictan un acuerdo por niño para mejorar su alimentación. - La docente copia en la pizarra o un papelote los acuerdos de los niños. - Dibujan y pintan alimentos saludables Cada niño en forma ordenada dibuja y pinta, alimentos saludables, que luego pegaremos en la pizarra alrededor del niño que consideren que necesita.		

CIERRE	➤ ¿Dialogan mediante preguntas para rescatar lo aprendido? - ¿qué aprendieron hoy? - ¿será importante para nuestra vida? - ¿fue fácil o difícil?, ¿qué pasa con nuestro cuerpo cuando comemos comida chatarra? - ¿será importante comer en las loncheras alimentos ricos y saludables?		
---------------	---	--	--

VII. Anexos:

Anexo 1: Canción – Mi loncherita.

Mercedes, E (2022). CANCIÓN: “MI LONCHERITA” [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=WGx0pAEyzkk>

YA ME VOY A MI JARDIN, CON MI LONCHERITA VOY YO LLEVO MI FRUTA, MI PAN Y MI LECHE PARA ALIMENTARME BIEN. (BIS)

Anexo 2: Escuchan atentamente una historia sobre qué sucede con la docente y por qué está con un termómetro bajo el brazo muchas golosinas más, después de la fiesta me dolía mucho la barriga y me dio fiebre, el doctor me revisó y me dio medicinas. ¿Por qué creen ustedes que enfermé? ¿Qué habrá pasado con mi cuerpo? ¿Qué debo hacer para no volver a enfermarme? Niños hace 3 días fui a una fiesta de cumpleaños y había muchas golosinas: chisitos, chupetines, caramelos, canchita.

LISTA DE COTEJO

Título de la actividad: Aprendemos rimas con mis frutas favoritas

N°	APELLIDOS Y NOMBRES	DESEMPEÑO	
		Toma la iniciativa para realizar acciones de cuidado personal, de alimentación e higiene de manera autónoma.	
		LOGRADO	NO LOGRADO
1	Amaya Guevara, Barís Gabriel	X	
2	Bartra Cubas, Iker Fabricio	X	
3	Calderón Gonzales, Kendal.	X	
4	Diaz Gonzales, Alejandra Kaori	X	
5	Escobar Gonzales, María	X	
6	Estrada Miñope Zarahi	X	
7	Farro Chávez, Alessandro Jared	X	
8	Hernández Tsejem Alison Leonel	X	
9	Hoyos Mailca Vilmer Rafael	X	
10	Llatas Paredes Jean Carlos	X	
11	Mundaca Paico, Liam Dan	X	
12	Oliva Vásquez, Alexia Valentina	X	
13	Pizarro Carranza, Kimberlyn	X	
14	Regalado Rodríguez, Yoel André	X	
15	Silva Alvarado Kylian Karin	X	
16	Torres Vásquez Xiomara Pamela	X	
17	Vásquez Arce Lucas Aldair	X	
18	Velasco Cruz, Edinson Jhair	X	