

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA
FACULTAD DE EDUCACION Y HUMANIDADES
E. A.P. EDUCACIÓN INICIAL**



**APLICACIÓN DE UN TALLER DE MINI CHEF PARA
MEJORAR HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN EN LOS NIÑOS DE
5 AÑOS DE LA I.E.N°1678 GARATEA .NUEVO CHIMBOTE
.2014.**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN
EDUCACIÓN INICIAL Y ARTE INFANTIL.**

TESISTAS:

DÍAZ SANDOVAL SUSAN NOEMÍ

SÁNCHEZ SILVA JESÚS MARÍA

ASESORA:

MG. HUERTA FLORES MARÍA MAGDALENA

NUEVO CHIMBOTE, PERU

2015.

HOJA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR

El presente informe de tesis “APLICACIÓN DE UN TALLER DE MINI CHEF PARA MEJORAR HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E. N°1678 GARATEA .NUEVO CHIMBOTE .2014.”, ha contado con el asesoramiento de la MG. María Magdalena HUERTA FLORES, quien deja constancia de su aprobación.

Mg. María Magdalena HUERTA FLORES

ASESOR

HOJA DE APROBACIÓN DEL JURADO

EVALUADOR:

El presente informe de tesis “APLICACIÓN DE UN TALLER DE MINI CHEF PARA MEJORAR HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LAI.E.N°1678 GARATEA .NUEVO CHIMBOTE .2014.”, tiene la aprobación del jurado evaluador, quienes firman en señal de conformidad.

Mg. María Magdalena HUERTA FLORES

PRESIDENTE

Mg. Mary Juana ALARCÓN NEIRA

SECRETARIA

Mg. Miriam VALLEJO MARTÍNEZ

INTEGRANTE

DEDICATORIA

A los niños y niñas
que son nuestra
motivación e
inspiración para
realizar nuestro
proyecto de
investigación.

AGRADECIMIENTO

A Dios por darnos un día más de vida y permitirnos

Llegar a los niños y brindarles todo nuestro amor.

A nuestros padres por los consejos, cariño y apoyo que

Supieron brindarnos en cada momento de nuestras vidas.

A nuestras profesoras que siempre supieron guiarnos por la

Senda del saber, en especial a la Docente en Educación

Inicial MARIA HUERTAS FLORES, por la paciencia, el desinterés,

el apoyo que nos demostró para poder realizar este Informe

de Investigación de las diferentes sesiones de aprendizaje en el aula.

Jesús y Susan

PRESENTACIÓN

Presentamos la tesis titulada “Aplicación De Un Taller De Mini Chef Para Mejorar Hábitos De Alimentación En Los Niños De 5 Años De La I.E.N°1678 Garatea .Nuevo Chimbote -2014, con la finalidad de mejorar los hábitos alimenticios en los niños de 5 años de I.E N°1678 Garatea, en cumplimiento del Reglamento de Grados y títulos de la Universidad Nacional del Santa para obtener el grado de licenciada en Educación Inicial.

El documento consta de seis capítulos: el primer capítulo “INTRODUCCION” que contiene planteamiento del problema, enunciado de problema, antecedentes, justificación, limitaciones, objetivos generales y específicos; el segundo capítulo “MARCO TEORÍCO”, que contiene las teorías que sustentan mi investigación; el tercer capítulo “METODOLOGÍA”, que contiene método de investigación, diseño de investigación, muestra, variables, hipótesis, variables e instrumentos, técnicas de recolección y procedimientos de trabajo; en el cuarto capítulo “RESULTADOS Y DISCUSIÓN”, descripción de los resultados, discusión; en el quinto capítulo “CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES” contiene las conclusiones y recomendaciones.

RESUMEN

El informe de investigación tuvo como propósito determinar en qué medida la aplicación del taller de mini chef mejorará significativamente los hábitos de los niños y niñas de 5 años de la I.E. N° 1678 Rayitos de Luz _Nuevo Chimbote.

La hipótesis que se maneja fue la hipótesis de investigación y nula en la Aplicación de un Taller de mini chef en qué medida influirá significativamente para mejorar los hábitos de alimentación en los niños y niñas de 5 años de la I.E. Rayitos de Luz_ Nuevo Chimbote.

Para constatar la Hipótesis se empleó el Diseño Cuasi experimental, Diseño con Pre Test y post Test con dos grupos, por lo cual la población se distribuyó en dos grupos: Grupo Control y grupo Experimental, el primero se Aplicó un Taller de Mini chef los resultados mostrarán las diferencias estadísticas significativas a favor del grupo experimental.

ABSTRACT:

The research report was to determine to what extent application of mini chef workshop will significantly improve the habits of children 5 years of El N°.1678 Light_ Rayitos Nuevo Chimbote.

The hypothesis was handling the null hypothesis in the research and application of a mini workshop chef significantly influence the extent to improve eating habits in children 5 years of El Luz_rays of Chimbote.

Experimental group control Group, one a chef Mini workshop results was applied: to verify the assumptions the quasi- experimental design, Test Design Pre and post test with two groups, so the population is distributed in two groups was used they show significant statistical difference favoring the experimental group.

INDICE

CARATULA.....	i
HOJA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR.....	ii
HOJA DE APROBACIÓN DEL JURADO EVALUADOR.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
INDICE.....	vi
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x

CAPITULO I INTRODUCCIÓN

1.1.Planteamiento del problema	13
1.2.Enunciado del Problema.....	21
1.3.Antecedentes.....	22
1.4 Justificación.....	24
1.5.Limitaciones.....	25
1.6.Objetivos.....	26

CAPITULO II MARCO TEÓRICO

2.1.Taller.....	28
2.2.Arte Culinario.....	47
2.3. Minichef.....	36
2.4.Hábitos Alimenticios	38
2.5.Area de Alimentación.....	47
2.6. Características del niño en etapa Preescolar sobre los hábitos de Alimentación.....	48
2.7 Organizadores, capacidades y conocimientos del área de Ciencia y Ambiente.....	50

2.8.Organizadores, capacidades y conocimientos del área de personal Social.....	52
---	----

CAPITULO III METODOLOGÍA

3.1. Metodología.....	54
3.2 Diseño de Investigación.....	54
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	55
3.3. Población.....	55
3.4 .Muestra.....	55
3.5. Hipótesis.....	56
3.6. Variables.....	56
Estrategias o Procedimientos de Trabajo.....	57

CAPITULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 RESULTADOS.....	59
4.2 Discusión.....	67

CAPITULO V CONCLUSIONES Y RECOMEDACIONES

5.1 CONCLUSIONES.....	71
5.2 RECOMENDACIONES.....	72

CAPITULO V BIBLIOGRAFIA

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	74
------------------------------------	----

Anexos.....77



CAPITULO I
INTRODUCCIÓN

1.1 Planteamiento del problema:

En este mundo globalizado de cambios económicos, Culturales, sociales, ya que en este impactante competencia de demanda y oferta, para los muchos de los consumidores que trabajan no tienen tiempo para poder dedicar a una buena alimentación, por ellos pueden caer en la rutina de consumir alimentos no nutritivos, que no ayudan al buen funcionamiento y desarrollo del ser humano solo se convierten en consumidores de estos productos. Debido a las enfermedades que se presentan en nuestros niños y adolescentes, para cambiar esto debemos generar la concientización de la población sobre la buena nutrición de alimentos saludables. En el Perú uno de cada cuatro niños sufre de desnutrición crónica, sin embargo esto ocurre por desconocimiento de los padres.

<http://radio.rpp.com.pe/nutricion/una-de-las-causas-de-la-desnutricion-es-el-desconocimiento-de-la-madre/2013>.

En el año 2010, las niñas y niños menores de cinco años de edad residentes en el ámbito del Programa Nacional de Apoyo Directo a los más pobres - JUNTOS, tienen más del doble de porcentaje de desnutrición crónica (38,0 %), que el total del país (17,9%). En el año 2007, la desnutrición crónica fue de 42,1 %; en el año 2010 alcanzó el 38,0 %, representando en este período una disminución de 4,1 puntos porcentuales. A nivel de departamento, los mayores niveles de desnutrición crónica en niñas y niños menores de cinco años se presentan en Huancavelica (44,7 %), Cajamarca (32,0 %), Huánuco (31,0 %), Apurímac (30,9 por ciento) y Ayacucho

(30,3 %). Contrariamente, Tacna, Moquegua y Lima presentan los menores niveles de desnutrición crónica (2,4, 4,8 y 6,2 %, respectivamente).

Implementado en el año 2007, los resultados de la ENDES (Encuesta Demográfica y de salud familiar) Continua 2010 muestran que los niveles de desnutrición en once departamentos se encuentran por encima de la línea de base: Huancavelica, Cajamarca, Huánuco, Apurímac, Ayacucho, Cusco, Junín, Loreto, Pasco, Ucayali y Ancash. En cinco departamentos, los niveles de desnutrición se encuentran por debajo de la Línea de base pero superior a la meta a alcanzar en el año 2011 (16,0 %), Amazonas, San Martín, La Libertad, Puno y Piura. En tanto, que ocho departamentos muestran niveles inferiores de desnutrición al 16, 0 %, que es la meta.

Recuperado de [http://proyectos.inei.gob.pe/ Libro.Ende.pdf/](http://proyectos.inei.gob.pe/Libro.Ende.pdf/).

Para asegurar el correcto desarrollo y crecimiento de un niño es necesario proporcionarle una dieta sana, equilibrada, variada y adecuada a su edad y sus necesidades. Una alimentación completa no solo asegurará su crecimiento, sino también su salud presente y futura ya que la dieta de los primeros años de vida marcará el metabolismo del niño en su etapa adulta, y aumentará o disminuirá las posibilidades de padecer ciertas enfermedades.

Si los padres no consumen o no conocen una variedad de alimentos en el hogar, probablemente al niño o la niña no le guste comer algunos alimentos necesarios

para su crecimiento y desarrollo. Tomar el tiempo Suficiente para alimentarlos y a su vez darles muestras de afecto, como cantarles una canción, haciendo de las comidas momentos para compartir.

Si los padres acostumbran a sus hijos a La alimentación basada en comidas rápidas, incluidas las hamburguesas ,son ricas en grasas, azúcares (gaseosas, galletas, jugos envasados ,chocolates) no debemos mandarles en sus loncheras esos alimentos , que van a originar escasos nutrientes, sino mandarles sándwich de pescado con lechuga ,jugo de naranja .

La mala alimentación puede desencadenar avisos en forma de síntomas que encienden la alarma en nuestro cuerpo para que tomemos conciencia de las graves consecuencias que podemos sufrir. Uno de los principales problemas de salud infantil en nuestro país, es la desnutrición crónica existente, originada por la ingesta de una dieta inadecuada (deficiente en yodo, hierro y micronutrientes).

El índice de madres con bajo nivel cultural está relacionado con el tema de desnutrición ya que desconocen cómo alimentar o variar los alimentos de manera adecuada.

Para muchos padres, la lucha diaria con sus hijos empieza a la hora del desayuno y se repite en cada comida. Niños que no comen o que apenas ingieren dos o tres alimentos diferentes (generalmente, nada sanos), dejando de lado grupos

enteros como las verduras, las frutas, el pescado, los cereales, que nuestro organismo necesita para poder tener buenas energías para poder realizar todas nuestras actividades como correr, caminar, pasear en bicicleta, concentración en nuestros estudios. Estos niños suelen estar más delgaditos, lo cual preocupa a sus padres teniendo en cuenta ésta situación los padres de familia deben tomar conciencia y reflexionar acerca de qué están haciendo para mejorar la nutrición por medio de la alimentación de sus hijos para lo cual debemos fomentar los estilos de vida saludable, las cuales lo conforman todas las actividades que una persona, familia, pueblo o sociedad realiza cada día para mantenerse sano.

Los estilos de vida no pueden ser aislados del contexto social, económico, político y cultural para dignificar a la persona en la sociedad brindándoles mejores condiciones de vida y bienestar.

El estado ha venido asignando importantes recursos destinados a programas de asistencia alimentaria En el Perú se creó un programa llamado Qaliwarma en el cual significa niño vigoroso.

Qaliwarma es un programa que brinda servicio alimentario con complemento educativo a niños y niñas matriculados en instituciones educativas públicas en el nivel inicial y primaria a fin de contribuir o mejorar la atención en la clase , promover mejores hábitos de alimentación en los usuarios del programa , una participación de los padres de familia , beneficia a más de dos millones 500,000 niños y niñas en las

escuelas públicas del país más pobres, no solo tiene un impacto nutricional sino también productivo y económico en las zonas donde se ejecuta, ya que utiliza una dieta andina con ingredientes nativos. Son 43,561 en las escuelas públicas lo que representa el 91% de la meta para el 2013.

El componente alimenticio consiste teniendo en cuenta las recomendaciones del centro Nacional de alimentación y nutrición (**CENAN**) según la propuesta de Andrés Ugaz cocina identidad y territorio (apega) propuso 10 recetas para desayuno y 10 recetas para almuerzo.

Los desayunos son semiespesos y mazamorras espesas en base a leche, cereales, derivados como avena, quinua, quiwicha, trigo, maíz, harina, pan, galletas, sandwichs, mousse, mermeladas, camote, yogurt, etc.

Ley de promoción de la alimentación saludable para niños, niñas y adolescentes. La implementación de kioscos y comedores saludables en las instituciones de educación básica regular debe de ser una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo. La Promoción de la educación nutricional en el diseño curricular básico regular y de la educación no escolarizada. El ministerio de salud, en coordinación con el ministerio de educación, el ministerio de agricultura, los gobiernos locales y gobierno regionales buscan la promoción de hábitos alimentarios que contribuyan a mejorar los niveles de nutrición.

En las diferentes instituciones educativas de Chimbote y nuevo Chimbote hemos observados que niños y niñas en sus loncheras no llevan alimentos nutritivos por lo cual visualizamos que se alimentaban de comida chatarras que no ayudan a fomentar los hábitos saludables ya que desde temprana edad están predispuestos a aprender y practicar estos hábitos y no tendrán problemas en la vida adulta.

En la Institución Educativa N°1678 se puede visualizar diferentes casos de una inadecuada ingesta de alimentos no nutritivos como golosinas, que consumen los niños a diario en sus loncheras por lo tanto los padres de familia se ven obligado a comprar dichas golosinas por caprichos de sus hijos, sin embargo podemos prever consecuencias futuras que se puedan desencadenar en diferentes enfermedades en la vida adulta como la diabetes, obesidad.

Muchos padres de familia creen que ser buen padres significa dar todo lo que nos piden nuestros hijos pero erradamente nos equivocamos cuando brindamos a nuestros niños loncheras con menor valor nutricional que no ayudaran en su crecimiento y desarrollo de acuerdo a su edad del niño, perjudicándolos en su desarrollo cognitivo ya que no prestara la de vida atención en las Clases, ya que les causa sueño y desgastan energías en las actividades físicas.

Frente a ello UGEL Santa llevó a cabo el I concurso de Loncheras Saludables donde se busca incentivar el desarrollo de hábitos de alimentación saludable, fomentando la incorporación de alimentos nutritivos en las loncheras escolares, así como el

mejoramiento del valor nutricional de los alimentos ofrecidos en los quioscos escolares.

Al respecto el Director de la UGEL-Santa Mg. Job Félix Aguirre manifestó que la actividad del concurso de loncheras saludables, se busca promover una educación que oriente a los estudiantes de todos los niveles y modalidades de Educación Básica, hacia el logro de proteger la salud y acortar las brechas de exclusión mediante una alimentación saludable. Las Instituciones Educativas de la Provincia del Santa, deben preparar sus loncheras nutritivas utilizando productos de la región, con la participación comprometida de los padres, argumentó Aguirre Espinoza.

Ministerio de Educación recuperado <http://www.minedu.gob.pe> .2014.

MINEDU convoca a concurso escolar de loncheras y quioscos saludables: Adquirir hábitos de vida saludable se ha vuelto actualmente una de las principales metas para la mayoría de los países en el mundo, debido a que la desnutrición y la obesidad infantil siguen siendo problemas a solucionar.

Así indicó el viceministro de Gestión Pedagógica del Ministerio de Educación, Flavio Figallo, donde el Ministerio de Educación lanzó el II concurso nacional: "Nuestra lonchera y quiosco saludables".

"El concurso, organizado por la Dirección de Educación Comunitaria y Ambiental y el Congreso de la República, es una iniciativa de gran trascendencia en la vida de los niños". Tiene que ver con lo que ocurre en el hogar, en cada familia y en la

Institución educativa de cómo se preparan los alimentos para los niños. A partir de la lonchera saludable depende un conjunto de cosas que benefician la salud, subrayó el viceministro. Indicó que con ello se fomenta la incorporación de alimentos peruanos y muy nutritivos en las loncheras y que se mejore el valor nutricional de los alimentos ofrecidos en los quioscos de las escuelas. Este tipo de actividad incentiva, a la comunidad educativa en general, a crear una cultura saludable, subrayó Flavio Figallo.

Por su parte, Aurora Zegarra, titular afirmó que el concurso busca promover la alimentación saludable y la nutrición adecuada de los estudiantes de las instituciones públicas y privadas del país, conforme a lo que establece el Ministerio de Salud. En ese sentido exhortó a los directores, docentes y padres de familia vigilar los quioscos en las escuelas y asegurar una alimentación nutritiva en las loncheras de sus hijos, como una forma de mitigar enfermedades como la obesidad, hipertensión, diabetes, etc., que son el resultado del consumo de comida chatarra.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Perú ocupa el octavo lugar en el ranking mundial de países con mayor obesidad infantil, con más de 480 mil niños menores de cinco años que sufren de este mal.

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) refiere que el sobrepeso en la población escolar suele ser más frecuente en las zonas urbanas (16%) que en las zonas rurales (7%).

La población escolar del país se estima en 8.5 millones de estudiantes, que son atendidos por más de 315 mil docentes en 105 mil instituciones educativas de Inicial, primaria y secundaria.

<http://www.educacionenred.pe/noticia/2014>.

Según RAMOS , ORLANDO(1976) afirma que “la alimentación son las sustancias que al ingresar al organismo van a nutrir, y a su vez repara desgaste de energía y del calor mismo provocados por la pérdida de la actividad funcional del cual se sometió la persona .”

Así como Afirma Vanessa Muziani” La infancia es la mejor etapa de la vida para adquirir buenos hábitos alimentarios ya que estos, como los demás modelos del comportamiento ,son adquiridos por repetición y casi o completamente de forma involuntaria .Por ello las costumbres nutricionales adquiridas en la infancia se modifican muy pocos en los años posteriores, ya que el aprendizaje inconscientemente y la formación de las actitudes se producen en esta etapa de la vida.

1.2 Enunciado del problema:

¿De qué manera influye el taller de mini chef para mejorar los hábitos de alimentación en los niños de 5 años de la I.E.I N°1678.Garatea.Nuevo Chimbote?

1.3 Antecedentes:

Las investigaciones revisadas corresponden a investigadores pertenecientes a Universidades locales y son las siguientes:

Méndez Grados ,Yesenia Ivet, "Influencia Del Taller de Mini chef En la Mejora de Hábitos Alimenticios con niños y niñas de 05 años De la Institución Educativa "La Inmaculada"(2013) para obtener La Licenciatura de docente de Educación Inicial Universidad Privada César Vallejo, llego a las siguientes conclusiones:

- Los niños de cinco años de la I.E.P La Inmaculada cuyos hábitos alimenticios antes de empezar el taller se concentraba en el nivel regular con un 100% paso, al finalizar el taller, al nivel bueno con un 100% por lo cual se considera que la influencia del taller es positivo.
- El taller de mini chef resulto eficiente y positivo para mejorar los hábitos de alimentación.

LOLOY AGUILAR , Angelita Yahaira , "PROGRAMA BASADO EN LA LONCHERA NUTRITIVA V Y SU INFLUENCIA EN EL APRENDIZAJE DE NIÑOS Y NIÑAS DE 05 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA 304 "TRAPECIO" CHIMBOTE " (2012) para

Obtener La Licenciatura de docente de Educación Inicial Universidad Privada San Pedro, llego a las siguientes conclusiones:

- La mala alimentación se manifiesta por diversos factores, como la frustración de los niños frente a una situación dada por la decisión de los padres al adquirir alimentos inapropiados en las loncheras de los niños.
- Por otro lado podemos afirmar que el aprendizaje deficiente es notorio en las aulas de clase en especial en educación inicial, en las aulas de algunos docentes carecen de crecimiento, habilidades, creatividad para dar solución a este tipo de problemas. Sin embargo existen investigadores con iniciativa que sugieren alternativas para el logro de aprendizajes deseado.

CALDERON ESQUIERRE, Patricia Yuliana , “PROPUESTA DE TALLERES BASADA EN LA LONCHERA NUTRITIVA PARA INCREMENTAR EL RENDIMIENTO ESCOLARA EN LOS NIÑOS DE CINCO AÑOS DE LA I.E MARIA MONTESSORI” (2010) para obtener el título Profesional De Licenciada en la Especialidad de Educación Inicial Universidad Privada San Pedro, llego a las siguientes conclusiones :

- En el rendimiento académico de los niños de 5 años que tuvo el grupo control y el experimental, ambos grupos fue bajo, el grupo de control no hubo diferencias sustantivas, el grupo experimental percibimos diferencias notarias.

- Los padres de familia cambiaron la opinión de aceptar que una lonchera nutritiva no significa darle cualquier alimento a los niños.

MORENO SÁNCHEZ , Marilyn Nelly, “RELACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL Y EL DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO MENOR DE 5 AÑOS EN LA COMUNIDAD “LA MOLINA ” DEL DISTRITO DE NUEVO CHIMBOTE (1998) para obtener el título en enfermería Universidad Nacional Del Santa, llego a las siguientes conclusiones :

- Un niño en los primeros años de vida, debe recibir una adecuada alimentación para mantener un buen estado de salud y lograr así desarrollarse corporal e intelectualmente toda su capacidad genética.
- A nivel nacional, la desnutrición sigue siendo uno de los problemas más graves y más prevalentes que afronta nuestro país.

ZVALETA NISAMA, Betty Emperatriz, en su tesis “HABITOS ALIMENTARIOS Y SU RELACIÓN CON EL ESTADO NUTRICIONAL DEL PREEESCOLAR EN EL ASENTAMIENTO HUMANO DAVID DASSO_ NUEVO CHIMBOTE, (1996), para obtener el título de licenciada en enfermería en la Universidad Nacional del Santa, llego a las siguientes conclusiones:

- En todas partes del mundo se encuentran costumbres alimentarias racionales e irracionales .Sin embargo los hábitos alimentarios se basan principalmente en la disponibilidad.
- El desconocimiento en la preparación y combinación adecuada de los alimentos proporcionan una deficiencia alimentaria contribuyendo a deteriorar su estado nutricional del preescolar.

Según Jessica Osorio E. Y Gerardo Weisstaub N., Carlos Castillo D, del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la universidad de Chile en su artículo denominado “EL DESARROLLO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN LA INFANCIA Y SUS ALTERACIONES”, sostiene lo siguiente:

- En los seres humanos hay modos de alimentarse, preferencias y rechazos hacia determinados alimentos están fuertemente condicionados por el aprendizaje y las experiencias vividas en los primeros 5 años de vida, el niño incorpora la mayoría de los hábitos y prácticas alimentarias ,La madre tiene un rol fundamental en la educación y transmisión de pautas alimentarias al hijo, por lo que debe centrarse en ella la entrega de contenidos educativos preventivos, que permitan enfrentar precozmente las enfermedades relacionadas con conductas alimentarias alteradas (rechazos alimentarios, obesidad, diabetes, anorexia nerviosa).

- El desarrollo de la conducta alimentaria es un proceso como los componentes psicológicos del niño, de los padres y de la familia y además componentes culturales y sociales.

1.4 Justificación:

La investigación se ha realizado de la necesidad de explicar y dar a conocer la importancia de mejorar la alimentación de los niños en el nivel inicial por lo cual no existen investigaciones para mejorar hábitos de alimentación en los niños de 5 años.

La alimentación en la vida del ser humano, en especial a los niños menores de 6 años. Están en una etapa de crecimiento y desarrollo, es quien necesita mayor requerimiento energético y para ello es necesario tener un buen manejo y conocimientos de nutrientes que deben ser considerados dentro de una dieta balanceada.

Se logró que los niño tenga una buena alimentación, por ende logramos tener un niño con habilidades y destrezas, un niño capaz de lograr aprendizajes significativos, es más lograremos que su desarrollo y crecimiento mejore en la práctica de hábitos alimenticios.

Por lo tanto, se realizó un taller de mini chef para mejorar hábitos de alimentación en los niños de 5 años, tiene como principal finalidad brindar orientación adecuada a los niños acerca de los alimentos que tienen que ingerir para así lograr un buen crecimiento y desarrollo.

La alimentación que tienen los niños, es importante para ello los padres de familia deben seleccionar de manera adecuada los alimentos de sus hijos, los cuales fueron importantes para el buen desarrollo del niño, para orientar a través de actividades sobre los alimentos adecuados que requiere el niño para el buen funcionamiento de su organismo.

Como investigadoras nos convertimos en orientadoras y facilitadoras del proceso de aprendizaje de los niños para que aprendan de una manera idónea a preparar loncheras nutritivas ,así mismo conlleva a la adquisición de hábitos en la mejora nutricional de los niños y niñas de 5 años de edad de la Institución Educativa N°1678.

Estamos seguras que estos resultados motiven a otras docentes para elaborar talleres con los niños donde aprenderán a través de la participación activa a preparación platos sencillos y nutritivos y sus hábitos mejoren la calidad de salud de las niñas y niños de 5 años de edad y así mejoren la calidad del servicio Educativo y la calidad de vida de los niños y niñas de Nuevo Chimbote.

1.5 Limitaciones:

- Traer más ingredientes por parte de los padres para la preparación de las recetas.

- No tener acceso a las tesis en las universidades de lima para conseguir más antecedentes.
- Pocos trabajos de investigación sobre taller de mini chef.
- Poca información bibliográfica y tesis sobre hábitos alimenticios en niños

1.6 Objetivos:

1.6.1 General:

Demostrar que la aplicación del taller de mini chef mejora los hábitos de alimentación de los niños de 5 años de LA I.E N° 1678 Urbanización Nicolás Garatea.

1.6.2 Específicos:

- Identificar hábitos de alimentación de los niños de los grupos Experimental y control de una investigación antes de aplicar el taller.
- Comparar los resultados en cuanto a la práctica de hábitos de alimentación por los grupos de investigación después de aplicado el taller.
- Comprobar la efectividad del taller de mini chef en la práctica de hábitos de alimentación.



CAPITULO II

MARCO

TEÓRICO

2.1. TALLER:

a) Concepto:

Según René M. (2002pág. 6) entiende el taller como un espacio tiempo para la vivencia, la reflexión y la conceptualización, como síntesis del pensar, sentir y el hacer. Como el lugar para la participación y el aprendizaje.

En consecuencia, todo trabajo en taller implica necesariamente organizar y concretar una tarea en grupo, tarea compartida y asumida por todos, dado que la producción es social y no individual y en paralelo. No hay taller si no hay proyecto, sino hay una tarea u objetivo común a realizar en grupo.

Según González C. (1987 Pág. 7) el taller es una modalidad pedagógica tiene como eje un proyecto o tarea para la elaboración de un producto, resolución de un problema utilizando la investigación y organización y comprensión de la realidad lo que lleva a un desarrollo de la autonomía moral e intelectual.

Que implica un tiempo y un espacio para el aprendizaje donde se conjugan el hacer, el pensar y el sentir, fomentando la participación y el compromiso para que el alumno logre la organización y comprensión de la realidad, lo que lleva a un desarrollo de la autonomía moral e intelectual y requiere de elementos los cuales

Son: Docentes _coordinadores, alumnos, espacio físico, recursos, frecuencia, duración.

Según B. de Denies E. (1987 Pág. 112) el taller es una de las modalidades alternativas de organización y desarrollo del período de juego- trabajo que se adecua a las características que requiere el nivel de escolaridad inicial .

Mediante esta forma de organización se brinda al niño un tiempo y espacio dotados de posibilidades y materiales para realizar aprendizajes creativos e integradores del hacer, el pensar y el sentir. Estos aprendizajes estarán orientados hacia la consecución de los objetivos y contenidos educativos.

(René .M. 2002)

(DENIES 2002)

<http://www.pdf.concepto de taller 2013>.

Según el ministerio de Educación (Pág. 163) define al taller como una unidad didáctica que promueve el desarrollo de los talentos y potencialidades expresivas y artísticas de los niños y niñas, a la vez que potencializa las habilidades de las profesoras. Se podrán plantear talleres que respondan a las demandas de los niños y niñas y de la comunidad.

<http://www.propuesta pedagogica de educacion inicial 2012>.

b) OBJETIVOS DE UN TALLER

- ✓ Promover y facilitar una educación integral e integrar simultáneamente en el proceso de aprendizaje el Aprender a aprender, el Hacer y el Ser.
- ✓ Realizar una tarea educativa y pedagógica integrada y concertada entre docentes, alumnos, instituciones y comunidad.
- ✓ Superar en la acción entre la formación teórica y la experiencia práctica.
- ✓ Facilitar que los alumnos o participantes en los talleres sean creadores de su propio proceso de aprendizaje.
- ✓ Crear y orientar situaciones que impliquen ofrecer al alumno y a otros participantes la posibilidad de desarrollar actitudes reflexivas, objetivas, críticas y autocríticas.
- ✓ Promover la creación de espacios reales de comunicación, participación.

<http://www.pdf.objetivo de taller 2013>.

c) TIPOS DE TALLER:

❖ TALLER PEDAGÓGICO:

MIREBANT GLORIA: PROPONE EL TALLER PEDAGICO COMO UN TIPO DE TALLER Y LO DEFINE: “es una reunión de trabajo donde se unen los participantes en pequeños grupos o equipos para hacer aprendizajes prácticos según los objetivos que se proponen y el tipo de asignatura que los organice.

El taller pedagógico resulta una vía idónea para formar, desarrollar y perfeccionar hábitos, habilidades y capacidades que le permiten al alumno operar con el conocimiento y al transformar el objeto, cambiarse a sí mismo”.

<http://www.gloria morales suarez1pdf .2013>.

Además existen diferentes tipos de taller para trabajar con niños menores de 5 años entre ellos están:

- ✓ Taller de matemática.
- ✓ Taller literario y lector escritura.
- ✓ Taller plástica.
- ✓ Taller de Expresión Corporal.
- ✓ Taller de cocina.

(Ediciones CORCEL; 1992)

❖ TALLER DE COCINA:

El taller consistes en que los niños se formaran ordenadamente, se lavan las manos, luego cogerán los utensilios utilizados como: cubiertos, recipientes, asaderas, por la cual habíamos dividimos la tarea en dos grupos .El taller funciona en tres puntos característicos de la escuela. El lugar de reunión, donde se desarrollará la actividad, la cocina.

- 1. Lugar de reunión:** Los niños se irán acomodando a medida que llegan .Allí intercambiaban ideas y también comentaran los materiales con los que disponían, serán ellos los que elegirán que hacer (elaboración de recetas, cantidad de ingredientes, etc.).
- 2. Dónde se desarrollará la actividad:** se trasladan al comedor, lugar ideal para amasar, cortar, agregar, experimentar, observar.
- 3. Cocina:** se dirígían a la cocina para hornear lo que cada uno había realizado. Los chicos comenzaban a ordenar e higienizar el lugar que se utilizado.

❖ **PROCESO Y EVOLUCIÓN DEL TALLER:**

El trabajo consiste o mejor dicho apunta al producto. Las recetas serán propuestas y leídas por ellos, los niños quedaran asombrados por los resultados y la transformación de la materia realmente lograran impactarlos, no estábamos

conformes con el trabajo, notábamos que no cumplía nuestras expectativas, nos dimos cuenta de lo poco que hacíamos para estimular el crecimiento del

Pensamiento infantil, la elaboración de hipótesis, la confrontación, la escritura Espontánea, el aspecto experimental le dieron un vuelco favorable que permitió en poco tiempo enriquecer y revertir el trabajo.

Tratando de buscar un objetivo que englobara nuestra labor, pero nos resultara un poco difícil, manejábamos hasta entonces aspectos científicos, lógico matemático, motriz, nos permitió fusionar talleres, compartir actividades con otras actividades y la interacción, nos dio mayor seguridad y confianza.

Consideramos que existen objetivos en común con otros talleres como por ejemplo:

- A. Matemática
- B. Ciencias
- C. Literario y de lecto - escritura
- D. Plástica
- E. Expresión corporal

Que pasaremos a detallar a continuación:

a) Matemática o lógico-matemático: Se trabajara con cantidades, proporciones, nociones de medida, clasificaciones (utensilios, sabores, texturas, las clasificaciones

Solíamos trabajarlas cuando contábamos con pocos elementos de trabajo (harina, manteca, azúcar, huevos, etc.).

Nuestro taller no servía sólo para cocinar y comer. Nuestro taller no servía sólo para cocinar y comer. También nos permitía acercarnos a la matemática.

b) Ciencias: Para la elaboración de hipótesis y su posterior confrontación, transformación de la materia, todo tipo de experimentación y observación.

La interacción con otros chicos de diferentes edades y al escuchar diferentes criterios e hipótesis hacia que el grupo se sintiera movilizado a la confrontación posterior y acudiera nuevamente al taller, nos permitió un taller bastante concurrido de 30 niños , con un aspecto experimental y dinámico, parecía un pequeño laboratorio.

c) Literario y de lecto-escritura: Las recetas eran realizadas en su totalidad por los chicos, la confección (Manejo de proporciones, escritura de los ingredientes, lectura de recetas, lectura y escritura espontánea, etc.) registro de hipótesis.

En la elaboración y confección de recetas, la evolución y el proceso sufrido.

d) Plástica: Estimulando la creación personal en el producto, la decoración como valorización estética, tanto en lo personal como grupal.

e) Expresión Corporal: Manipuleo de objetos, enroscar, desenroscar, tapar, revolver, amasar, llenar recipientes, trasvasar. Utilización y manejo de elementos: cuchillos, cucharas, recipientes. Ver la curiosidad innata de los chicos, tratando de brindarles posibilidades de observación, búsqueda de respuestas y experimentaciones que les permiten proyectos de investigación a partir de la Elaboración de hipótesis, así situaciones Problemáticas, desequilibrios intelectuales necesarios en toda situación de aprendizaje, que les Permiten hallar nuevas soluciones .Ser guía y conductores de actividades estimulando la reflexión sobre lo que se observó.

2.2. ARTE CULINARIO:

a) CONCEPTO:

La culinaria o arte culinario es una forma creativa de preparar los alimentos y depende mucho de la cultura, en términos de conocimientos respecto a los alimentos, su forma de prepararlos.

La palabra "**culinaria**" se refiere a algo que está relacionado a la cocina o las cocinas. Arte culinario, entonces, se define como el arte de cocinar.

Existe un arte culinario característico en cada pueblo, cultura y región.

La higiene y manipulación de alimentos y con las debidas decoraciones para cada tipo de plato.

b) IMPORTANCIA DE EL ARTECULINARIO DESDE NIÑO:

Los talleres y **cursos de cocina** han logrado los últimos años seducir también al público infantil. Muchos niños y niñas disfrutan hoy en día, el placer de experimentar el **arte culinario** elaborando distintas recetas, diseñadas especialmente a partir de sus etapas de crecimiento.

Los talleres están organizados generalmente para **grupos de niños** que oscilan entre los 4 y los 12 años. Los mismos ofrecen clases **teóricas y prácticas** respecto a los ingredientes y la manera que deben cocinarse.

A su vez, los pequeños aprenden de una manera más didáctica, el origen de los productos, la forma de cocción, diversas dietas, hábitos de alimentos que ayudaran a crear recetas de alimentos de manera divertida. Este tipo de **educación gastronómica** ayudará a establecer una base para que el día de mañana los niños puedan desarrollar platos más sabrosos, mejor elaborados, nutritivos y sanos.

<http://www.guiainfantil.com/1285/consejos-para-que-los-ninos-se-diviertan-en-la-cocina.html>.2013.

c) BENEFICIOS QUE NOS BRINDA EL ARTE CULINARIO:

El **beneficio** que ofrece realizar un curso de estas características es que nuestros niños aprenden de una forma más entusiasta a **comer mejor**, desarrollando un

criterio de **alimentación más saludable** para su organismo. Ellos aprenderán a analizar la calidad de los productos y a tomar conciencia sobre los hábitos saludables e importancia de la **seguridad** y la **higiene** en la cocina.

Los niños acceden a tocar, mirar, probar, oler y desmenuzar los alimentos sin prejuicios, adoptando una actitud más **amplia e independiente** para la selección de los mismos. Los pequeños realizan cada paso de **las recetas**, teniendo la posibilidad de probar productos de temporada, elaborar platos típicos.

<http://www.olebebe.com/2011/12/04/cursos-de-cocina-para-niños-aprender-desde-pequeño-el-arte-culinario/2013>.

2.3. MINICHEF:



a. Concepto:

Chef es un término que procede del francés y que hace referencia al jefe de cocina. El concepto se utiliza, en el lenguaje cotidiano, para nombrar a la persona cuya profesión u oficio consiste en cocinar.

<http://definicion.de/chef/2015>.

b. Características:

Debe ser capaz de liderar a su *brigada*:

- Referencia a un equipo de personas bajo sus órdenes y mantener siempre un control e higiene excelsos, para brindar un servicio de calidad al comensal.

- El chef diseña las recetas, elige ingredientes y dirige a las personas que se encargan de elaborar cada plato.
- El chef debe ser un experto en cocina y conocer con propiedad los productos, la administración, la contabilidad, la nutrición.
- El chef aporta a la cocina nuevas técnicas como la de construcción, que consiste en conseguir que una receta tenga el mismo sabor de siempre pero presentando sus componentes con texturas y aspectos diferentes.



MINICHEF EN LOS NIÑOS:

c. Importancia:

- Los niños pueden aprender importantes valores necesarios para su desarrollo psicológico como la responsabilidad y el valor de colaborar en las tareas de casa.
- Además es una buena vía para que se inicien en conocer cuáles son las propiedades de los alimentos, y la importancia de llevar una dieta equilibrada.
- Es una actividad muy divertida para los niños, útil para entretenerlos. Les encanta mezclar ingredientes y dar forma a los platos con sus manitas, eso sí, siempre bajo la supervisión de los adultos para los procesos complicados.

- Decorar la comida y darle formas divertidas se convertirá en toda una aventura, que también mejorará su destreza manual.



<http://www.guiainfantil.com/1266/cocinando-con-ninos.html>.2015

2.4. HÁBITOS ALIMENTICIOS:

A. CONCEPTO:

Los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar. Un hábito es una acción que se repite constantemente, con lo cual se crean habilidades que se utilizarán en situaciones de la vida.

El proceso de formación de hábitos en los niños y las niñas, se basa en la construcción de rutinas en las cuales es importante que los adultos tengan en cuenta los siguientes aspectos:

- ✓ Definir cuáles son los hábitos que serán objeto del proceso de enseñanza aprendizaje: cómo, cuándo y dónde practicarlos.
- ✓ Estructurar los pasos o secuencias a seguir para su adecuada implementación y práctica constante en la vida diaria.
- ✓ Dar a conocer la importancia y las ventajas de su práctica oportuna y constante, por parte de los(as) niños(as) y la familia

Instituto Nacional de Nutrición (2002). Pasito a Pasito los niños. Recuperado de <https://www.insk.com/alimentacion-desde-la-infancia.html>.

Un hábito se considera el hecho de que se trata de un comportamiento que va más allá, de la habilidad o capacidad de ejecución, para ser un comportamiento integrado, de forma habitual, en los planos cognitivo, motor y emocional.

- 1. Una conducta aprendida :** desde el nacimiento , el bebé adquiere una serie de aprendizaje , propios del entorno en el que nace , que favorecerán su actuación e integración (Brazellon, 1994), por ello los adultos serán los responsables de los cuidados del bebé y de los menores , podrán decidir el momento adecuado para enseñar y exigir cada conducta.

- 2. Se lleva acabo cotidianamente :** La cotidianidad es un elemento clave en la adquisición de los hábitos .En este caso hay que favorecer la comprensión del contexto en el que se deben dar para que sea el propio individuo, considerar a un niño autónomo porque sabe realizar una tarea determinada aunque no lo

haga de forma habitual y precise estímulos y gratificaciones , en este caso no hay hábito sino posibilidad de tenerlo.

3. **Se ejecuta con cierta corrección:** En cada edad se planteará, inicialmente, la conducta y sólo a partir de la práctica irá exigiendo la corrección, ya que con la práctica irá mejorando, se garantizará que la posible falta de corrección no sea el fruto de las actitudes si no de la madurez.
4. **No se requiere control, presión , exigencia o respuesta del entorno:** Este aspecto será clave para la consolidación del aprendizaje de hábitos , estar fomentado por estímulos externos , sean éstos premios o castigos .Durante el Aprendizaje una intervención de los adultos para favorecer la comprensión y el motivo de la actuación , se deben dar recursos de autocontrol para que sea del propio niño quien regule sus actitudes de forma autónoma .

B. PROCESO DE ADQUISICIÓN DE HÁBITOS:

A continuación se analizará el proceso de aprendizaje desde tres perspectivas diferentes Requisitos, aspectos determinantes y fases del proceso.

Requisitos: Antes de pasar al análisis concreto de cada tipo de hábitos es que se trata de un aprendizaje de largo plazo , con una serie de aspectos, propios de cada edad , es preciso plantear de forma sistemática y dialogante los objetivos y la metodología que se utilizará , implicando a todos los

Protagonistas, adultos y niños, para que sea un aprendizaje claro y comprensivo.

Por lo que los adultos deben priorizar una actitud educativa serena y coherente, propia de todos los aprendizajes funcionales. Para ello es fundamental garantizar unos requisitos, factores claves que deben estar presentes en cualquier tipo de respuesta, ya sea en el aprendizaje de exigencia. Entre estos requisitos destacamos los que describen a continuación:

- a.** Las relaciones afectivas entre los padres y los hijos: son la base de toda convivencia. Se trata de garantizar que el afecto favorezca la confianza y mantenga la intensidad de las relaciones, por encima de las situaciones conflictivas y las dificultades. Con las relaciones afectivas las personas son capaces de manifestar sus sentimientos y establecer vínculos basados en la aceptación mutua y valoración, lo que permite construir y desarrollar la personalidad con seguridad y confianza. Lo cual no significa evitar las dificultades sino dar apoyo entre ellas. Frecuentemente la familia frente a una oposición por parte del niño, tiende a evitar conflicto y resuelve las situaciones. Ante esta respuesta, los niños perpetuarán la oposición, incidir en una falta de seguridad y autoestima, ya que los adultos, con su respuesta, generan esta falta de confianza en sí mismo.

- b. El equilibrio y estabilidad emocional del adulto:** Frente a las posibles respuestas del niño constituyen un factor clave del proceso educativo. La tranquilidad, aunque algún momento pueda ser difícil de mantener, es la clave para que los niños comprendan que los adultos están seguros de lo que exigen y es inevitable cumplir con las normas propuestas, por ello no es necesario responder con agresividad (castigos) o impaciencia (nervios, gritos), sino con tranquilidad y serenidad.
- c. La autoridad:** Hace referencia a las pautas de relación que, basándose en la objetividad, plantean normas y exigencias razonables dirigidas al bien común y sustentadas en razones lógicas que emanan de los conocimientos y del análisis de necesidades. Con esta autoridad no será preciso usar recursos externos (premios o castigos) que puedan interferir en las relaciones individuales o del grupo.
- d. A partir de la afectividad:** Se garantiza un nivel de comunicación adecuada para que el niño entienda que se pretende y con qué fin.
- e. La constancia y la sistematización:** Es fundamental que las normas no fluctúen en función de caprichos o circunstancias. Se trata de garantizar que el niño comprenda sus comportamientos, así que su posible oposición no cambiará nada.

M.J.Comellas 2001 Los hábitos de autonomía proceso de adquisición
Editorial Cea, S.A.

C. IMPORTANCIA DE LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS:

- No sólo es importante la cantidad de alimentos que comemos, sino también su calidad, ya que ambas influyen en el mantenimiento adecuado de nuestra salud. Por eso es necesario saber qué nos aporta cada alimento, para así saber elegir un plato o menú más saludable.
- La adopción de hábitos alimenticios saludables en los niños ayuda a prevenir diferentes enfermedades como el sobrepeso y la obesidad; la desnutrición crónica, la anemia, entre otros es importante para contribuir a un adecuado crecimiento y desarrollo de los niños.
- Los padres y educadores de los niños tienen un papel esencial de formar los hábitos alimenticios, por ello se debe realizar con tiempo actividades donde puedan desarrollarse talleres donde aprender de forma divertida y sencilla los niños así mismo los padres incentivan el consumo de alimentos saludables.
- Debemos realizar actividades físicas para tener buena salud y evitar enfermedades.
- Es importante consumir los tres grupos de alimentos de origen vegetal, animal y mineral así mismo lograr una alimentación variada y equilibrada.
- Modera el consumo de comidas rápidas como pizza, hamburguesas, papas fritas, gaseosas Son alimentos que aportan grandes cantidades de azúcar, sal

- y grasas saturadas, elementos que se recomienda, consumir de forma ocasional, debido a su relación Con algunas enfermedades.

D. COMO FORMAR HÁBITOS ALIMENTICIOS SALUDABLES:

- Tómese el tiempo para que los niños se alimenten en un ambiente tranquilo y agradable, evite distracciones (televisión, radios, computadoras) y discusiones fuertes o temas desagradables en la mesa.
- Promueva una alimentación balanceada y variada para cubrir los requerimientos nutricionales del niño.
- En cada comida debe haber un alimento de cada uno de los grupos de alimentos (lácteos, carnes, harinas, grasas, frutas y verduras).
- Antes de las comidas, no le de alimentos dulces o snacks para no disminuir el apetito del niño.
- No lo obligue a comer, el niño comerá cuando le de hambre. Pero Ofrézcale los alimentos rechazados en una presentación diferente, con figuras y colores atractivos para ellos.
- A los niños les gustan las comidas atractivas, cuide mucho: Los sabores. Evite condimentos fuertes y picantes, ya que a los niños les gustan los sabores suaves. Evite las frituras, el uso de la sal y azúcar para que el niño se acostumbre al sabor autentico de los alimentos.
- Los colores: la comida debe ser visualmente atractiva; combine los colores según los grupos de alimentos.

- Las texturas: se va modificando con la edad pero generalmente prefieren las texturas crujientes.
- Presentación de las comidas: introduzca los alimentos en diferentes formas geométricas: círculos, cubos, palitos, triángulos, entre otras.
- Temperatura de los alimentos: debe ser moderada, ni demasiado frío ni demasiado caliente.
- Tamaño de las porciones: sirva porciones pequeñas.
- A medida que los niños crecen, involúcrelos en la preparación de los alimentos, llévelos con usted a hacer compras y que escojan ellos mismos los alimentos que desean comer. También, bajo su supervisión, los niños le pueden ayudar en la cocción de los alimentos.
- En la etapa de la infancia donde se forman los hábitos alimenticios que la persona mantendrá durante la edad adulta, por lo que es más fácil y saludable formar buenos hábitos alimenticios, ya que de lo contrario los niños aprenden actitudes y comportamientos negativos los cuales se van a mantener en la adultez favoreciendo enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes, presión alta, colesterol y triglicéridos altos entre otros.

<http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-niños.html>.2013.

E. PROMOVER HÁBITOS ALIMENTARIOS SALUDABLES Y ACTIVIDAD FÍSICA:

- Recuerda que comer saludablemente y hacer ejercicio es algo que se debe de inculcar en casa y hacerlo costumbre.
- Con el ejercicio tu corazón se hará más fuerte, Tú sangre recibirá más oxígeno.
- Tus pulmones estarán más limpios y tendrán más capacidad.
- Fortalecerás tus músculos y huesos.
- Mejorarás tu calidad de vida, reducirás el estrés que vives y muy probablemente socializarás con gente saludable que te traerá beneficios.
- Haz una lista antes de ir de compras. Limita tus compras en el supermercado a lo que necesitas para estar saludable y no compres nada más. No tener comida chatarra en tu casa.
- Lleva a tus hijos al parque en su tiempo libre. Se ha visto que los niños con padres que hacen ejercicio son más propensos a hacerlo. Sé un modelo para tu familia y guíalos al ejercicio. Hacerlo juntos es una buena estrategia y les dará tiempo de convivir y mejorará su relación.
- Llevar un estilo de vida saludable y enseñar a tu familia a cuidarse les dará beneficios más allá de la salud física. Los miembros de tu familia tendrán una autoestima más saludable al estar conscientes del cuidado de su cuerpo, practicarán el control de impulsos, tendrán una mejor disciplina y serán más organizados en su vida al planear sus tiempos de comida y ejercicio.

- Esto también fomentará la convivencia de la familia si procuran comer juntos y salir a hacer ejercicios.

<http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-niños.2013>.

F. CONSEJOS PARA MANTENER UNOS HÁBITOS ALIMENTICIOS SANOS:

- Masticar despacio y ensalivar bien los alimentos.
- Come alimento fácil de digerir. Es recomendable comer el doble de alimentos crudos que de cocinado
- No beber durante las comidas, los líquidos comiendo diluyen los jugos gástricos y dificultan la digestión.
- Evitar los azúcares refinados; azúcar blanco dulces y pastas elaborados con harina blanca y azúcar, chocolates y mermeladas. Agotan las glándulas suprarrenales por sobreexcitación y debilita el sistema inmunitario.
- Reducir la toma de café todo lo posible; el café reduce la absorción de zinc, hierro y calcio que se pierde a través de la orina después de ingerir cafeína (diurético)
- Preferir la carne blanca como pollo o pavo, una vez a la semana.
- Como fuente de grasas utilizar; aceites vegetales
- Preferir los lácteos como yogurt
- Reducir el consumo de sal de mesa.

- Si no hay hambre aprovechar para tomar sólo fruta, ensalada o un zumo natural, sobre todo por la noche.

<http://www.revistabuenasalud.cl/habitos-alimentarios-en-los-ninos/2013>

G. BENEFICIOS DE LOS BUENOS HÁBITOS ALIMENTICIOS:

Prevenir desde las primeras etapas de la vida la aparición de trastornos y enfermedades vinculadas con la alimentación y nutrición, que se pueden manifestar a corto plazo y posteriormente en la edad escolar, adolescencia y hasta en la edad adulto.

- Consumir alimentos con medida: ingerir alimentos en exceso es un hábito autodestructivo que puede llevar a la obesidad. La solución es comer con medida para combatir una conducta que puede transformarse en compulsiva.
- Influye en el ánimo: al comer de manera compulsiva, existen cambios de humor., ya que incrementan de forma brusca la glucosa sanguínea y generan una descarga de insulina, produciendo Hay que tener precaución con los productos que contienen un alto índice glicémico una euforia transitoria para una posterior somnolencia
- Control de la comida que se consume: se ingiere alimentos debido al hambre y no por un apetito descontrolado, que significa un deseo de comida por motivos emocionales.
- Reduce los niveles de estrés: al sentirnos dueños de las decisiones asociadas a lo que comemos, se incrementa nuestra autoestima.

- Es posible tener una dieta equilibrada y sana en cualquier sitio donde decidas comer: solo debes tener cuidado al escoger los menús.
- Por ejemplo, un desayuno con demasiado contenido graso, pocas fibras y proteínas, se relaciona con hambre y fatiga luego de algunas horas de haberlo consumido. Esto depende de las raciones de cereales, frutas y lácteos que comamos.
- Para el almuerzo, como entrada podemos elegir una sopa de verduras desgrasada. Por su parte, como plato de fondo, 200 gramos de pescado o 120 gramos de carne blanca o roja. Estos alimentos preferentemente deben ser cocinados al horno o a la parrilla. Para acompañar, también puedes incluir verduras al vapor. Por último, el postre más aconsejable es la fruta.

(CENAMEC, F. CAVENDES, I.N.N., M.E.C.D. (1999). Las Guías de Alimentación para el Preescolar. Ediciones CENAMEC. Caracas, Venezuela. 2013.)

<http://www.revistabuenasalud.cl/habitos-alimentarios-en-los-niños/2013>

2.5. Área De La Alimentación:

Esta es una de las áreas clave en la adquisición de la autonomía, es la posibilidad de resolver esta necesidad en función de las circunstancias y la edad, garantizando no sólo la supervivencia sino la calidad de vida.

Objetivos generales:

- Durante la infancia el principal objetivo es posibilitar la adaptación al entorno.
- Evitar situaciones de conflicto y rechazo de los alimentos como forma de enfrentar al adulto.

M.J.Comellas 2001 Barcelona. Los hábitos de autonomía proceso de adquisición Editorial Ceac, S.A.

2.6. Características Del Niño En Etapa Pre Escolar Sobre Los Hábitos De Alimentación

a) EL NIÑO DE 3 A 5 AÑOS:

Quieren hacer todo solo gozan sirviéndose de las bandejas ,sentándose solos en una silla como grandes y manejado por ellos mismos los cubiertos son más susceptibles a la publicidad que le llega a través de la televisión , receptivos a lo que digan o hagan sus amigos .

b) PAUTAS EN LA ALIMENTACIÓN DEL NIÑO DE 3 A 5 AÑOS:

- 1) Sumínístreles los alimentos que soliciten acompañados de una bebida como leche u otro suplemento nutricional.

2) Sea creativa con las formas de los ingredientes, ingéniense formas divertidas de presentarles la comida de manera que estimule al niño a comer.

c) IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN DEL NIÑO DE 1-5 AÑOS:

En esta etapa cuando se inicia el crecimiento y desarrollo físico y mental y la formación de su personalidad siendo factores decisivos que regirá su vida futura.

Las consecuencias de una alimentación inadecuada en el niño son lamentables siendo la deficiencia de talla y peso, en relación con su edad, disminución de la capacidad física e intelectual.

El niño en esta etapa está creciendo física y mentalmente, es muy activo y juega intensamente por lo que necesita de suficientes calorías para recupera las energías que gasta. Dientes y huesos están en crecimiento por la cual necesita comer alimentos ricos en calcio y vitaminas, sus músculos, tejidos y órganos están creciendo requieren consumir alimentos ricos en proteínas y de buena calidad.

2.7. Organizadores, capacidades y conocimientos del área de ciencia y ambiente:

CUERPO HUMANO Y CONSERVACIÓN DE LA SALUD Y SERES VIVIENTES,

MUNDO FISICO Y CONSERVACIÓN DE LA SALUD:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INTERPRETACIÓN DE LA CAPACIDAD
Cuerpo humano y conservación de la salud	Practica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere: utiliza los cubiertos participando en la hora de la alimentación familiar.	El niño aprende a utilizar correctamente los cubiertos a la hora de consumir sus alimentos. Demuestra orden y limpieza cuando está sentado en la mesa.
		1.2 Practica hábitos de higiene personal reconociendo su importancia para el cuidado de su salud, cepillado de dientes, baño diario, cambio de ropa.	Se cepilla los dientes al momento de levantarse y después de comer sus alimentos para tener sus dientes sanos y fuertes. Asiste al dentista para el cuidado de sus dientes. Toma un baño diario, después de sus actividades: durante el día para mantener su cuerpo limpio y saludable. Demuestra higiene personal al cambiarse de ropa, cuando lo amerita.

AREA	COMPETENCIA	CAPACIDAD	INTERPRETACIÓN DE LA CAPACIDAD
Ciencia y Ambiente	Indaga, mediante métodos científicos, situaciones que pueden ser investigados por la ciencia.	Desarrolla estrategias para hacer indagación 2.2. Selecciona herramientas y materiales que va a necesitar en su Indagación. Evalúa y comunica 5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.	En esta capacidad trata de seleccionar los diferentes materiales (ingredientes para las diferentes recetas que preparan en el aula los niños irán adquiriendo y logrando desarrollar situaciones de Indagación es decir construirán a través de sus experiencias previas. El niño comunica los hechos de la vida cotidiana y la búsqueda de soluciones a determinadas situaciones como: más sal, más mayonesa, menos limón, aceite unas gotas, etc. Que hicimos primero, después y finalmente.

Recuperado de [http://Documentos –inicial-Ciencia-y-Ambiente-II \(1\).pdf-Adobe](http://Documentos-inicial-Ciencia-y-Ambiente-II(1).pdf-Adobe)

Reader.

Rutas de Aprendizaje versión 2015 Área Curricular ciencia y Ambiente

2.8. Organizadores, Capacidades Y Conocimientos Del Área De Personal Social

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INTERPRETACIÓN DE LA CAPACIDAD
Construcción de la Identidad Personal y autonomía	Actúa con seguridad, iniciativa y confianza en sí mismo mostrando autonomía en las actividades cotidianas de juego, alimentación, higiene, cuidado su integridad física.	2.6. Practica hábitos de alimentación, higiene y cuidado personal utilizando adecuadamente los espacios y materiales necesarios	Permite que el niño conozca y practique hábitos alimenticios (lavarse las manos antes y después de consumir los alimentos). Usando los útiles de aseo (Jabón, toalla, pasta de dientes, cepillo, peine, champú)
		2.7 Practica hábitos de orden, limpieza y cuidado del ambiente en que se desenvuelve	Los niños demuestran interés por cuidar y mantener limpio el lugar donde se encuentran

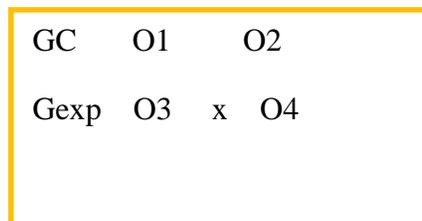
Niños de 5 años:



CAPITULO III
METODOLOGÍA

La presente investigación es de tipo Experimental, Es de carácter cuantitativo pues hace uso de la Estadística, requiere de procedimientos estadísticos y procesamiento de datos (Sánchez Carlessi Hugo, 1996).

3.2 Diseño de Investigación:



NOMBRE DEL DISEÑO: Cuasi experimental

“pre prueba y post prueba con dos grupos”

(Hernández; 2010)

Es sin duda el que más se ajusta a nuestro Informe de Tesis, porque en estos diseños los sujetos de estudio no se asignan al azar, sino que dichos sujetos ya están constituidos, por tal efecto se contrastaran los resultados tanto del grupo experimental como del grupo control, obtenidos en el pre y post test **(Hernández Sampieri, R. 2006)**.

GC: Grupo de control

Gexp: Grupo Experimental.

O1: Observación del grupo de control antes de aplicar el taller

O2: Observación al Grupo de control después de aplicado el taller.

O3: Observación al grupo experimental antes de aplicar el taller.

04: Observación al grupo experimental después de aplicado al taller.

X: Taller.

O1YO3: Comparación entre GC YEX antes de aplicar el taller

02y O4: Comparación entre GC Y EX después de aplicar el taller

POBLACIÓN Y MUESTRA:

3.3 Población:

La población estuvo conformada por los niños de 5 años de las Instituciones Educativas Públicas de la Urbanización Nicolás Garatea fueron un aproximado de 120 niños.

3.4 Muestra:

Se determinó una muestra de estudio que estuvo conformada por los niños de 5 años de la I.E. N° 1678 de la Urbanización Nicolás Garatea. Nvo Chimbote siendo un total de 60 niños distribuidos de la siguiente manera:

GRUPOS DE INVESTIGACIÓN	AULA	VARONES	MUJERES	TOTAL
Grupo C	Roja	10	10	20
Grupo X	Naranja	10	10	20

3.5 Hipótesis:

Hipótesis de Investigación (Hi)

Ha: Si aplico el taller de mini chef influyo significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo Chimbote.

Hipótesis Nula:(Ho)

Ho: Si no se aplica el taller de mini chef entonces no influirá significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo Chimbote.

3.6 Variables:

- **Dependientes:** para mejorar hábitos de alimentación
- **Independiente:** Aplicación del taller de mini chef
- **Interviniente:** El ingreso económico, Nivel cultural de la familia, practica de hábitos alimenticios de la familia.

3.7 Método de investigación:

Método Experimental: consiste en manipular la variable independiente (Aplicación de un Taller para mejorar los hábitos de alimentación) con relación al grupo experimental, para luego comparar con el grupo control.

Método bibliográfico experimental: nos permite recopilar y sistematizar información, en nuestro caso ampliar el marco teórico.

Método Estadístico: mediante este método obtendremos los resultados, los interpretaremos y concluiremos para comprobar nuestra hipótesis.

3.8 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

TÉCNICA	INSTRUMENTO	DESCRIPCIÓN
Observación Directa	Ficha ó guía de observación de Observación Anexo 1	Pretende identificar la frecuencia de la práctica de hábitos de alimentación.
Observación Indirecta	Aplicación del Taller de Mini chef para Mejorar los hábitos de alimentación.	Este taller basado en la ley de la promoción de la alimentación saludable y aportes teóricos de diferentes autores sobre hábitos de alimentación, que será aplicado a los niños y niñas de 5 años a través de sesiones de aprendizaje diarias, que hacen un total de veinte.

TÉCNICA:

TÉCNICAS PARA LOS NIÑOS:

La observación: Es importante porque se empleará en forma permanente antes, durante y después de la aplicación del taller de mini chef con los niños de 5años.

(Vilca E. 2012:35).

INSTRUMENTOS:

INSTRUMENTOS PARA LOS NIÑOS:

✓ **Escala Valorativa:**

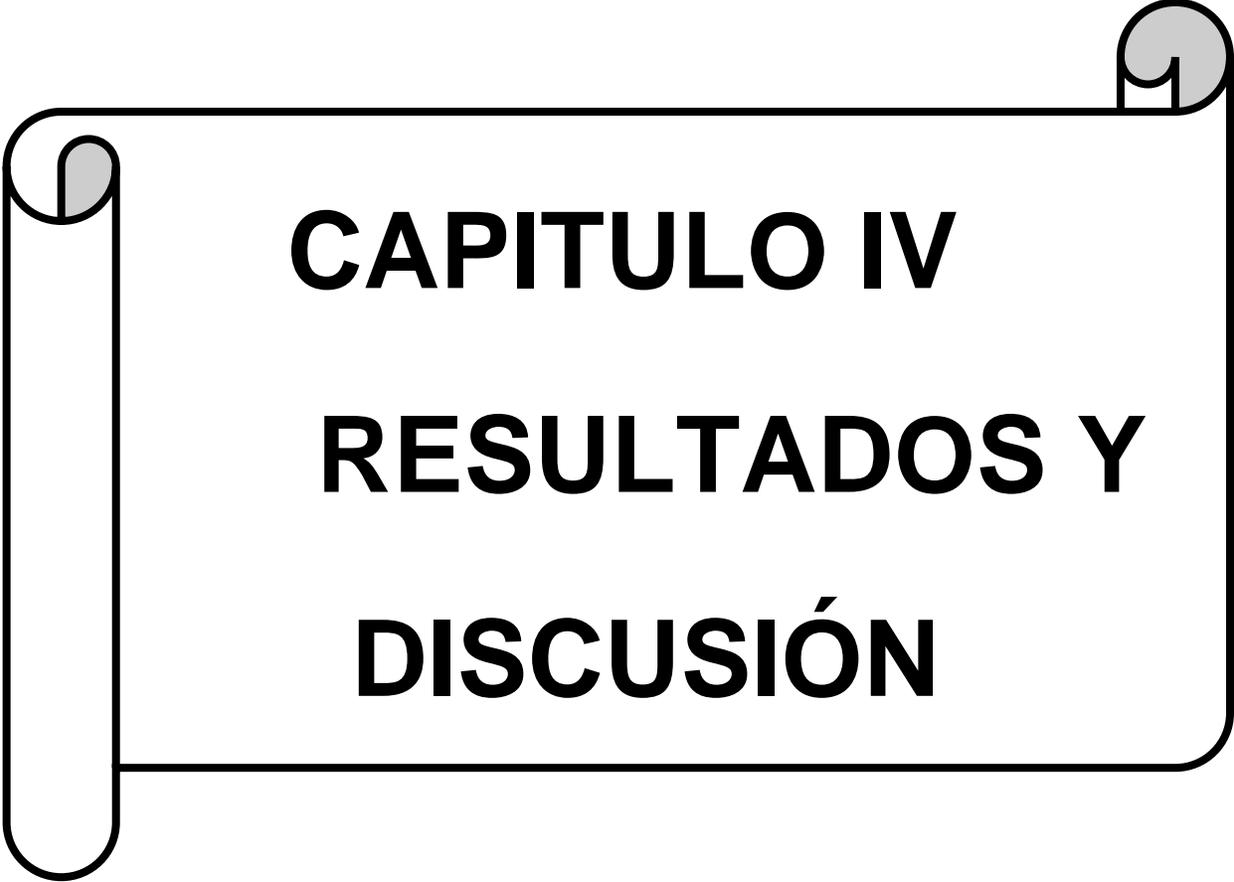
Este instrumento de investigación se aplicará al finalizar el desarrollo de cada actividad que se trabajó con los niños y niñas en el taller de mini chef.

✓ **LA GUÍA DE OBSERVACIÓN (PRE Y POSTEST):**

En el Post-test se utilizará la guía de observación, en este test estará conformado por 14 ítems que pretenden recoger información después de aplicar el taller Mini chef a los niños , que han sido elaborados por las autoras, permitiendo obtener información si es que la utilización del taller de Mini chef ha influenciado en la mejora de hábitos alimenticios de los niños de 5 años .Ambos instrumentos tienen las características de una guía de observación con criterios de valoración basados en la escala cuantitativa.

Estrategias o procedimientos de Trabajo:

- Detección de la problemática
- Elaborar el proyecto
- Determinar las instituciones coordinan con directora y docente
- Elaboran los instrumentos
- Aplicar el Pre _Test
- Desarrollar el Taller
- Aplicar el Post Test
- Procesamiento de la información
- Elaborar el informe
- Difundir Resultados



CAPITULO IV

RESULTADOS Y

DISCUSIÓN

4.1. Resultados:

Tabla N°1

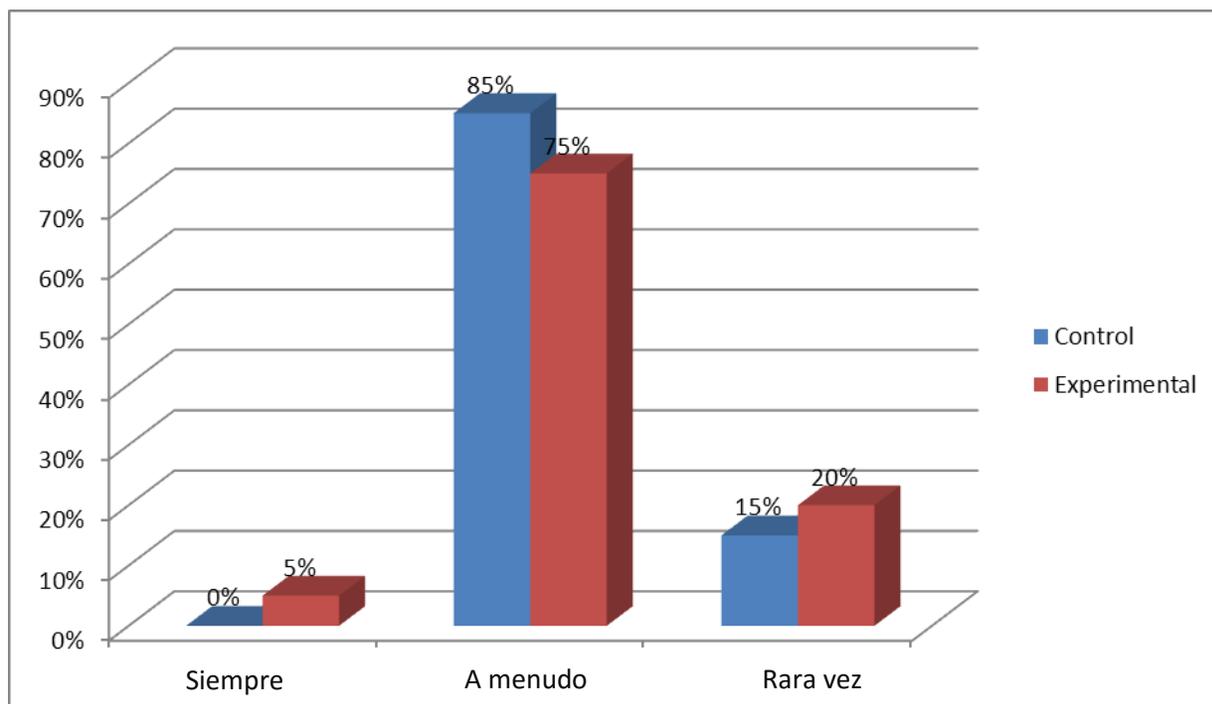
Hábitos de alimentación de los niños de 5 años antes de la aplicación del taller en el grupo experimental y control de la I.E N°1678 “rayitos de luz”

Valoración \ Grupo	Grupo control		Grupo experimental	
	F1	%	F1	%
Siempre	0	0%	1	5%
A menudo	17	85%	15	75%
Rara vez	3	15%	4	20%
Total	20	100%	20	100%

Fuente: Base de datos del pre -test aplicado al grupo experimental y control.

FIGURA N° 1

Hábitos de alimentación de los niños de 5 años antes de la aplicación del taller en el grupo experimental y control de la E.I.N°1678 “rayitos de luz”



Fuente Tabla N°1

Tabla N° 01 referido a Hábitos de alimentación de los niños de 5 años antes de la aplicación del taller en el grupo experimental y control ,se puede observar que el mayor porcentaje (85%) de niños del grupo de control practica A MENUDO los hábitos de alimentación seguido de un 15% de niños que practican RARA VEZ . Mientras que el mayor porcentaje (75%) de niños del grupo experimental practican A MEDUDO los

hábitos de alimentación, seguido de un 20% de niños que practican RARA VEZ los hábitos de alimentación. Con lo que se puede afirmar que antes de iniciar el taller de mini chef, ambos grupos se encuentran en mismo niveles de valoración, el grupo experimental en la valoración a menudo y el grupo de control con A menudo. Estas semejanza se debe a veces se practica hábitos en el hogar y la escuela.

Así como Afirma Vanessa Muziani” La infancia es la mejor etapa de la vida para adquirir buenos hábitos alimentarios ya que estos, como los demás modelos del comportamiento ,son adquiridos por repetición y casi o completamente de forma involuntaria .Por ello las costumbres nutricionales adquiridas en la infancia se modifican muy pocos en los años posteriores, ya que el aprendizaje inconscientemente y la formación de las actitudes se producen en esta etapa de la vida.

Tabla N°2

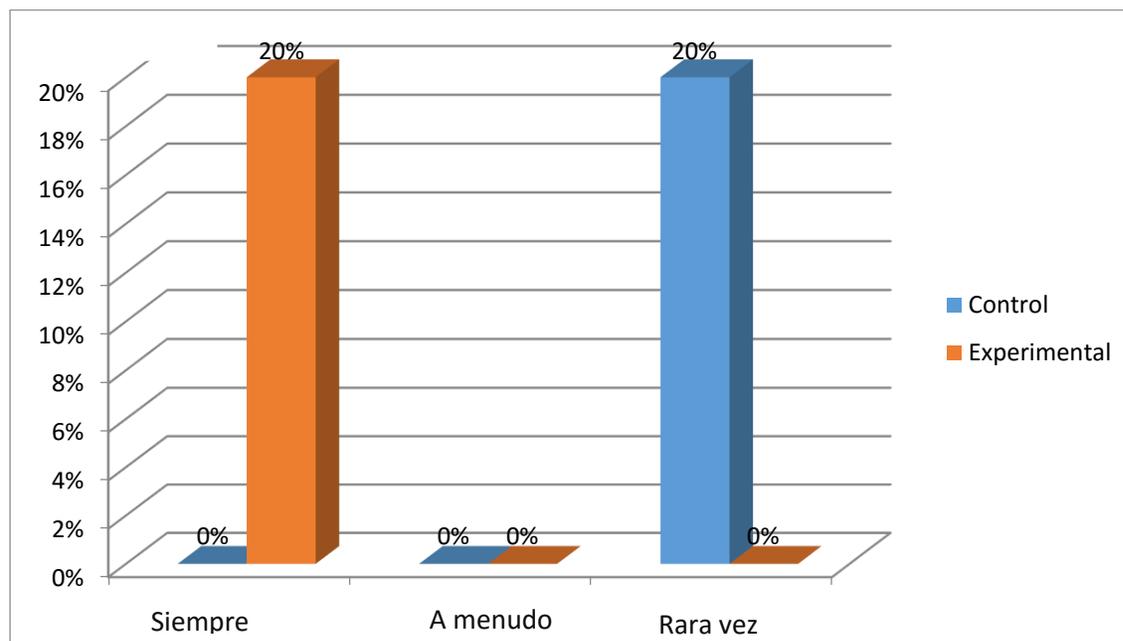
Hábitos de alimentación de los niños de 5 años después de la aplicación del taller en el grupo experimental y control de la E.I.N°1678 “rayitos de luz”

Grupo valoración	Grupo control		Grupo experimental	
	F1	%	F1	%
Siempre			20	100%
	1	5%		
A menudo	5	25%	-	-
	14	70%		
Rara vez			-	-
Total	20	100%	20	100%

Fuente: Base de datos del pos- test aplicado al grupo experimental y control.

FIGURA N° 2

Hábitos de alimentación de los niños de 5 años Después de la aplicación del taller en el grupo experimental y control de la E.I.N°1678 “rayitos de luz”



Fuente Tabla N°2

En la tabla N°2 referido a Hábitos de alimentación de los niños de 5 años después de la aplicación del taller en el grupo experimental y control, se puede observar que el mayor porcentaje (100%) de niños del grupo de control practica RARA VEZ los hábitos de alimentación. Mientras que el mayor porcentaje (100%) de niños del grupo experimental practican Siempre los hábitos de alimentación, Con lo que se puede afirmar que después de aplicado el taller de mini chef, ambos grupos se encuentran en diferentes niveles de valoración, el grupo experimental en la valoración a Siempre y el

grupo de control en rara vez. Esta diferenciación se debe a la influencia que tuvo el taller en fomentar hábitos de alimentación en niños. **Para Stephen (1990)**, los hábitos son factores poderosos en nuestras vidas. Dado que se trata de pautas consistentes, a menudo inconscientes, de modo constante y cotidiano expresan nuestro carácter y generan nuestra efectividad o ineffectividad.

Prueba de hipótesis para comparar los rendimientos medios entre el Grupo Control y el Grupo Experimental en el Post Tets

M	N° de Hábitos de alimentación Alcanzados	Grupo control			Grupo experimental	
		xi	fi	hi%	fi	hi%
1	0 – 3	1.5	20	100	0	0
2	4 – 7	5.5	0	0	1	0.05
3	8 – 11	9.5	0	0	14	0.7
4	12 – 14	13	0	0	5	0.25
			n = 20	100	n = 20	100

Comparación de Grupo	Medidas De Resumen	Formulación de Hipótesis	Nivel De Significación	Prueba Estadística	Valor Tabular	Decisión										
Grupo Control y Grupo Experimental	<table border="1"> <thead> <tr> <th>G.C</th> <th>G.E</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>$\bar{x}_c = 1.5$</td> <td>$\bar{x}_e = 10$</td> </tr> <tr> <td>$S^2 = 0$</td> <td>$S^2 = 3.62$</td> </tr> <tr> <td>$S = 0$</td> <td>$S = 1.90$</td> </tr> <tr> <td>C.V. = 0</td> <td>C.V. = 0.19</td> </tr> </tbody> </table>	G.C	G.E	$\bar{x}_c = 1.5$	$\bar{x}_e = 10$	$S^2 = 0$	$S^2 = 3.62$	$S = 0$	$S = 1.90$	C.V. = 0	C.V. = 0.19	<p>$H_0 : \mu_c = \mu_e$</p> <p>$H_1 : \mu_e > \mu_c$</p>	$\alpha=5\%$	$\frac{\bar{X}_c - \bar{X}_e}{\sqrt{\frac{(N_c - 1)S_c^2 + (N_e - 1)S_e^2}{N_c + N_e - 2} \left(\frac{1}{N_c} + \frac{1}{N_e} \right)}}$	<p>Gs=38</p> <p>tGs=1.686</p> <p>t=20</p>	Existe un mejoramiento de hábitos de alimenticios de los niños.
G.C	G.E															
$\bar{x}_c = 1.5$	$\bar{x}_e = 10$															
$S^2 = 0$	$S^2 = 3.62$															
$S = 0$	$S = 1.90$															
C.V. = 0	C.V. = 0.19															

FRECUENCIA DE HÁBITOS

HÁBITOS QUE PRACTICABAN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS ANTES DE APLICAR EL TALLER DE MINICHEF

- Una inadecuada practica de lavado de manos.
- Bota los Desperdicios de los alimentos al suelo contaminando el ambiente.
- Mastica inadecuadamente los alimentos come apresuradamente.
- Uso inadecuado de los cubiertos al momento de utilizarlos.
- Consumo de alimentos no nutritivos: chatarra.
- Juega con los alimentos a la hora de comer.

HÁBITOS QUE PRACTICABAN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DESPUES DE APLICAR EL TALLER DE MINICHEF

- Mejoro el lavado de manos antes y después de consumir los alimentos.
- Utiliza el tacho de basura arrojando los desperdicios.
- Mastica despacio y ensaliva bien los alimentos.
- Utiliza adecuadamente los cubiertos
- Come con agrado las verduras
- Consumen alimentos nutritivos como jugos, frutas, ensaladas con verduras.
- Se sienta correctamente sin molestar a su compañero a la hora de la lonchera
- Termina sus alimentos nutritivos de su lonchera.
- Utiliza la servilleta adecuadamente a la hora de comer.

4.2 Discusión:

Según la Tabla N° 1 en el grupo Control se observa: que el 85% de los Niños de la Institución Educativa N° 1678 RAYITOS DE LUZ“A menudo” muestra hábitos alimenticios siendo este el mayor porcentaje; y un porcentaje de 15% “Rara vez” lo hace.

También en la Tabla N° 1 en el grupo Experimental se observa: que el 75% de los Niños de la Institución Educativa N° 1678 “A menudo” muestra hábitos alimenticios siendo este el mayor porcentaje; y un porcentaje de 20% “Rara vez” lo hace.

Los resultados indican que la mayor parte de los niños de la Institución Educativa N° 1678 Rayitos de luz demuestra que en sus hogares se les ha inculcado ciertos hábitos alimenticios, los cuales no los aplica siempre dados los resultados del Tets en el que el 0% de los niños del Grupo Control y apenas el 5% (es decir 1 niño) del grupo Experimental muestra hábitos alimenticios “Siempre”.

Así como Afirma Vanessa Muziani” La infancia es la mejor etapa de la vida para adquirir buenos hábitos alimentarios ya que estos, como los demás modelos del comportamiento ,son adquiridos por repetición y casi o completamente de forma involuntaria .Por ello las costumbres nutricionales adquiridas en la infancia se modifican muy pocos en los años posteriores, ya que el aprendizaje inconscientemente y la formación de las actitudes se producen en esta etapa de la vida.

Según la Tabla N° 2 en el grupo Control se observa: que el 25% de los Niños de la Institución Educativa N° 1678“A menudo” muestra hábitos alimenticios siendo este el mayor porcentaje; y un porcentaje de 70% “Rara vez” lo hace.

También en la Tabla N° 2 en el grupo Experimental se observa: que el 100% de los Niños de la Institución Educativa N° 1678“Siempre” muestra hábitos alimenticios siendo esto la totalidad de los niños.

Los resultados indican que la mayor parte de los niños del Grupo Control demuestra que ha copiado los malos hábitos alimenticios, ya sea en el hogar o en el salón de clases, dado que los porcentajes arrojados en el Post test le son desfavorables con respecto a los resultados del Pre Tets.

En el grupo Experimental los resultados son excelentes, dado que según la tabla N° 2 se ha logrado que el 100% de los niños muestren siempre hábitos alimenticios.

En la tabla observamos que existe una mejora en los hábitos alimenticios pasando los niños en un nivel A menudo a un nivel siempre en un 100% estos resultados confirman la efectividad del taller de mini chef . **Stephen (1990)**, los hábitos son factores poderosos en nuestras vidas. Dado que se trata de pautas consistentes, a menudo inconscientes, de modo constante y cotidiano expresan nuestro carácter y generan nuestra efectividad o ineffectividad.

En relación con los objetivos encontramos que el objetivo general es Demostrar que la aplicación del taller de mini chef mejora los hábitos de alimentación de los niños de 5

años de LA I.E N° 1678 Urbanización Nicolás Garatea. Se evidencia la mejora de los niños en un 25% en efecto los resultados obtenidos demuestran que el taller influyó en la mejora en los hábitos alimenticios.

Respecto a los objetivos específicos Identificar hábitos de alimentación de los niños de los grupos de una investigación antes de aplicar el taller. Podemos concluir que en el pre test el grupo control Según la Tabla N° 1 en el grupo Control se observa: que el 85% de los Niños “A menudo” muestra hábitos alimenticios siendo este el mayor porcentaje; y un porcentaje de 15% “Rara vez” lo hace y en el pos test del Grupo Experimental se observa: que aumento en un 100% de los Niños “Siempre” muestra hábitos alimenticios siendo esto la totalidad de los niños.

A decorative graphic of a scroll with a black outline and grey shading on the rolled-up ends, framing the central text.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

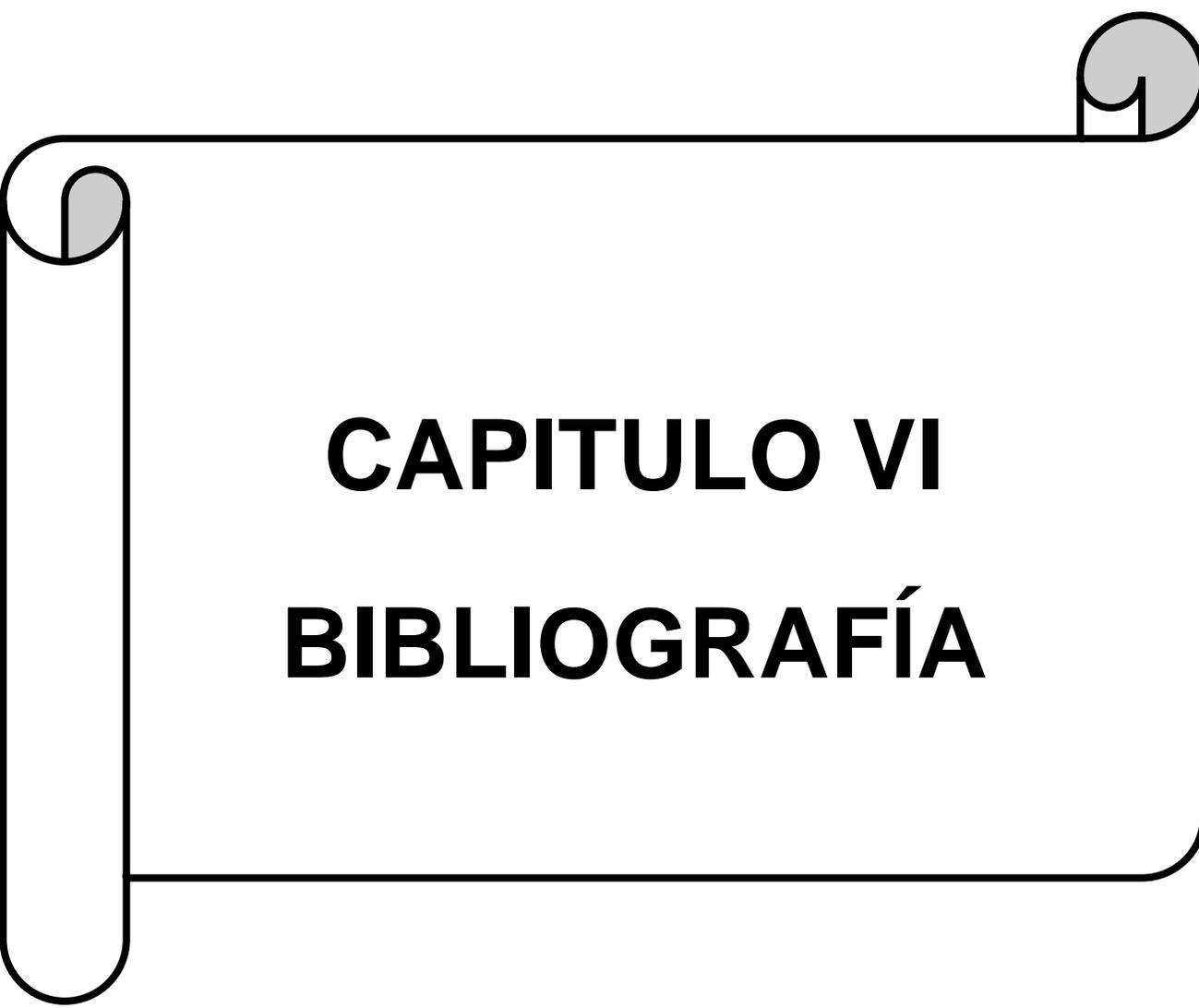
5.1 CONCLUSIONES:

- En el grupo control y grupo experimental antes de la aplicación del taller de mini chef se ubicaron en el nivel de valoración **A menudo** donde el **Gc** alcanzó 85% y en el **Gex** el 75%.
- Los niños del grupo **experimental** después de la aplicación del taller de mini chef se ubicaron en el nivel de valoración **siempre (100%)** y los niños del grupo **control** alcanzaron el nivel de valoración rara vez **(0%)**.
- El mayor porcentaje de niños del **grupo control**, inicio en el nivel a **menudo** y término en el nivel **rara vez**, mientras que el mayor porcentaje de niños del grupo experimental se inició en el **grupo experimental** se inició en el nivel a menudo y termino en el nivel siempre donde se comprueba la efectividad del taller de mini chef en la práctica de hábitos alimenticios.
- Se pudo comprobar que el grupo experimental tuvo una ganancia de un 25% demostrando en el mejoramiento de hábitos alimenticios: lavado de manos.
- La aplicación del taller de mini chef influye en los hábitos alimenticios en los niños de 5 años como se demuestra con **la prueba de hipótesis t de student** con decisión que existe un mejoramiento de hábitos alimenticios en los niños es

decir $20 > 1,686$, se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_1). Donde se pueden visualizar algunos hábitos después de aplicado el taller como: Mejoro el lavado de manos antes y después de consumir los alimentos, Come con agrado las verduras, Se sienta correctamente sin molestar a su compañero a la hora de la lonchera, etc.

5.2. RECOMENDACIONES:

- Que los docentes apliquen el taller de mini chef para mejorar hábitos alimenticios en niños de 5 años.
- Que los docentes de la I.E.P. e I.E. Públicas de la zona rural o Urbana Marginal apliquen el taller de Mini chef para mejorar las relaciones Intra e Inter personales.
- Se pueden realizar investigaciones donde se aplique el taller de Minichef para el desarrollo de la capacidad de Fundamento lógico o habilidades comunicativas.
- El ministerio de Educación y las Instituciones públicas busquen desarrollar las inteligencias múltiples a través de talleres para niños innovadores que involucren a padres de Familia.



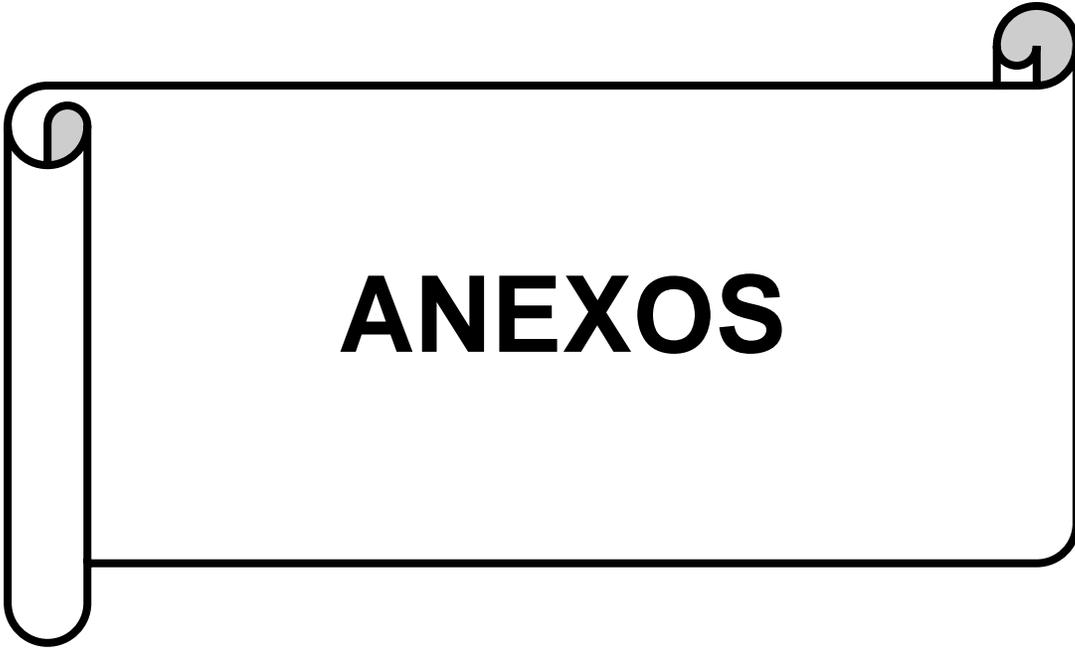
CAPITULO VI
BIBLIOGRAFÍA

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Calderón P. (2010), en su tesis *“propuesta de Talleres Basada en la Lonchera Nutritiva para incrementar el rendimiento escolar en los niños de cinco años de la I.E María Montessori”*.
- Denies, E. (2002) Didáctica ***Del Nivel Inicial*** .Tercera Edición. Argentina.
- Ediciones Corcel (1992) ***Salas Taller Integradas***. Buenos Aires.
- Lolo y A.(2012) , en su tesis *“Programa Basado en la lonchera nutritiva y su influencia en el aprendizaje de niños y niñas de 05 años de la Institución educativa 304 “Trapezio” Chimbote ”* .
- Ministerio de Educación (2001) ***Diseño Curricular Nacional de la EBR de Educación Inicial***. Lima
- Moreno M. (1998), en su tesis *“relación del estado nutricional y el desarrollo psicomotor del niño menor de 5 años en la comunidad “la molina ” Del distrito de Nuevo Chimbote .*
- M.J.Comellas (2001) Barcelona ***Los hábitos de autonomía proceso de adquisición*** Editorial Ceac, S.A.
- Osorio J. Y Weisstaub G, Castillo C, en su artículo denominado ***“El Desarrollo de la Conducta Alimentaria en la Infancia y sus Alteraciones”*** del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Chile.

- Reneè .M. (2002) **Proyectos DE Trabajo Y Talleres En El Nivel Inicial**, Primera Edición .Argentina. Editorial Ediciones Novedosas Educativas De México S.A.DE C.V.
- Sampiere H. (2006) **Metodología de la Investigación** .Cuarta Edición. México .Editorial McGraw-Hill/ Interamericana Editores S.a.c.u
- Vilca E. (2012). **El Proyecto de Investigación Científica** .Primera Edición. Trujillo. Editorial Universitaria De La Universidad Nacional De Trujillo (EDUNT).
- Zavaleta N (1996), en su tesis "*Hábitos Alimentarios y su Relación con el Estado nutricional del preescolar en el Asentamiento Humano David dasso_ Nuevo Chimbote.*
- <http://radio.rpp.com.pe/nutricion/una-de-las-causas-de-la-desnutricion-es-el-desconocimiento-de-la-madre/>
- Recuperado de [http://proyectos.inei.gob.pe/ Libro.Ende.pdf/](http://proyectos.inei.gob.pe/Libro.Ende.pdf/).
- [www.pdf.concepto de taller 2013.](#)
- [www.pdf.objetivo de taller 2013](#)
- [www.gloria morales suarez1pdf 2013](#)
- <http://www.guiainfantil.com/1285/consejos-para-que-los-ninos-se-diviertan-en-la-cocina.html>
- <http://www.olebebe.com/2011/12/04/cursos-de-cocina-para-ninos-aprender-desde-pequeno-el-arte-culinario/2013>
- <https://www.insk.com/alimentacion-desde-la-infancia.html>. Instituto Nacional de Nutrición (2002). Pasito a Pasito los niños crecen 2013.

- <http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-ninos.html> 2013.
- <http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-niños.html> 2013.
- <http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-niños.html> 2013.
- <http://www.revistabuena salud.cl/habitos-alimentarios-en-los-ninos/2013>.
- <http://definicion.de/chef/2015>
- <http://www.guiainfantil.com/1266/cocinando-con-ninos.html> .2015.
- <http://www.minedu.gob.pe> .2014.



ANEXOS



E.A.P: EDUCACIÓN INICIAL Y ARTE INFANTIL

FICHA O GUIA DE OBSERVACIÓN

(PRE-TEST)

Valoración

1 (Siempre)

2(a menudo)

3 (rara vez)

INDICACIONES: Lee atentamente cada ítems y marca con una X según

Corresponda sobre los hábitos alimenticios de los niños de 5 años.

Nombre:

Fecha:

INDICADORES	1	2	3
ANTES DE CONSUMIR LOS ALIMENTOS			
1. se lava las manos antes de comer los alimentos.			
DURANTE EL CONSUMO DE LOS ALIMENTOS			
2. Mastica despacio y ensaliva bien los alimentos.			
3. Consume alimentos nutritivos como frutas, jugos.			
4.Sabe utilizar el vaso			
5. Utiliza adecuadamente los cubiertos			
6. Come con agrado.			
7. Utiliza la servilleta adecuadamente			
8. Se sienta correctamente sin molestar a su compañero a la hora de la lonchera.			
9. Los niños se sientan en su lugar correctamente para poder comer los alimentos.			

10. Consume galletas y chocolates en su lonchera			
11. Juega con los alimentos a la hora de comer			
DESPUES DE CONSUMIR LOS ALIMENTOS			
12. Luego de comer los alimentos bota los desperdicios al tacho de basura.			
13. Se lava las manos después de comer sus alimentos.			
14. Termina sus alimentos nutritivos			
TOTAL			



POS TEST



TESIS: APLICACIÓN DE UN TALLER DE MINI CHEF PARA MEJORAR HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN EN LOS NIÑOS DE 5 AÑOS DE LA I.E.Nº1678 GARATEA .NUEVO CHIMBOTE .2014.

AUTORAS: JESUS SÁNCHEZ SILVA Y SUSAN DÍAZ SANDOVAL

E.A.P: EDUCACIÓN INICIAL Y ARTE INFANTIL

FICHA O GUIA DE OBSERVACIÓN
(PRE-TEST)

Valoración
1 (Siempre)
2(a menudo)
3 (rara vez)

INDICACIONES: Lee atentamente cada ítems y marca con una X según

Corresponda sobre los hábitos alimenticios de los niños de 5 años.

Nombre:

Fecha:

INDICADORES	1	2	3
ANTES DE CONSUMIR LOS ALIMENTOS			
1. se lava las manos antes de comer los alimentos.			
DURANTE EL CONSUMO DE LOS ALIMENTOS			
2. Mastica despacio y ensaliva bien los alimentos.			
3. Consume alimentos nutritivos como frutas, jugos.			
4.Sabe utilizar el vaso			
5. Utiliza adecuadamente los cubiertos			
6. Come con agrado.			
7. Utiliza la servilleta adecuadamente			
8. Se sienta correctamente sin molestar a su compañero a la hora de la lonchera.			
9. Los niños se sientan en su lugar correctamente para poder comer			

los alimentos.			
10. Consume galletas y chocolates en su lonchera			
11. Juega con los alimentos a la hora de comer			
DESPUES DE CONSUMIR LOS ALIMENTOS			
12. Luego de comer los alimentos bota los desperdicios al tacho de basura.			
13. Se lava las manos después de comer sus alimentos.			
14. Termina sus alimentos nutritivos			
TOTAL			



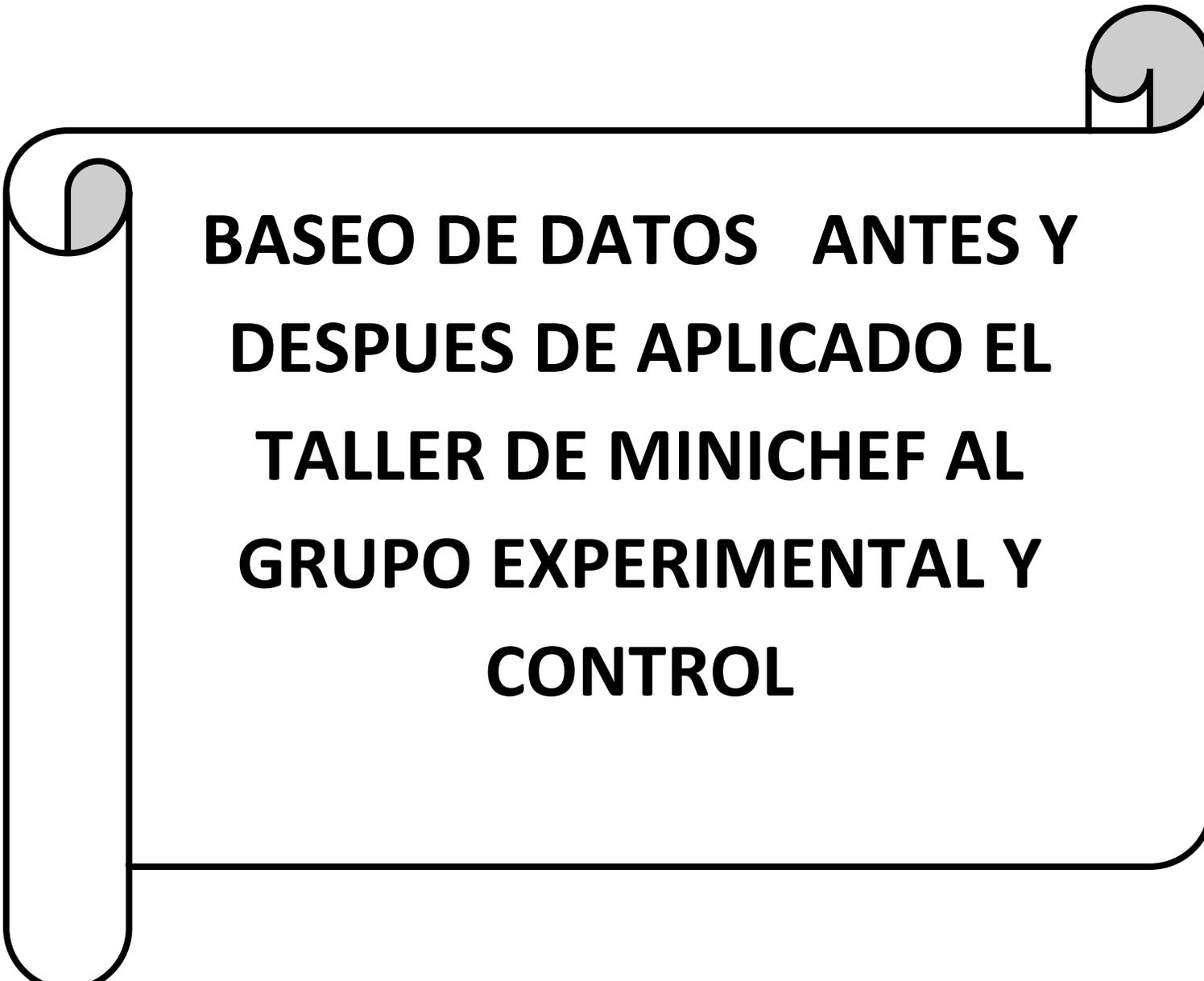
MATRIZ DE CONSISTENCIA

Formulación del Problema	Hipótesis	Objetivo	Variables	Dimensiones
	<p>Hipótesis de Investigación (Hi) Ha: Si se aplica el taller de mini chef influye significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo Chimbote.</p> <p>Hipótesis Nula:(Ho) Si no se aplica el taller de mini chef entonces no influirá significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo</p>	<p>a) General: Demostrar que la aplicación del taller de mini chef mejora los hábitos de alimentación de los niños de 5 años de LA I.E N° 1678 Urbanización Nicolás Garatea.</p> <p>b) Específicos: -Identificar hábitos de alimentación de los niños de los grupos experimental y control de una investigación antes y después de aplicar el taller. -Comparar los resultados en cuanto a la práctica de</p>	<p>Independiente: Aplicación del taller de mini chef</p>	<p>-Antes de consumir los alimentos</p> <p>-Durante el consumo de alimentos</p>

	Chimbote.	hábitos de alimentación por los grupos de investigación después de aplicado el taller. -Comprobar la efectividad del taller de mini chef en la práctica de hábitos de alimentación		-Después de consumir los alimentos
	<p>Hipótesis de Investigación (Hi) Ha: Si se aplica el taller de mini chef influye significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo Chimbote.</p> <p>Hipótesis Nula:(Ho) Ho: Si no se aplica el taller de mini chef</p>	<p>a) General: Demostrar que la aplicación del taller de mini chef mejora los hábitos de alimentación de los niños de 5 años de LA I.E Nº 1678 Urbanización Nicolás Garatea.</p> <p>b) Específico: -Identificar hábitos de alimentación de los niños de los grupos experimental y</p>	<p>Independiente: Aplicación del taller de mini chef</p>	<p>Justificación : Los padres de familia que mandan alimentos chatarras en las lonchera de los niños deben tomar conciencia y reflexión para lo cual debemos fomentar los hábitos saludables.</p>

	<p>entonces no influirá significativamente en la práctica de hábitos alimenticios en los niños de 5 años de la I.E.I nº 1678 - Garatea .Nuevo Chimbote.</p>	<p>control de una investigación antes y después de aplicar el taller.</p> <p>-Comparar los resultados en cuanto a la práctica de hábitos de alimentación por los grupos de investigación después de aplicado el taller.</p> <p>-Comprobar la efectividad del taller de mini chef en la práctica de hábitos de alimentación.</p>		<p>Metas cuantitativas :</p> <p>Se dará el taller con 25 niños</p> <p>OBJETIVOS:</p> <p>El objetivo será fomentar en los niños la práctica de hábitos alimentación en los niños en el proceso aprendizaje para que puedan apreciar de una manera idónea. A preparar diferentes alimentos nutritivos.</p> <p>CAPACIDADES Y ACTITUDES :</p> <p>Son seleccionados del DCN –EBR y diversificados, en coherencia con las</p>
--	---	---	--	--

				<p>competencias que desarrolla el taller propuesto.</p> <p>ESTRATEGIAS</p> <p>Determina la metodología y los pasos para desarrollar el taller. Inicio, proceso y final.</p> <p>EVALUACIÓN</p> <p>Se evaluara con una escala valorativa después de cada taller.</p>
--	--	--	--	--

A decorative scroll graphic with a black outline and rounded corners. The scroll is unrolled on the left side, and the top right corner is curled up. The text is centered within the scroll.

**BASEO DE DATOS ANTES Y
DESPUES DE APLICADO EL
TALLER DE MINICHEF AL
GRUPO EXPERIMENTAL Y
CONTROL**

Baseo de datos del Pre Test aplicado al grupo control

NOMBRE	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez	
Enrique	11	3		vez
Leonardo	9	3	2	
Dayana	10	2	2	
Julián Leonardo	8	4	2	9
Álvaro	7	5	2	
Jazmín Julian	12	3	2	6
Angie	9	3	2	
Clack Jazmín	10	2	8	2
Bryan	11	1	2	
Camila Clack	12		13	2
Claribet	8	4	2	
Arnol Camila	12	2	8	2
María	10	2	2	
Cesar David Arnol	11	1	8	2
Regina	9	3	2	
Jairo Cesar David	10	2	8	2
Yuphil	12		2	
Juan torres Jairo	8	2	4	8
Donny	11	1	2	
Juan David Juan torres	12		7	2
Donny			7	7
Juan David	7		4	3

Baseo de datos del Pos Test aplicado al grupo Experimental

NOMBRE	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Enrique	11	3	
Leonardo	9	3	2
Dayana	10	2	2
Julián	8	4	2
Álvaro	7	5	2
Jazmín	12		2
Angie	9	3	2
Clack	10	2	2
Bryan	11	1	2
Camila	12		2
Claribet	8	4	2
Arnol	12		2
María	10	2	2
Cesar David	11	1	2
Regina	9	3	2
Jairo	10	2	2
Yuphil	12		2
Juan torres	8	4	3
Donny	11	1	2
Juan David	12		2

NOMBRE	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Bradde		7	7
Nicolle		9	5
Ricardo		7	7
María Alexandra		7	7
Alejandro		7	7
Brayan		7	7
Raúl		8	6
Alexander		9	4
Luis		9	5
Ahymar		10	4
Kaori		8	6
Andi		8	6
Ángel		9	5
Eliane		7	7
Lombardo		7	7
Marina		6	8
Lizbeth		6	8
Lucio		6	8
Juan Pulido		8	6
María Fernanda		7	7

Baseo de datos del Pre Test aplicado al grupo experimental

Nombres	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Enrique		7	7
Leonardo		5	9
Dayana		11	3
Julián	3	5	6
Álvaro		4	10
Jazmín		8	6
Angie		8	6
Clack		13	1
Bryan	1	7	6
Camila	2	8	4

Claribet		6	8
Arnold		8	6
María		10	4
Cesar David		8	6
Regina	3	8	3
Jairo	2	8	4
Yuphil		9	5
Juan Torres		7	7
Donny		7	7
Juan Quiroz	7	4	3

Base de datos del Pos Test aplicado al grupo experimental

Nombres	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Enrique	11	3	
Leonardo	9	3	2
Dayana	10	2	2
Julián	8	4	2
Álvaro	7	5	2
Jazmín	12		2
Angie	9	3	2
Clack	10	2	2
Bryan	11	1	2
Camila	12		2
	8	4	2

Claribet			
Arnold	12		2
María	10	2	2
Cesar David	11	1	2
Regina	9	3	2
Jairo	10	2	2
Yuphil	12		2
Juan Torres	8	4	3
Donny	11	1	2
Juan Quiroz	12		2

Baseo de datos del Pre Test aplicado al grupo control

NOMBRE	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Bradde		7	7
Nicolle		9	5
Ricardo		7	7
María Alexandra		7	7
Alejandro		7	7
Brayan		7	7
Raúl		8	6
Alexander		9	4
Luis		9	5
Ahymar		10	4
		8	6

Kaori			
Andi		8	6
Ángel		9	5
Eliane		7	7
Lombardo		7	7
Marina		6	8
Lizbeth		6	8
Lucio		6	8
Juan Pulido		8	6
María Fernanda		7	7

Baseo de datos del Pos Test aplicado al grupo control

Nombre	1 Siempre	2 A menudo	3 Rara vez
Bradde	3	4	7
Nicolle	3	4	7
Ricardo	3	4	7
María Alexandra	3	3	8
Alejandro	3	5	6
Brayan	3	4	7
Raúl	3	4	7
Alexander	3	4	7
Luis	3	4	7
Ahymar	3	4	7
	3	4	7

Kaori			
Andi	3	4	7
Ángel	3	5	6
Eliane	3	5	6
Lombardo	3	4	7
Marina	3	3	8
Lizbeth	3	4	7
Lucio	3	4	7
Juan Pulido	3	4	7
María Fernanda	3	4	7

CUADROS DE ACTIVIDADES

N°	DENOMINACION
1.	"conociendo nuestro taller "
2.	"conociendo y elaborando normas"
3.	"preparando frutas de colores "
4.	"preparando Brochetas de frutas"
5.	"preparando chupete de plátano"
6.	"preparando causa de papa"
7.	"preparando huevitos rellenos"
8.	"Preparando Jugo de Fresa "
9.	"preparando salpicón de pollo "
10.	"preparando palitos de Choclo con queso"
11.	"preparando boliyucas de queso"
12.	"preparando Manzanas Encanaladas"
13.	"preparando Ensalada de quinua"
14.	"preparando Ensalada de Atún "
15.	"preparando jugo de maracuyá "
16.	"preparando Jugo de carambola "

17.	“preparando papa a la Huancaína”
18.	“preparando Jugo de Plátano”
19.	“preparando sándwich triple”
20.	Festival gastronómico preparado por los niños



I. JUSTIFICACION :

La presente ley tiene por objetivo la promoción y protección efectiva del derecho a la salud pública, al crecimiento y desarrollo adecuados realizadas a las personas, implementando kioscos y comedores saludables en los I.E. de educación básica regular.

Las prácticas relacionadas con los alimentos y bebidas no alcohólicas dirigidas a los niños y niñas adolescentes para reducir y eliminar las enfermedades vinculadas con el sobrepeso, la obesidad.

Esta ley entiende a la alimentación saludable: a una alimentación variada, preferentemente en un estado natural o con un procesamiento mínimo que aporta energías y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sano permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades .

El ministerio de educación promueve la enseñanza de la alimentación saludable, en el diseño curricular nacional de EBR y educación no escolarizada, programas de promoción de hábitos alimentarios que contribuyan a mejorar los niveles de nutrición. El ministerio de salud en coordinación con el ministerio de educación realiza campañas y charlas informativas para promover la alimentación saludable y mejorar los hábitos alimenticios de la población, dirigidos especialmente a los alumnos y padres de familia.

Recabar información sobre el ambiente Obeso génico, suministrando información a todas las entidades que lo soliciten incidencias y prevalencia del sobrepeso y obesidad y de sus factores determinantes.

La comisión de salud y población a la comisión de defensa del consumidor y organismos reguladores de los servicios públicos del congreso de la República difunde un resumen del informe anual a través de los medios de comunicación a nivel nacional.

Se promueve los kioscos y comedores escolares saludables el Ministerio de Educación en coordinación con el Ministerio de Salud, el Ministerio de Agricultura, los gobiernos locales y los gobiernos regionales.

Promover la entrega de regalo, premios o cualquier otro beneficio destina a fomentar la adquisición o el consumo de alimentos o bebidas no alcohólicas, alentar ni justificar el comercio o beber de forma inmoderada, excesiva o compulsiva. En la publicidad se debe consignar en forma clara, legible y comprensible en las siguientes frases "alto en (sodio- azúcar –grasas saturadas) evitar el consumo excesivo. el ministerio de educación es la autoridad encargada de fiscalizar el cumplimiento de las normas de promoción de la educación en la alimentación saludable y la promoción del deporte y la actividad física en los centros educativos, los gobiernos regionales y la UGEL .

La presente ley está basada en el conjunto de recomendación emitida por el organismo intergubernamental en salud: Organización Mundial De La Salud y – Organización Panamericana De La Salud – OMS – OPS.

B.METAS CUANTITATIVAS:

Se dará el taller con 20 niños.

C.OBJETIVOS:

General

Fomentar en los niños la práctica de hábitos alimenticios

Específicos

en los niños en el proceso de aprendizaje de los niños para que Aprendan de una manera idónea a preparar loncheras nutritivas ,así mismo conlleva a la adquisición de hábitos en la mejora nutricional de los niños y niñas de 5 años de edad de la Institución Educativa N°1678

TALLER N° 1: CONOCIENDO NUESTRO TALLER

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD , CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INTERPRETACIÓN DE LA CAPACIDAD	INDICADORES
Construcción de la Identidad Personal y autonomía	Actúa con seguridad, iniciativa y confianza en sí mismo mostrando autonomía en las actividades cotidianas de juego, alimentación higiene, cuidado su integridad física.	2.7 Practica hábitos de orden, limpieza y cuidado del ambiente en que se desenvuelve	<ul style="list-style-type: none">El niño aprende a utilizar adecuadamente cada utensilio de cocina.	.Reconoce los utensilios de cocina a través del juego. .Menciona cuales son los utensilios de manera sencilla.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>_La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una caja llamativa la cual contendrá diferentes utensilios de cocina para que los niños conozcan de qué se trata el taller para poder después implementarlo conjuntamente con ellos.</p>	<p>_Caja</p> <p>_Utensilios</p>	5 minutos
PROCESO	<p>la docente hará participar a los niños ,para lo cual pasarán al interior de la caja para</p> <p>Conocer los utensilios del taller, puedan explorarlo y explicarle a los niños para que sirve cada uno de ellos, ellos después mencionarán cada utensilio.</p> 	<p>_Utensilios</p> <p>_Diálogos con los niños.</p>	10 minutos
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden contando la canción "En mi cocina" luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de minichef. Entramos al aula.</p>	<p>_Canción</p> <p>_Souvenir.</p>	4 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa.

TALLER N° 2: CONOCIENDO Y ELABORANDO NUESTRAS NORMAS:

COMPETENCIA, CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">✚ Menciona normas de comunicación de manera espontánea para el taller de mini chef.✚ Elabora con ayuda de la docente carteles de normas para el taller.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de un títere de bolsa de un conejito el cual tendrá diferente papelitos con dibujos de acciones, luego se ordenaran en pares y realizaran la acción que le toco. seguidamente les preguntaremos a los niños</p> <ul style="list-style-type: none">+ ¿Estará bien o mal lo que realizan tus compañeros? ¿Porque?+ ¿Cuál es lo correcto que se debe hacer?+ ¿Cómo se llama esas acciones que tenemos que respetar?+ ¿será importante practicar normas en nuestro taller? ¿para qué me servirá?	<ul style="list-style-type: none">❖ Títere❖ Diálogo con los niños.❖ Papelitos de colores	5 minutos
PROCESO	<p>_Anotamos las respuestas de los niños en la pizarra.</p> <p>_Seguidamente la docente ayudará a los niños para que puedan mencionar y establecer conjuntamente con ellos normas de comunicación.</p> <p>_ Los niños dictarán a la docente y escribirá en un papelote Y pasará por su sitio para escribir lo que ellos le</p>	<ul style="list-style-type: none">❖ Diálogos con los niños.❖ Papelote❖ Plumones	10 minutos

	<p>mencionen.</p> <p>_Donde les hablará porque es importante practicar estas normas en nuestro taller.</p> <p>_se formaran coordinadores para trabajar.</p> <p>_ La Docente.</p> <p>Los niños después de haber elaborado , lo pegaremos en un lugar visible del taller para hacerle recordar</p> 		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden contando la canción "En mi cocina" luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Canción ❖ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 3: "PREPARANDO FRUTAS DE COLORES":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">+ Participa preparando fruta de colores de manera sencilla.+ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.+ Reconoce La importancia de fruta de colores a través de la pregunta de la docente.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Practica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	<ul style="list-style-type: none">+ Expresa de manera espontánea si le gusto o disgusto la fruta de colores.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños mediante un canción llama “palo palito” en la cual consistirá en formar un semicírculo, luego cada niño dirá una fruta el niños que no se equivoque será el ganador.</p>	✚ Canción	5 minutos
PROCESO	<p>La docente formara 5 grupos por frutas :</p> <p>Fresa, manzanas, plátanos, mandarinas, uvas Posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos :</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Lavar las frutas❖ Pelar y cortar las frutas en cuadritos y colocarlos en el tazón.❖ Exprimir las naranjas sobre las frutas.❖ Agregar miel y mezclar con cuidado❖ Servir y disfrutar.	✚ Utensilios ✚ Diálogos con los niños. ✚ Recetario	10 minutos
		✚ Canción ✚ Suvenir.	

FINAL	Nos despedimos en fila y en orden contando la canción “una gorda y gran sandia” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de frutas. Entramos al aula.		6 minutos
--------------	--	--	-----------

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 4: "PREPARANDO BROCHETAS DE FRUTAS":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE PERSONAL SOCIAL Y CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Brochetas de frutas de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.Reconoce La importancia de Brochetas de Frutas a través de la pregunta de la docente.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Practica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	<ul style="list-style-type: none">Expresa de manera espontánea si le gusto o disgusto las Brochetas de Frutas.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños mediante un canción llama “palo palito” en la cual consistirá en formar un semicírculo, luego cada niño dirá una fruta el niños que no se equivoque será el ganador.</p>	 Canción	5 minutos
PROCESO	<p>La docente formara 5 grupos por frutas :</p> <p>Fresa, manzanas, plátanos, mandarinas, uvas Posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos :</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Lavar las frutas❖ Pelar y cortar las frutas en cuadritos y colocarlos en el tazón.❖ Exprimir las naranjas sobre las frutas.❖ Agregar miel y mezclar con cuidado❖ Servir y disfrutar.	 Utensilios  Diálogos con los niños.  Recetario	10 minutos
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “una gorda y gran sandia” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de frutas. Entramos</p>	 Canción  Suvenir.	5 minutos

	al aula.		
--	----------	--	--

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 5: "PREPARANDO CHUPETE DE PLÁTANO":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE PERSONAL SOCIAL Y CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Brochetas de frutas de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Construcción de la identidad personal y autonomía.	Actúa con seguridad, iniciativa y confianza en sí mismo mostrando autonomía en las actividades cotidianas de juego, alimentación, higiene, cuidando su integridad física.	2.1. Práctica hábitos de alimentación, higiene y cuidado personal utilizando adecuadamente los espacios y materiales necesarios.	<ul style="list-style-type: none">Reconoce La importancia de las frutas a través de un juego.Demuestra asertivamente hábitos de alimentación.

Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	
---	---	--	--

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños mediante un cofre mágico en la cual consistirá en formar un semicírculo, luego cada niño sacará del cofre una tarjeta y ira descubriendo que adivinanza le toco y les dirá a sus compañeros la adivinanza.</p>	<ul style="list-style-type: none">✚ Cofre✚ Adivinanzas	5 minutos
PROCESO	<p>La docente formara 4 grupos :</p> <p>Plátanos, brochetas, quiwicha, miel Posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos :</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Lavarse las manos con agua y jabón❖ Pelar el plátano, colocarlo en el plátano y cortarlo por la mitad.❖ Introducir una brocheta en cada una de las mitades del plátano.	<ul style="list-style-type: none">✚ Plátanos✚ Quiwicha✚ Brochetas✚ miel✚ Diálogos con los niños.✚ Recetario	10 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Cubrir el plátano con miel ❖ Echar la kiwicha sobre el plátano a disfrutar. <p>_Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y orden, luego de haber realizado el chupete de plátano.</p> <p>_Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de las frutas.</p>		
FINAL	Nos despedimos en fila y en orden contando la canción “si tú tienes muchas ganas” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 6: "PREPARANDO CAUSA DE PAPA":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE PERSONAL SOCIAL Y CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Causa de papa de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños mediante una canción “El rey manda “en la cual consistirá en que los niños respeten las diferentes consignas que indique la docente, luego la docente les dirá que se agrupen de 5 en 5 para formar grupos los cuales traerán diferentes ingredientes como papa, limón, aceituna, aceite para lo cual se le entregará unos collares para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<ul style="list-style-type: none">✚ El rey manda✚ Papa✚ Aceite✚ Aceituna✚ Limón	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato Posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos :</p> <ul style="list-style-type: none">❖ el primer grupo aplastará con cuidado las papas con un tenedor❖ el segundo grupo echara sal❖ luego el tercer grupo incorporará un poco de aceite	<ul style="list-style-type: none">✚ Papas✚ Sal✚ Aceite✚ Limón✚ Pirotones✚ Diálogos con los niños.✚ Recetario	10 minutos

	<p>❖ el cuarto grupo el limón. Luego todos los grupos formarán bolitas y lo colocarán en pirotines.</p> <p>Servir y a disfrutar.</p> <p>_Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y orden, luego de haber realizado la causa de papa.</p> <p>_Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden contando la canción “el amor de Dios” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<p> Canción  Souvenir.</p>	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 7: "PREPARANDO HUEVOS RELLENOS":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE PERSONAL SOCIAL Y CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Huevos Rellenos de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños mediante un títere llamado pepito el cual contará un cuento llamado “Mis amigos los alimentos” luego la docente les dirá que se agrupen de 5 en 5 para formar grupos respectivamente según la tarjeta que le toco de una de las imágenes del cuento, el cual trabajarán en la preparación de los alimentos .</p>	<ul style="list-style-type: none">✚ Títere✚ Cuento✚ Imágenes	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato, Posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos :</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Antes todos los integrantes del grupo se lavarán las manos antes de la preparación.❖ el primer grupo cortará los huevos por la mitad y retirar las yemas con cuidado.❖ el segundo grupo presionará las yemas con el tenedor y mezclar con el atún sin aceite.	<ul style="list-style-type: none">✚ Huevos✚ 1lata de Atún✚ Mayonesa✚ Diálogos con los niños.✚ Recetario	10 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ luego el tercer grupo echaran la mayonesa y mezclar. Colocar un poco de esta preparación dentro de cada mitad de clara. ❖ Decorar y a disfrutar. <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y orden, luego de haber realizado los huevos rellenos.</p> <p>_Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden contando la canción “El twist de las frutas” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none">  Canción  Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 8: "PREPARANDO UNA ENSALADA DE ATUN":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">+ Participa preparando ensalada de atún de manera sencilla.+ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.+ Reconoce la importancia de la ensalada de atún a través de la pregunta de la docente.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “en la verdulería” la docente les presentara un disfraz de alimentos diferentes saldrán uno por uno según la canción que alimentos son nutritivos y como preparan una receta nutritiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Canción Disfraces	5 minutos
PROCESO	<p>La docente hará participar a los niños brindándole diferentes alimentos como: choclo, papa, tomate, atún, limón para que puedan explorar a si mismo explicar a los niños para que sirve los alimentos, porque es importante consumir alimentos nutritivos y como debemos preparar una ensalada de atún que utensilios necesitamos como: cuchillo de plástico, cucharas, tazón.</p> <p>La docente preparara con ayuda de los niños por grupos la ensalada de atún:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Lavar los tomates❖ Cortar las papas y los tomates en cuadritos y colocarlos en el tazón.	<ul style="list-style-type: none"> Utensilios Diálogos con los niños.	10 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Agregar el choclo y el atún ❖ Agregar aceite , limón y sal ❖ Servir y disfrutar. 		
FINAL	Nos despedimos en fila y en orden contando la canción “si tú tienes muchas ganas” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de mini chef. Entramos al aula.	<ul style="list-style-type: none">  Canción  Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 9 "PREPARANDO JUGO DE FRESA":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Jugo de Fresa de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “Una gorda y gran sandia” el cual consistirá en que los niños realizan diferentes gestos de la canción .Luego la docente les dirá que se agrupen ordenadamente para formar grupos de 5 grupos de trabajo, luego cogerán papelitos de colores para ver que le toco realizar a cada grupo.</p>	<ul style="list-style-type: none">✚ Canción: Una gorda y gran sandia.✚ Papelitos de colores.	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del palto posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo cortará las frutas en trozos y retirarles las pepas o semillas.❖ El segundo grupo colocará las frutas y lo agregará a la licuadora con ayuda de la docente.❖ Luego el tercer grupo añadirá el agua y licuará con ayuda de la docente.❖ Y el cuarto grupo ayudará a	<ul style="list-style-type: none">✚ Fresa✚ Agua✚ Licuadora✚ Azúcar✚ Diálogos con los niños.✚ Recetario.	10 minutos

	<p>servir a sus demás compañeros. -Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el jugo de fresa.</p> <p>❖ Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “Los árboles se mueven” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de mini chef. Entramos al aula.</p>	<p> Canción  Suvenir.</p>	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 10 "PREPARANDO SALPICÓN DE POLLO":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los de relaciones convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Salpicón de pollo de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “La ronda de las verduras” luego la docente les dirá que se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes lo cual se le entregarán unos collares para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<p>✚ Canción: La ronda de las verduras.</p>	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo deshilar el pollo con los dedos.❖ El segundo grupo cortar las papas y zanahorias en cuadritos con cuidado y ayuda de la docente.❖ Luego el tercer grupo lavar bien la lechuga y cortarla en tiras con ayuda de la docente.❖ el cuarto grupo mezclará todo en un tazón, agregar, limón, sal al gusto. Finalmente servir. <p>-Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber</p>	<p>✚ Pollo ✚ Papa ✚ Zanahoria ✚ Lechuga ✚ Limón ✚ Sal ✚ Diálogo con los niños. ✚ Recetario.</p>	10 minutos

	<p>realizado el salpicón de pollo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras frutas pueden realizar jugos. 		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “Jesusito de mi vida” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir de mini chef. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 11 "PREPARANDO BOLİYUCAS DE QUESO":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
<p>Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática</p>	<p>Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.</p>	<p>3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Participa preparando boliyucas de queso de manera sencilla. ✚ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea
<p>Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud</p>	<p>Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.</p>	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.
	<p>Indaga, mediante métodos científicos, situaciones que pueden ser investigados por la ciencia.</p>	<p>Desarrolla estrategias para hacer indagación 2.2. Selecciona herramientas y materiales que va a necesitar en su Indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Selecciona los ingredientes para preparar las boliyucas de queso de manera lúdica.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “los alimentos” luego la docente les dirá se le entregarán unas tarjetas con diferentes alimentos como: yuca, queso, aceite, sal, huevo, Harina, para que de esta manera seleccionen los ingredientes para preparar el plato para que formen sus grupos por ingrediente que les toco. Se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes.</p>	<ul style="list-style-type: none">+ Canción: Los alimentos.	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación, los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo aplastará la yuca con el tenedor y agregará el aceite y una pizca de sal. Amasar.❖ El segundo grupo coge una pequeña porción de masa y coloca un trozo de queso encima	<ul style="list-style-type: none">+ Yuca+ Aceite+ Sal+ Queso+ Harina+ Sal+ Diálogo con los niños.+ Recetario.	10 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Luego el tercer grupo cubrirá el queso con la masa formando bolitas. ❖ el cuarto grupo pasar las bolitas por harina. Freírlas en aceite caliente y servir las con cuidado y ayuda de la docente. <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado las boliyucas de queso.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras verduras pueden realizar otros platillos, que ingredientes utilizaron en la preparación.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “una gorda y gran sandia” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none">  Canción  Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa.

TALLER N° 12"PREPARANDO MANZANAS ENCANELADAS":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Participa preparando manzanas encaneladas de manera sencilla. ✚ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación. ✚ Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “Las Frutas”</p> <p>Muchas naranjitas En el delantal Peras y manzanas Para regalar Muchos limoncitos En el delantal Fresas cerezas Para regalar Muchos platanitos En el delantal Uvas y ciruelas Para regalar</p> <p>Luego la docente les dirá a los niños que se le entregarán diferentes disfraces de uvas, manzanas, fresa, plátano para que bailen el twist de las frutas, luego se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes, lo cual se le entregarán unos collares para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<p>✚ Canción: Las Frutas</p>	5 minutos
	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p>	<p>✚ Manzanas ✚ Canela Molida ✚ ajonjolí ✚ azúcar ✚ Diálogo con los niños. ✚ Recetario.</p>	

<p>PROCESO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación, los niños deben lavarse las manos con agua y jabón. ❖ El primer grupo cortará el tallo de la manzana, haciendo un pequeño orificio con cuidado y ayuda de la docente. ❖ El segundo grupo cortará las manzanas haciendo una cruz sin llegar a trozarla con cuidado y ayuda de la docente. ❖ Luego el tercer grupo agregará el azúcar, canela y ajonjolí sobre la manzana. ❖ el cuarto grupo con cuidado y con ayuda de la docente llevaremos al horno por 20 minutos aproximadamente Finalmente servir y a disfrutar. <p>-Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado las manzanas encaneladas.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras frutas pueden realizar un postre. La docente les preguntará si le gusto realizar el plato porque, que ingredientes necesito para realizar este plato.</p>		<p>10 minutos</p>
<p>FINAL</p>	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “Si yo tengo muchas ganas” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	<p>5 minutos</p>

TALLER N° 13” PREPARANDO ENSALADA DE QUINUA”:

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Participa preparando ensalada de quinua de manera sencilla. ✚ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1 Demuestra Hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere. 5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación. ✚ Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “La ronda de los cereales”</p> <p>Esta es la ronda de los cereales que Dios nos hizo con mucho amor van desfilando una por una todas diciendo yo soy la mejor Viene la quinua diciendo yo soy nutritivo en el desayuno o en ensalada mejor Viene La soya y el champú nosotros damos color y te ayudamos a crecer No sean presumidas dijo la avena a mi prefieren todos los días aunque con leche es mejor y soy más alimento que todos si soy el mejor. Esta es la ronda de los cereales que Dios nos hizo con mucho amor Van desfilando una por una todas diciendo yo soy la mejor.</p> <p>Luego la docente les entregará a los niños rompecabezas de diferentes cereales los cuales se agruparan por el papelito que les toco sacar se agruparán de 4 grupos de 5 integrantes, para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<p>✚ Canción: la ronda de los cereales.</p>	5 minutos
	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará</p>	<p>✚ Quinua sancochada ✚ Alcachofas sancochada ✚ Zanahoria</p>	

<p>PROCESO</p>	<p>recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación, los niños deben lavarse las manos con agua y jabón. ❖ El primer grupo Cortará las zanahorias y los corazones de alcachofa en cuadraditos con cuidado y con ayuda de la docente. ❖ El segundo grupo mezclara en un tazón los fideos, la quinua y la alcachofa. ❖ Luego el tercer grupo exprimirá el limón ❖ el cuarto grupo agregará la sal y mezclará todo Finalmente servir y disfrutar de la ensalada. Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado la ensalada de quinua. <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras cereales podemos realizar otra ensalada y la docente también pregunta que ingredientes se necesita para realizar la ensalada de quinua a los niños.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ sancochado ✚ Fideo ✚ corbatita ✚ sancochado ✚ Limón ✚ Sal ✚ Diálogo con los niños. ✚ Recetario. 	<p>10 minutos</p>
<p>FINAL</p>	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “El tren de la salvación” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	<p>5 minutos</p>

TALLER N° 14"PREPARANDO ENSALADA DE ATÚN":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando la ensalada de Atún de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	1.1. Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere. 5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “Las verduras”</p> <p>Esparrago, apio brócoli verduras son tan buenas para mí como un bocadillo o para almorzar Me gustan mucho al mascar. Pimiento coliflor y zanahorias, tomates verduras son súper ricas al almorzar o en mi plato Siempre me gustan mucho.</p> <p>Luego la docente les dirá que van a jugar que el barco se hunde, la docente dirá diferentes consignas, la docente les dirá que se agrupen de 5 integrantes y formaran 4 grupos, lo cual se le entregarán unos collares para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> + Canción: las verduras. 	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación, los niños deben lavarse las manos con agua y jabón. ❖ El primer grupo cortará las papas y los tomates en cuadritos, y colocarlos en el tazón. ❖ El segundo grupo agregar el choclo y el atún con cuidado y ayuda de la docente. ❖ Luego el tercer grupo mezcla con aceite, limón y sal .con ayuda de la docente. 	<ul style="list-style-type: none"> + Choclo sancochado + Papas sancochadas + Aceite + Tomates + 1 lata de Atún + Limón + Sal + Diálogo con los niños. + Recetario. 	10 minutos

	<p>❖ el cuarto grupo Finalmente sirve la ensalada de atún a sus compañeros con ayuda de la docente.</p> <p>-Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el salpicón de pollo.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otro ingrediente se puede preparar ensalada si no hubiera atún .La docente preguntará a los niños que ingredientes se necesita para preparar la ensalada de atún.</p>		
FINAL	Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “La papa Renata” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.	 Canción  Souvenir.	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa.

TALLER N° 15 "PREPARANDO JUGO DE MARACUYA":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando el jugo de maracuyá de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 Demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una adivinanza :</p> <p>Mi nombre es mara y Mi apellido cuya Si no lo descubres es porque eres un poco tardo ¿Quién soy?</p> <p>Luego la docente les vendara los ojos a los niños estarán en dos filas los cuales tendrá que descubrir tocando y oliendo que fruta es, seguidamente se agruparán por las frutas que le toco, se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes para que formen sus grupos por frutas que les toco.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Adivinanza ✚ Frutas ✚ Dialogo con los niños. 	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón. ❖ El primer grupo retirará la pulpa del maracuyá y agregar poco a poco en la licuadora. ❖ El segundo grupo agregar 	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Maracuyá ✚ Agua hervida ✚ Azúcar ✚ Licuadora ✚ Diálogo con los niños. ✚ Recetario. 	10 minutos

	<p>agua y licuar en un minuto con cuidado y ayuda de la docente.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Luego el tercer grupo pasar el jugo por el colador hacia la jarra. ❖ el cuarto grupo endulzará al gusto y servirán a sus compañeros y a disfrutar. <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el jugo de maracuyá.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras frutas pueden realizar jugos. La docente también les preguntará a los niños que necesitaron para preparar el jugo de maracuyá.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción "Jesusito de mi vida" luego las docentes entregarán a los niños un souvenir .Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none">  Canción  Suvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 16"PREPARANDO JUGO DE CARAMBOLA":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando Jugo de carambola de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinament e hábitos de alimentación.Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “Las Frutas” luego la docente les entregará a los niños diferentes tarjetas de frutas las cuales se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes para que formen sus grupos para preparar el jugo.</p>	<p>✚ Canción: Las Frutas.</p>	5 minutos
	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo lavará la carambola.❖ El segundo grupo cortará la carambola y lo agregará en la licuadora con cuidado y ayuda de la docente.❖ Luego el tercer grupo agregará el agua y licuar por un minuto con ayuda de la docente.❖ el cuarto grupo el jugo lo colarán hacia la jarra y endulzar al gusto. Finalmente disfrutar y servir el jugo de	<p>✚ Carambola</p> <p>✚ Agua</p> <p>✚ Azúcar</p> <p>✚ Jarra</p> <p>✚ Colador</p> <p>✚ Diálogo con los niños.</p> <p>✚ Recetario.</p>	10 minutos

	<p>carambola. Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el salpicón de pollo.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras frutas pueden realizar jugos. Luego la docente preguntará a los niños que ingredientes se necesitó para realizar el jugo de carambola.</p>		
FINAL	Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción "Jesús nos ama" luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.	<ul style="list-style-type: none">  Canción  Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 17 "PREPARANDO PAPA A LA HUANCAINA":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando papa a la huancaína de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>Desarrolla estrategias para hacer indagación</p> <p>2.2. Selecciona herramientas y materiales que va a necesitar en su Indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.Selecciona los ingredientes para preparar la papa a la huancaína de manera lúdica.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “La gorda y gran sandia” luego la docente les dirá a los niños que van a jugar en la batalla del calentamiento, luego darán diferentes consignas según indiquen la docente, seguidamente formará 4 grupos de 5 integrantes para que formen sus grupos y puedan realizar la preparación.</p>	<p>✚ Canción: La gorda y gran sandia.</p>	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo pelará la papa y huevo sancochada con cuidado y ayuda de la docente.❖ El segundo grupo cortará el escabeche previamente sancochado y lavarán la lechuga con cuidado y ayuda de la docente.	<p>✚ Papa</p> <p>✚ Escabeche</p> <p>✚ leche</p> <p>✚ Queso</p> <p>✚ Huevo</p> <p>✚ Aceituna</p> <p>✚ Lechuga</p> <p>✚ Diálogo con los niños.</p> <p>✚ Recetario.</p>	10 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Luego el tercer grupo cortará queso en cuadraditos con cuidado y ayuda de la docente. ❖ el cuarto grupo colocará en la licuadora el escabeche, el queso, la leche, agua hervida licuar todo servir al gusto y servir a sus compañeros. <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado la papa a la huancaína. .Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y que más se puede preparar con papa. Luego la docente pregunta a los niños cuales son los ingredientes se selecciona y se necesita para preparar papa a la huancaína.</p>		
FINAL	Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “el elefante trompita” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 18"PREPARANDO JUGO DE PLÁTANO":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
<p>Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática</p> <p>Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud</p>	<p>Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.</p> <p>Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.</p>	<p>3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.</p> <p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Participa preparando Salpicón de pollo de manera sencilla. ✚ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea. ✚ Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación. ✚ Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “La ronda de las frutas” luego la docente les entregará a los niños disfraces de manzana, plátano, uva, manzana los cuales ayudarán para que se agrupen de 4 grupos de 5 integrantes para realizar el jugo de plátano.</p>	<ul style="list-style-type: none">✚ Canción: La ronda de las frutas.	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <ul style="list-style-type: none">❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón.❖ El primer grupo pelará los plátanos y ponerlos a hervirán en una olla con agua.❖ El segundo grupo licuará los plátanos cocidos con un poco de agua y leche con cuidado y ayuda de la docente.❖ Luego el tercer grupo	<ul style="list-style-type: none">✚ Plátano de freír✚ Leche✚ AguaHervida✚ Azúcar✚ Licuadora✚ Jarra✚ Diálogo con los niños.✚ Recetario.	10 minutos

	<p>agregará el jugo en una jarra.</p> <p>❖ el cuarto grupo endulzara a su gusto y servir ya disfrutar con ayuda de la docente.</p> <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el jugo de plátano. Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras frutas pueden realizar jugos. Seguidamente la docente les preguntará a los niños que ingredientes se necesita para preparar el jugo de plátano.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “cuchara, cuchillo y tenedor” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<p>✚ Canción</p> <p>✚ Souvenir.</p>	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa

TALLER N° 19”PREPARANDO SANDWICH TRIPLE”:

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Participa preparando Sándwich triple de manera sencilla. ✚ Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación. ✚ Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA:

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “Los alimentos” luego la docente les entregará a los niños unos collares donde la docente realizará una dinámica el barco se hunde, los niños realizarán según las consignas que realiza la docente, casi al finalizar casi el juego la docente indicará que busquen a los niños que tengan los mismos alimentos que ellos por lo cual formaran 4 grupos de 5 integrantes para que formen sus grupos por ingrediente que les toco.</p>	<p>✚ Canción: Los alimentos.</p>	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <p>❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación, los niños deben lavarse las manos</p>	<p>✚ Palta ✚ Huevo sancochado ✚ Pan de molde ✚ 1 tomate pelado y cortado en rodajas. ✚ Limón ✚ Sal ✚ Mayonesa ✚ Diálogo con los niños. ✚ Recetario.</p>	10 minutos

	<p>con agua y jabón.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ El primer grupo batirá la palta con cuidado y ayuda de la docente. ❖ El segundo grupo agregará unas gotitas de limón y una pizca de sal. ❖ Luego el tercer grupo colocará el tomate en rodajas, la palta batida se agrega, mayonesa en cada capa se agregará ❖ el cuarto grupo colocará el huevo en rodajas sobre tres rebanadas de pan, colocar las rebanadas una encima de otra y tapar con la última rebanada de pan finalmente servir y a disfrutar del sándwich. <p>Seguidamente los niños se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado el sándwich de pollo.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades y con qué otras verduras pueden realizar sándwich. Luego la docente preguntará a los niños que ingredientes se necesita para preparar el sándwich triple.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción "Jesús nos ama a cada uno" luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN: Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa.

TALLER N° 20 "FESTIVAL GASTRONÓMICO PREPARADO POR LOS NIÑOS":

CAPACIDADES Y ACTITUDES:

ORGANIZADORES, CAPACIDADES Y CONOCIMIENTOS DEL ÁREA DE CIENCIA Y AMBIENTE:

Niños de 5 años:

ORGANIZADOR	COMPETENCIAS	CAPACIDAD, CONOCIMIENTOS Y ACTITUDES	INDICADORES
Desarrollo de los relaciones de convivencia democrática	Participa en actividades grupales en diversos espacios y contextos identificándose como parte de un grupo social.	3.2 elabora con el grupo y la docente acuerdos que respeta y hace respetar.	<ul style="list-style-type: none">Participa preparando el festival gastronómico de Mini chef de manera sencilla.Menciona cuales son los ingredientes que se utiliza de manera espontánea.
Cuerpo Humano Y Conservación De La Salud	Práctica con agrado hábitos de alimentación, higiene y cuidado de su cuerpo, reconociendo su importancia para conservar su salud.	<p>1.1 demuestra hábitos alimenticios para el aprovechamiento de los alimentos que ingiere.</p> <p>5.2. Comunica los resultados y limitaciones de su indagación.</p>	<ul style="list-style-type: none">Demuestra paulatinamente hábitos de alimentación.Comunica como realizo la preparación del plato de manera espontánea.

ESTRATEGIA

PROCESO	ESTRATEGIA	RECURSOS Y MATERIALES	TEMPORALIZACIÓN
INICIO	<p>La motivación :</p> <p>La docente motivará a los niños a través de una canción “La ronda de los alimentos” luego la docente les indicará a cada grupo que plato le ha tocado preparar .Seguidamente se empezará a realizar brochetas de frutas, chupete de plátano, salpicón de pollo, causa de papa, jugo de carambola, jugo de maracuyá, los niños estaban acompañados de su mamá para realizar las diferentes platillos. Se formaron 4 grupos de 5 integrantes en la cual se preparan diferentes platillos y según las indicaciones y ayuda de la docente.</p>	<p>✚ Canción: La ronda de los alimentos.</p>	5 minutos
PROCESO	<p>La docente designará a cada grupo que va a realizar para la preparación del plato posteriormente les hará recordar las normas del taller. Luego se iniciará con la preparación del plato, según los siguientes pasos:</p> <p>❖ Todos los integrantes de los grupos antes de la preparación los niños deben lavarse las manos con agua y jabón. Seguidamente se colocarán su mandil para pasar a preparar por grupos</p>	<p>✚ Pollo</p> <p>✚ Papa</p> <p>✚ Zanahoria</p> <p>✚ Lechuga</p> <p>✚ Limón</p> <p>✚ Sal</p> <p>✚ Diálogo con los niños.</p> <p>✚ Recetario.</p>	10 minutos

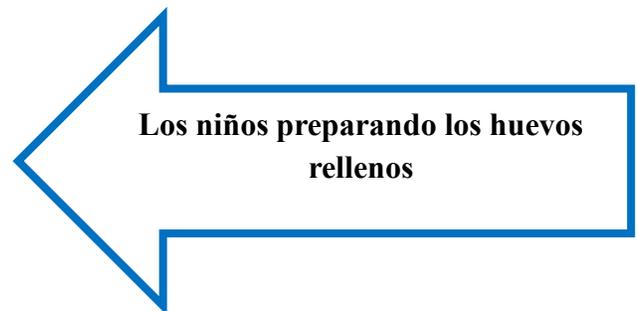
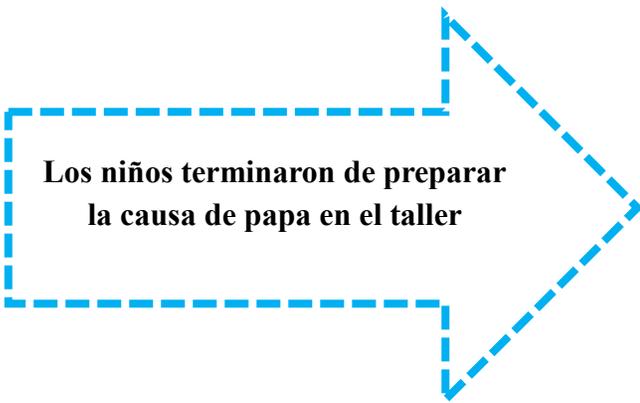
	<p>los siguientes platillos :</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ El primer grupo realizará el salpicón de pollo y jugo de carambola con ayuda de la docente. ❖ El segundo grupo realizará brochetas de frutas y jugo de maracuyá con ayuda de la docente si lo necesitará. ❖ Luego el tercer grupo realizará chupete de plátano con ayuda de la docente si lo necesitara. ❖ el cuarto grupo causa de papa con ayuda de la docente si necesitará. <p>Seguidamente los niños expondrán como prepararon los diferentes platos de los diferentes grupos y a su demás compañeros y luego se servirá los diferentes platos a los niños y los padres de familia.</p> <p>Luego la docente les preguntará a los niños sobre la importancia de lavarse las manos y evitar enfermedades .seguidamente se lavarán las manos en fila y en orden, luego de haber realizado los diferentes platos.</p>		
FINAL	<p>Nos despedimos en fila y en orden cantando la canción “si yo tengo muchas ganas” luego las docentes entregarán a los niños un souvenir. Entramos al aula.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✚ Canción ✚ Souvenir. 	5 minutos

EVALUACIÓN:

Se evaluará a los niños mediante una escala valorativa.



Los niños realizando bolitas de papa para la preparación de causa de papa en el taller de mini chef





La niña Camila mezclando el salpicón de pollo durante el taller

Los niños terminando de hacer sus brochetas de fruta



Los niños degustando su brocheta de frutas.





Las niñas estaban deshilachando el pollo para preparar el salpicón de pollo

Los niños estaban echando la mayonesa a la ensalada de atún



Los niños degustando los huevitos rellenos durante el taller





Los niños luego de haber pelado los plátanos cada uno le colocan miel y quiwicha para preparar el chupete de plátano

Los niños explicando a sus demás compañeras lo que realizaron en el taller como lo hicieron que ingredientes llevan en la preparación de cada receta.



Los niñas explicando a sus demás compañeros lo que realizaron en el taller como lo hicieron que ingredientes llevan en la preparación de cada receta.

