



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

Dramatización para Mejorar Hábitos de Consumo de Alimentos  
Nutritivos en Estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa N° 11003

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**  
Licenciada en Educación Primaria

**AUTORAS:**

Deza Jimenez, Katya Maribel ([orcid.org/0000-0003-0553-1751](https://orcid.org/0000-0003-0553-1751))  
Quispe Pariona, Elizabeth Rosmeri ([orcid.org/0000-0003-3362-0647](https://orcid.org/0000-0003-3362-0647))

**ASESORA:**

Dra. Silva Ravines, Jenny Mercedes ([orcid.org/0000-0002-3992-0184](https://orcid.org/0000-0002-3992-0184))

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

**CHICLAYO - PERÚ**

**2022**

## Dedicatoria

El presente trabajo de investigación está dedicado a Dios, a mis queridos padres, a mi hermana Francesca; por estar siempre conmigo apoyándome y dándome sus sabios consejos. Fueron ellos quienes me impulsaron a cada instante de mi vida a salir adelante y a luchar por mis sueños, uno de ellos ser profesional.

Dios es mi amparo y fortaleza.

Katya

Este trabajo está dedicado a Dios en primer lugar por brindarme fortalezas, sabiduría y por haberme permitido culminar una mis metas. A mi familia por ser los pilares de mi vida y ser el motor de mis luchas. Son ellos quienes me impulsan a salir adelante en cada instante de mi vida

Elizabeth

## **Agradecimiento**

Agradezco a Dios por ser mi fuente de sabiduría y fortaleza que me enriquece espiritualmente, agradezco también a mis padres y a mi hermana por su constante apoyo durante estos cinco años de estudio. Asimismo, a mi profesora de aula Liduvina Díaz Contreras por permitirme aplicar de manera oportuna cada uno de mis talleres para concluir exitosamente mi investigación, A la Magister María Elena Ruiz Vallejo le estoy muy agradecida por la detallada y minuciosa supervisión de mi trabajo de investigación, para que éste se lleve de una manera adecuada y de acuerdo con los lineamientos académicos e investigativos de la nuestra universidad.

Katya

Agradezco a Dios por ser un ente espiritual que me brinda fortaleza y sabiduría en todos los proyectos de mi vida y sobre todo en mi carrera profesional.

A mi familia por su apoyo incondicional en todos los momentos de mi vida y durante mi formación en mi carrera profesional.

A todos los asesores que me brindaron su esfuerzo, dedicación y por estar en constante supervisión para con este trabajo de investigación y así se lleve de una manera adecuada y de acuerdo con los lineamientos académicos de la Universidad.

Elizabeth

## Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de figuras .....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	5
III. METODOLOGÍA .....	12
3.1. Tipo y diseño de investigación .....	12
3.2. Operacionalización de variables .....	13
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis .....	13
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad. ....	14
3.5. Procedimientos .....	16
3.6. Método de análisis de datos .....	16
3.7. Aspectos éticos.....	17
IV. RESULTADOS .....	18
V. DISCUSIÓN.....	30
VI. CONCLUSIONES .....	32
VII. RECOMENDACIONES.....	33
REFERENCIAS.....	34
ANEXOS .....	41

## Índice de tablas

Tabla 1. <i>Población de estudiantes del primer grado de la institución educativa 11003.</i> .....	13
Tabla 2. <i>Muestra de estudiantes del primer grado de la institución educativa 11003.</i> .....	14
Tabla 3. <i>Resultados de la aplicación del pre test al grupo experimental</i> .....	18
Tabla 4. <i>Resultados de la aplicación del pre test al grupo control</i> .....	19
Tabla 5. <i>Resultados de la aplicación del post test al grupo experimental</i> .....	21
Tabla 6. <i>Resultados de la aplicación del post test del grupo control</i> .....	22
Tabla 7. <i>Resultados de la aplicación del pre test y post test del grupo experimental</i> .....	24
Tabla 8. <i>Comparación de los resultados del pre y post test al grupo control</i> ....	25

## Índice de figuras

<i>Figura 1.</i> Resultados de la aplicación del pre test al grupo experimental .....	18
<i>Figura 2.</i> Resultados de la aplicación del pre test al grupo control.....	20
<i>Figura 3.</i> Resultados de la aplicación del post test al grupo experimental.....	21
<i>Figura 4.</i> Resultados de la aplicación del post test al grupo control .....	23
<i>Figura 5.</i> Comparación de los resultados del pre y post test al grupo experimental.....	24
<i>Figura 6.</i> Comparación de los resultados del pre y post test al grupo control....	26

## Resumen

El problema presentado son los malos hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes de primer grado, la solución para tal problema es aplicar talleres de dramatización para mejorar. El objetivo es demostrar que al aplicar talleres de dramatización permitirá mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos de los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa 11003, Chiclayo. La muestra se conformó por 31 estudiantes de la sección B; que trabajaron de forma efectiva y dinámica durante el desarrollo de cada uno de los talleres de dramatización. Después de la aplicación del Pre- Test los estudiantes obtuvieron un promedio de 4 ubicándose en un nivel bajo, 2.9 en desviación estándar y 72% en coeficiente de variabilidad. Se aplicó el taller de dramatización en el área de ciencia y ambiente, se trabajó con el diseño de dos grupos con pre y post test. Después de efectuar el taller de dramatización se obtuvo como resultado del Pos Test 19.4 de promedio, 2,03 de desviación estándar, 10% de coeficiente de variabilidad y ubicó al grupo experimental en un nivel de logro alto y se constató positivamente la hipótesis con un nivel de confiabilidad de 95 %.

**Palabras clave:** Dramatización, Hábitos, Alimentación, nutritivos.

## **Abstract**

The problem presented is the bad habits of consumption of nutritious food in first grade students, the solution to such a problem is to apply dramatization workshops to improve. The objective is to demonstrate that the application of dramatization workshops will improve the nutritious food consumption habits of first grade students of the Educational Institution 11003, Chiclayo. The sample consisted of 31 students from section B, who worked effectively and dynamically during the development of each of the dramatization workshops. After the application of the Pre-Test, the students obtained an average score of 4, placing them at a low level, 2.9 in standard deviation and 72% in coefficient of variability. The drama workshop was applied in the area of science and environment, working with the design of two groups with pre- and post-test. After the dramatization workshop, the post-test result was 19.4 on average, 2.03 standard deviation, 10% coefficient of variability and placed the experimental group at a high level of achievement and the hypothesis was positively confirmed with a reliability level of 95%.

**Keywords:** Dramatization, Habits, Food, nutritious.



## I. INTRODUCCIÓN

Una adecuada alimentación durante la infancia es necesaria para tener un óptimo desarrollo cognitivo y rendimiento escolar, por lo cual es importante reconocer el estado nutricional de los niños para dar a conocer los factores que repercuten, tales como: bajo ingreso, tamaño de la familia, malos hábitos, falta de información, entre otros. Estos factores afectan a los niños y los hace propensos a sufrir diferentes trastornos alimenticios, y enfermedades que limitan su desarrollo.

Sin embargo, a pesar de habitar en una sociedad donde la globalización y la industria alimentaria evolucionan, suelen motivar a través de las constantes publicidades por redes sociales, televisión, etc.; a consumir productos pero nuestro cuerpo necesita alimentos no productos, es decir la comida no debe ser procesada, la cual ayuda a mantener buena salud y disminuir los casos de mortalidad causada por enfermedades cardiovasculares, diabetes y cáncer que podrían evitarse; practicando buenos hábitos y actividad física.

Los niños adoptan costumbres alimentarias que les ayudará a realizar elección de alimentos en el futuro, lo cual depende del seguimiento y la orientación en casa. En la alimentación del niño las loncheras saludables aportan 10 a 15% de energía que el niño necesita durante el día, ya que lo pierde al realizar actividades como estudiar, jugar, hacer deporte, etc. (Mayor, 2015, p.11).

Por otro lado, los estudios nutricionales realizados a la población ecuatoriana son importantes para conocer la situación nutricional y salud en los individuos que están expuestos a condiciones deficientes y a su vez evidencia el poco conocimiento de hábitos alimentarios al adquirir alimentos que ponen en riesgo a las generaciones actuales y futuras (Valle, Bravo y Fariño, 2017, p.407).

En España la escuela se rige como el escenario idóneo para incentivarla práctica diaria de actividad física y fomentar una dieta equilibrada y completa en cada uno de los estudiantes durante la jornada escolar (López et al, 2019, p.270).

De tal forma Vera y Hernández sostienen que Las Enfermedades No Transmisibles (ENT) es un factor latente que manifiesta enfermedad y deceso

de la persona, por lo tanto, en Colombia se manifiesta ampliamente determinados factores en relación al comportamiento, iniciando con dietas poco saludables (consumo excesivo de grasas, azúcares, consumo exagerado de vegetales y frutas; asimismo la ausencia de actividad física (2013, p.4).

En el año 2018 UNICEF trató a más de 3,4 millones de menores de Afganistán, Yemen, Nigeria y Sudán del Sur; que presentaron desnutrición y situaciones humanitarias, porque la mayoría de las familias vivían en condiciones muy pobres y solían adquirir alimentos con poco aporte nutritivo y de mala calidad, lo que provoca malnutrición y muerte prematura (Unicef, 2019, p.7).

Precisando que la televisión en el Perú ofrece información que distorsiona los hábitos y costumbres alimentarias, el Consejo Consultivo de radio y Televisión menciona que 53% de la publicidad se refiere a comida poco saludable, asimismo se calcula que este tipo de anuncios duran alrededor de 650 minutos y son vistos por niños y adolescentes (Pajuelo, 2017, p.183).

Asimismo, en la región Lambayeque los distritos de Mórrope, Salas, Incahuasi y Cañaris promovieron la ejecución de proyectos para disminuir la presencia de desnutrición crónica, anemia y obesidad, enfatizando en la población infantil que se encuentran en condiciones de pobreza, así como reducir el índice de mortalidad en niños a mediano o largo plazo (Sánchez, 2016, p.3).

En el evento que se realizó en la Ciudad de Chiclayo, por el Colegio de nutricionistas de Lambayeque, dejaron en evidencia que el problema de obesidad y sobrepeso infantil fue un tema que acaparo la atención de los conoedores, puesto que es uno de los problemas de nuestra región.

Recalcando que el sobrepeso y la obesidad infantil son enfermedades graves del siglo XXI. Según la OMS, el sobrepeso en niños aumenta cada año y cada vez se presenta a temprana edad aumentando el índice de mortalidad en nuestra región (Rubio, Díaz y Peña, 2013, p.56).

Por lo cual se manifiesta la problemática en la escuela 11003 Karl Weiss de la ciudad de Chiclayo; donde los alumnos del primer grado consumen alimentos poco nutritivos que permitan un óptimo crecimiento y rendimiento escolar, evidenciando que suelen consumir con frecuencia productos como papas fritas, chocolates, gaseosa, etc. Constatando que lo más adecuado sería

el consumo de alimentos preparados en casa y que consuman agua para evitar la deshidratación al haber realizado algún tipo de ejercicio. Precizando que no reconocen que alimentos deben consumir, solo siguen sus costumbres o publicidad sin saber que después serán la causa de algún tipo de enfermedad.

Considerando la problemática se presentó el siguiente problema general: ¿Qué influencia tiene la dramatización para mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa 11003, Chiclayo 2021?

Seguidamente, la presente se justificó por: Conveniencia porque busca fomentar el consumo de alimentos nutritivos en los alumnos, quienes muestran poco conocimiento sobre el consumo adecuado. Relevante porque permitirá mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los alumnos, que le ayudarán a poder rendir en sus actividades diarias. Relevancia social puesto que beneficiará a 31 niños, quienes mejorarán sus hábitos de consumo de alimentos nutritivos, de igual forma desarrollarán conocimientos sobre alimentos nutritivos que le permitirán mejorar su alimentación. Utilidad metodológica porque se propuso un taller de dramatización para mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos. Implicancia práctica porque se desarrolló un taller que consta de 20 sesiones, que ayudaron a mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos.

Es por ello, que se formuló el siguiente objetivo general: Determinar la influencia de la dramatización en la mejora de hábitos de consumo de alimentos nutritivos en estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa N° 11003, Chiclayo 2021. Objetivos específicos: Analizar epistemológicamente el proceso de desarrollo de hábitos de alimentos nutritivos de los niños de primer grado, Identificar el nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado de educación primaria, diseñar y aplicar la dramatización para mejorar el consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado del grupo experimental, evaluar el nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del grupo experimental y control mediante un post test, comparar los resultados sobre el consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado de educación primaria obtenidos en el pre y post test por los grupos experimental y control para

determinar la influencia de la dramatización y contrastar los resultados del post test a través de una prueba de hipótesis.

Asimismo, se tuvo como hipótesis general: El taller de dramatización mejora hábitos de consumo de alimentos nutritivos en estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa 11003, Chiclayo - 2021

## II. MARCO TEÓRICO

El presente estudio se encuentra respaldada por diferentes fuentes y estudios previos a nivel internacional y nacional, asimismo se da a conocer teorías y enfoques conceptuales relacionados a las variables de estudio, dimensiones, entre otros que guarden relación.

A nivel internacional se consideró a Colmenares et al (2020) en su estudio tuvo como propósito analizar los hábitos de alimentación en alumnos, efectuando una metodología de tipo cualitativo, aplicando un grupo focal y entrevistas a los padres de los alumnos, administrativos y directivos, cuyos datos obtenidos fueron almacenados en una base de datos creada en el software Microsoft Excel, posteriormente fueron procesados y analizados haciendo uso del Software Atlas-Ti. Obteniendo como resultado que no se cuenta con un sistema apropiado, no existe relación ni apoyo en la casa y la Institución, evidenciando que existe un problema puesto que los horarios de alimentación son distintos y que los alimentos son totalmente diferentes en ambos lugares. Llegando a la conclusión que es primordial proponer e informar una alimentación apropiada desde la infancia con la finalidad de prevenir posteriores enfermedades, desorden alimentario, desnutrición e incluso el deceso, ya que los padres de familia y la institución deben empezar a fomentar una mejora.

Flores, Entrala y Flórez (2020) en su investigación se tuvo como propósito evaluar los hábitos de alimentación y actividad física de alumnos de la Comuna de Llanquihue, empleando como metodología una investigación descriptiva, considerando como muestra a 1045; teniendo en cuenta una submuestra de 181 alumnos de la edad de 4 a 13 años, a quienes se les aplicó una evaluación de estado nutricional, cuyos datos fueron analizados haciendo uso de Statgraphics Centurion. Cuyos resultados sostienen que en su mayoría de alumnos almorzaban en la institución, y que consumían alimentos elevados en azúcar, productos embotellados y comida chatarra, evidenciando que 29.4% presentó sobrepeso y 26.2% evidencian obesidad, por otro lado, en cuanto a la actividad física el 58.5% de los alumnos no realizan ejercicios extra programática. Llegando a la conclusión de que los hábitos alimentarios y la actividad física no influye a cambiar las cifras de malnutrición.

Sam, Brooke y Ju (2018) en su estudio tuvieron como objetivo analizar los hábitos alimentarios y el conocimiento de los estudiantes universitarios de los requerimientos nutricionales para la salud, para lo cual se aplicó como metodología una investigación cuantitativa, descriptiva, se tuvo en cuenta una muestra conformada por 121 alumnos de la edad de 18 años; a quienes se les aplicó una encuesta y revisión de literatura, cuyos datos fueron analizados y procesados estadísticamente. Obteniendo como resultado que los alumnos tienen conocimiento de lo que repercute ingerir comida chatarra y poco nutritiva como productos procesados, evidenciando que la mayoría de alumnos consume este tipo de alimentos procesados. Llegando a la conclusión de que cuentan con conocimientos necesarios respecto a los requisitos nutricionales para la salud, sin embargo, consumen alimentos no saludables dejándose llevar por el sabor de estos.

Sogari et al (2018) tuvieron como objetivo analizar los factores que los alumnos universitarios de EE.UU. percibieron influyendo en el comportamiento alimentario saludable, para esto desarrollaron una metodología cualitativa, considerando como muestra a 35 estudiantes de las edades de 18 y 25 años quienes efectuaron una encuesta, posteriormente los datos que se obtuvieron fueron analizados haciendo uso del programa cualitativo CAQDAS Nvivo11 Plus para crear códigos que categorizaron las discusiones grupales mientras se usaba un Modelo Ecológico. Obteniendo como resultado una lista de múltiples factores tales como la limitación de tiempo, el consumo de comida rápida, estrés, costos elevados en comidas saludables y por otro lado el fácil acceso a comida chatarra. Concluyendo que es importante fomentar mayor conocimiento y educación sobre la adecuada alimentación, planificar horario de comidas y la apropiada preparación de las comidas.

Pereira y Salas (2017) en su estudio tuvo como propósito diagnosticar el conocimiento que tienen los alumnos de X nivel en relación a hábitos alimenticios y nutrición, empleando como metodología un estudio no experimental, descriptivo realizando una investigación etnográfica, considerando como muestra a 30 alumnos de las edades de 15 y 18 años, para lo cual se efectuó una encuesta conformada por 13 interrogantes para determinar conocimientos de los alumnos en relación a los hábitos alimenticios

y nutrición, así como encuesta conformada por 16 interrogantes dirigida a 18 profesores para analizar los conocimientos de los profesores respecto a la educación para la salud. Obteniendo como resultado que se evidencia la falta de cultura nutricional que tiene los alumnos y el deficiente compromiso por parte de los docentes para fomentar los buenos hábitos alimenticios en las clases que imparten cotidianamente. Concluyendo que es necesario implementar estrategias que ayuden a concientizar a los alumnos respecto a los hábitos alimenticios.

A nivel nacional se consideró a Yuyes (2020) en su estudio tuvo como propósito determinar el efecto de desarrollar el programa educativo en el fortalecimiento de los hábitos alimenticios en los alumnos del Instituto 24 de Julio de Zarumilla, empleando como metodología un estudio cuantitativo con un diseño pre experimental, considerando a 33 alumnos como participantes del estudio quienes efectuaron un cuestionario establecido por 43 interrogantes, cuyos datos obtenidos fueron analizados y procesados estadísticamente. Llegando a obtener como resultado que el 91% de alumnos presentaron un nivel medio respecto a los hábitos alimenticios, sin embargo, al efectuar el programa educativo para fortalecer los hábitos alimenticios logro que los alumnos en su totalidad manifiesten un alto nivel. Llegando a la conclusión de que es fundamental crear espacios donde los alumnos intercambien conocimientos para fomentar los hábitos adecuados que deben efectuar para llevar una vida saludable.

Reyes (2019) en su estudio tuvo como propósito determinar la relación de los hábitos alimenticios y el desarrollo de aprendizaje en los niños de la I.E. Elías Cedeño Jerves, empleando como metodología una investigación correlacional descriptiva, considerando una población conformada por 37 alumnos quienes resolvieron un cuestionario para obtener información relevante; que coadyuve a dar respuesta a la problemática, cuyos datos fueron analizados y procesados haciendo uso del software estadístico SPSS. Cuyos resultados obtenidos constatan que el 41% de los alumnos evidencian buenos hábitos alimenticios y que el 43% no tiene conocimientos de buenos hábitos alimenticios, por otro lado, respecto al nivel de aprendizaje se evidencia que el 59% presenta un nivel alto de conocimiento y el 41% un nivel medio. Llegando

a la conclusión de es importante que se les brinde una adecuada información respecto a los hábitos alimenticios y de esta manera reforzar la calidad de vida de los estudiantes en lo cual involucra el aprendizaje para que sea óptimo.

Valqui y Villanueva (2018) en su investigación la cual tuvo como propósito elaborar un plan alimentario para fomentar el consumo de alimentos saludables en los alumnos del 1° grado de primaria de la I.E. N°18006, para lo cual efectuaron una metodología descriptiva bajo un diseño no experimental considerando una población establecida por 41 alumnos pertenecientes al primer grado a quienes se les aplicó un cuestionario, cuyos datos obtenidos fueron analizados y procesados estadísticamente. Obteniendo como resultado que el 37.07% de los alumnos manifiestan que no existe un adecuado consumo de alimentos saludables y el 37.17% precisan que casi nunca consumen alimentos saludables y que tan solo el 18.05% manifiestan que el consumo de alimentos se da casi siempre, así como un 11.71% sostienen que siempre consumen alimentos saludables. Llegando a la conclusión que es importante que el plan educativo alimentario se fomente ya que de esta manera se podrá obtener mejores porcentajes alimenticios en los estudiantes.

Fernández (2018) en su investigación tuvo como propósito fomentar la buena práctica de ejecutar hábitos de higiene y alimentación en menores de la I.E.I. N°125, para lo cual se efectuó una metodología de tipo cualitativa, considerando como muestra 320 alumnos quienes efectuaron una ficha de observación, asimismo se realizó el proceso de tamizaje, control de peso y talla; así también se consideró talleres de lavado de manos y cepillado, recojo de basura y consumo de loncheras saludables en niños. Obteniendo como resultado que en efecto existe un déficit respecto a los hábitos de higiene y alimentación de los niños, puesto que no en su totalidad conocen de los buenos hábitos lo cual repercute en su salud. Llegando a la conclusión de que las capacitaciones efectuadas ha sido importante para reforzar las competencias de los docentes, de tal manera lograr potencializar los niveles de cultura respecto a los hábitos de higiene y alimentación de los alumnos.

Collantes y Carranza (2017) tuvieron como propósito determinar y analizar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los alumnos de secundaria de zonas rurales y urbanas pertenecientes a Chota, para lo cual



efectuaron una metodología de tipo cuantitativo – descriptivo, considerando una muestra conformada por 480 alumnos de la edad de 12 y 18 años pertenecientes a la I.E. San Juan y la I.E. Experimental Agropecuario Almirante Miguel Grau; a quienes se les efectuó cuestionarios validados, cuyos datos recopilados fueron analizados y procesados estadísticamente. Cuyos resultados fueron que los hábitos alimenticios inapropiados se presentan con frecuencia en las dos I.E. de estudio, por otro lado, el estado nutricional de los alumnos se evidencia en un nivel normal sin embargo existe un bajo porcentaje de alumnos que presentan obesidad o sobrepeso. Llegando a la conclusión de que no existe relación entre las variables de la investigación.

Por otro lado, de acuerdo a las definiciones relacionadas al tema de investigación, se recogió información con respecto a la dramatización y consumo de alimentos nutritivos.

Respecto a la dramatización es considerada como la acción en la cual se evidencia drama o exageración respecto a situaciones o hechos las cuales afecta al individuo, esta acción se encarga de representar e interpretar el propósito de transmitir un mensaje con sentido (Pérez y Pomares, 2017).

Asimismo, Tapia (2016) sostiene que es una representación de una situación o hecho específico que está relacionado con el drama y, por lo tanto, con el teatro, y puede ser trágica o cómica, esta misma ayuda a la creatividad del actor, así como a la capacidad del espectador para conectar la representación con la vida real, coadyuvando a comprender la realidad.

La dramatización teatral pretende ejecutar la capacidad de comunicarse y desarrollar la creatividad que tienen los niños, favoreciendo en relacionarse con sus compañeros y de esta forma desarrollar de manera apropiada su creatividad, este tipo de dinámicas son importantes ya que para los niños es una forma más accesible de manifestar sus conflictos o problemas que se evidencian en la vida diaria (Hermeza, 2021).

Por otro lado, la dramatización en la educación ha fomentado diferentes puntos de vista, llamándola también como arte dramático, teatro o juego dramático; asimismo refiere que la dramatización es la forma de hacer teatro, ya que de esta forma se evidencia expresiones corporales, rítmico, lingüístico,

entre otros; implicando códigos verbales y no verbales que ayudan a adoptar conocimientos y desarrollarse como persona (Nieto, 2018).

Asimismo, se da a conocer que la dramatización en la educación, es un aporte importante ya que es una herramienta en la cual se fomenta valores y educación emocional, considerándose también un elemento motivacional el cual coadyuva a desarrollar la creatividad de los estudiantes (Valencia, 2019).

De tal forma, se presentan definiciones relacionadas con el consumo de alimentos nutritivos, los cuales aportan al organismo del ser humano nutrientes, vitaminas, y componentes que son fundamentales e importantes para la salud del ser humano (Salvador, 2020).

Los hábitos de alimentación saludable, son adoptados desde el desarrollo de la vida de la persona influyendo en la alimentación adecuada de la persona, complementándola con una dieta apropiada y efectuar ejercicios siendo esto una forma de mantener una vida saludable (Barriguete et al, 2017).

Son los cuales abarca las necesidades nutricionales y energéticas de cada individuo, con la finalidad de sostener un estado de salud buena, por lo cual es necesario llevar una alimentación saludable, con una dieta específica por parte de un especialista la cual debe adaptarse al requerimiento de cada persona (Álvarez et al, 2017).

El consumo de alimentos nutritivos son aquellos nutrientes ricos en vitaminas, micronutrientes y hierro los cuales son importantes y fundamentales para contribuir contra la anemia y de esta forma potencializar el sistema de defensa del ser humano, los mismos que coadyuvan a la prevención de diferentes enfermedades (Ministerio del Ambiente, 2021).

Referirse al consumo de alimentos nutritivos es hablar de una alimentación responsable, ingiriendo alimentos adecuados, sanos, sin exceso de azúcares o grasas que pongan en riesgo el organismo de la persona, aumentando la vulnerabilidad a múltiples enfermedades, lo cual también repercute en el adecuado desarrollo físico, mental y la productividad de la persona (Reyes y Oyola, 2020).

La Organización Mundial de la Salud, manifiesta que una adecuada y buena nutrición es la misma que se caracteriza por una dieta balanceada y equilibrada llevada de la mano con la actividad física, siendo fundamental para fomentar la buena salud y calidad de vida, es por ello que seguir una buena nutrición implica consumir alimentos saludables y un factor importante es tener los recursos económicos para solventar una adecuada alimentación, lo cual hoy en día es difícil de efectuar (Landaeta, 2018).

### III. METODOLOGÍA

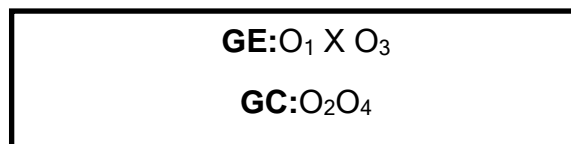
#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

El estudio es de tipo aplicada, debido a que se pretende dar solución a un problema específico, basándose en la búsqueda de conocimientos para aplicarlos, asimismo adoptar y enriquecer el conocimiento cultural y científico de los individuos. Para Escudero y Cortez (2017) sostienen que es también llamada práctica o empírica, la cual tiene como objetivo desarrollar el conocimiento técnico contrastándola con la práctica para aplicar una solución inmediata a una situación determinada la cual es caso de estudio.

##### 3.1.2. Diseño

El presente está enfocado en un estudio cuasiexperimental de pre y post test con un grupo control no equivalente, siendo importante para el estudio aplicado, ya que el investigador selecciona grupos ya establecidos previamente para su estudio, la cual está enfocada en conocer la forma en la que se relacionan las variables de estudio y que cual es el efecto que produce. Según Curbeira, Bravo y Morales (2017) refiere que la investigación cuasi experimental efectúa estrategias enfocados a la evaluación del impacto de tratamientos en contextos donde la asignación de las unidades no es al azar. Por lo cual se consideró el siguiente esquema:



GE: Grupo experimental

GC: Grupo control

O1: Pre test GE

O2: Pre test GC

X: Dramatization

O3: Post test GE

O4: Post test GC.

### 3.2. Operacionalización de variables

**Variable Independiente:** Dramatización.

**Definición conceptual:**

Es un conjunto de prácticas al servicio de la expresión creadora del individuo y el desarrollo integral de su personalidad (Tejerina, 2004 p.118).

**Definición operacional:**

Actividad lúdica orientada a crear hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los niños de primer grado de la Institución Educativa N° 11003 a través de la dramatización (Ver Anexo 01).

**Variable Dependiente:** Hábitos de consumo de alimentos nutritivos.

**Definición conceptual:**

Los hábitos de consumo de alimentos nutritivos quedan establecidos desde el segundo año de vida, explicando que “el objetivo principal en la nutrición del niño es conseguir un crecimiento y desarrollo óptimo” (Vásquez, De CosyLópez, 2005 p. 198).

**Definición operacional:**

Se considera a los resultados obtenidos de las actividades realizadas en los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa N° 11003 en relación a la práctica de los conocimientos nutricionales después de la aplicación del taller de dramatización(Ver Anexo 01).

### 3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis

**Tabla 1.** Población de alumnos del primer grado de la I.E. 11003.

Secciones	Total
1º Grado "A"	31
1º Grado "B"	31
1º Grado "C"	18
1º Grado "D"	20
1º Grado "E"	22
Total	122

Fuente: Nóminas de matrícula 2016

**Tabla 2.** Muestra de alumnos del primer grado de la I.E. 11003.

Secciones	Grupos	Nº niños
1º Grado "B"	Grupo experimental	31
1º Grado "D"	Grupo control	20
Total		51

Fuente: Nóminas de matrícula 2016

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

Técnicas:

Se utilizó la encuesta como técnica, la misma que está conformada por interrogantes aplicadas a niños de primer grado de ambos grupos en busca de información específica utilizando un cuestionario que puede completarse en forma oral o escrita.

Instrumento:

Como instrumento se hizo uso de un cuestionario para recolectar datos sobre consumo de alimentos nutritivos en los niños de primer grado del grupo experimental y control, redactadas con un lenguaje común y claro para facilitar la comprensión e interacción con el contenido de este.

Nombre del cuestionario: CONANU

Autoras: Deza Jiménez Katya Maribel y Quispe Pariona Elizabeth Rosmeri

Objetivos de la prueba:

Identificar hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los alumnos del Primer Grado de Educación Primaria.

Administración: Individual - Colectiva

Tiempo de duración: 60 minutos

Área: Ciencia y ambiente

Ámbito de aplicación: Educativo - Social

Descripción de la prueba:

El test CONANU es un cuestionario que presenta ítems precisos relacionados con el consumo de alimentos nutritivos en el cual los alumnos tendrán que escuchar y responder con un sí, no, o a veces cada una de las preguntas que lo conforman.

Para estimar el consumo de alimentos nutritivos de los alumnos,

Pregunta	Criterio de valoración	Frecuencia
1	2 puntos	Nunca
2	2 puntos	Nunca
3	2 puntos	Nunca
4	2 puntos	Nunca
5	2 puntos	Nunca
6	2 puntos	Nunca
7	2 puntos	Nunca
8	2 puntos	Nunca
9	2 puntos	Nunca
10	2 puntos	Nunca
11	2 puntos	Nunca
12	2 puntos	Nunca
Total		24

enfocándose en el Test CONANU, tomando los siguientes criterios de valoración:

Niveles de consumo de alimentos nutritivos	Valoración
Alto	17-24
Medio	09-16
Bajo	00-08

Validez:

Para determinar la validez, se optó por someter a juicio de expertos, considerando a dos especialistas y un estadístico, quienes desde el primer instante manifestaron cuales son las observaciones y las recomendaciones respectivas que se deben efectuar, y por último dieron a conocer su punto de vista favorable respecto a los indicadores que fueron considerados en el cuestionario; por lo cual se concluye que es válido el contenido del instrumento.

Confiabilidad:

Con el propósito de medir la fiabilidad se consideró fundamental aplicar el coeficiente Alpha de Cronbach, en el mismo que se obtuvo un valor de 0,86, puntuación que es considerada confiable. Mencionado coeficiente se efectúa habitualmente, tal y como menciona Morales (2000), citado en Jiménez y Lafuente (2011), para expresar la dimensionalidad de la escala.

### **3.5. Procedimientos**

Para recolectar los datos necesarios para nuestro estudio se solicitó el permiso correspondiente a las autoridades de la I.E. para aplicar los instrumentos y validar el instrumento de investigación por expertos en el tema. Luego se procedió a la aplicación de dicha técnica, así como del cuestionario para finalmente analizar e interpretar los datos obtenidos.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Respecto al análisis estadístico de la información obtenida se empleó la estadística descriptiva e inferencial. Teniendo en cuenta ciertos criterios los mismos que fueron empleados.

- a) Tablas y gráficos estadísticos: A través de estos permitió estructurar de forma coherente y concreta los datos adquiridos sin perder la relación con el propósito de estudio, dando a conocer valores numéricos, los mismos que facilitaron llevar un orden y una eficiente comprensión de lo que se pretende dar a conocer.
- b) Medidas de tendencia central: Se considera la Media Aritmética ( $\bar{X}$ ), la misma que se efectuara con el propósito de obtener un puntaje promedio de los estudiantes, posteriormente de haber efectuado el pre y post test.



- c) Medidas de dispersión: Se considera la Desviación Estándar (S), mediante la cual se da a conocer el grado en el cual los datos numéricos suelen extenderse alrededor del valor promedio. En cuanto al Coeficiente de Variación (C.V), la cual está enfocada en determinar el grado de homogeneidad del grupo al cual se pretende estudiar.
- d) Prueba z: Este tipo de prueba es utilizada para determinar el grado de significancia estadística, se emplea cuando las muestras de estudio están conformadas por un número mayor de individuos (Soporte técnico Minitab, 2016)

### **3.7. Aspectos éticos**

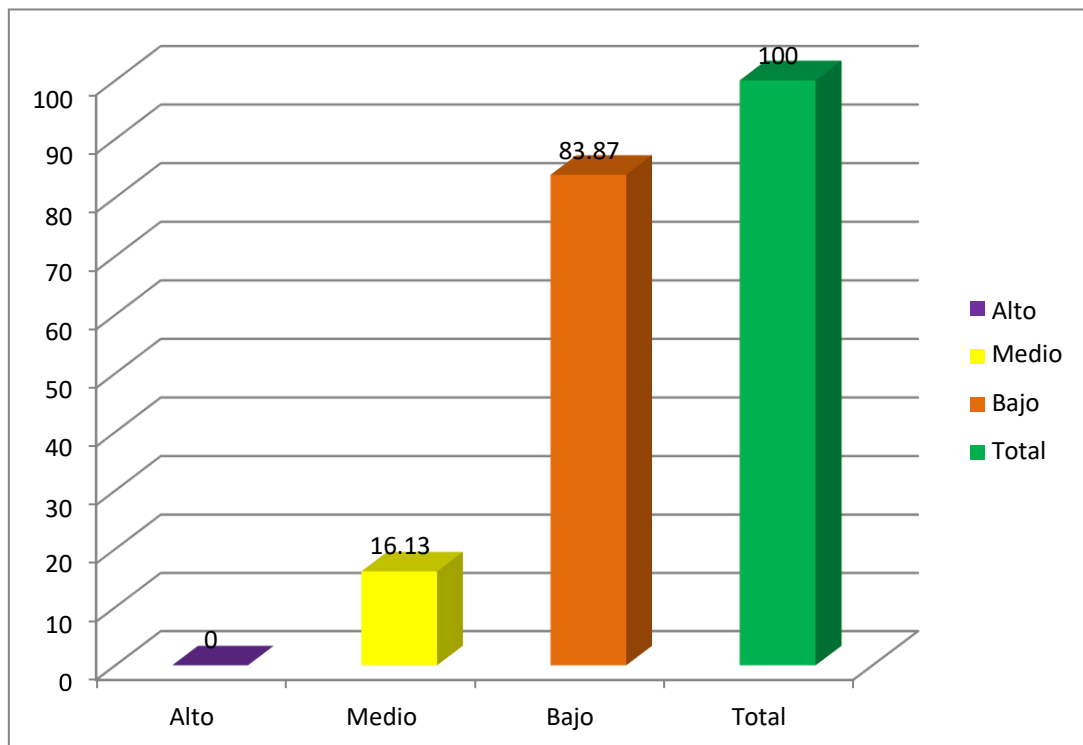
Se citó a diferentes autores de forma correcta para evitar el plagio de citas. Se mantendrá la confiabilidad de la información brindada durante la encuesta. Los padres y maestra de aula tenían conocimiento y dieron el consentimiento para la aplicación de la encuesta. En el caso de los estudiantes se evitó revelar su identidad por ser menores de edad.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 3.** Resultados de la aplicación del pre test al grupo experimental

Niveles de logro	Valores	f	%	Estadísticos	
Alto	17 -24	0	0	Media	4
Medio	09 -16	5	16,13	S	2,9
Bajo	00 -08	26	83,87	Cv	72%
				Mediana	4
TOTAL		31	100		

Fuente: Aplicación del pre test al grupo experimental



**Figura 1.** Resultados de la aplicación del pre test al grupo experimental

Después de haber aplicado el Pre Test al grupo experimental se concluyó que 5 estudiantes que representan el 16.13% se encuentran en el nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 26 estudiantes que representan el 83.87% se encuentran en un nivel bajo.

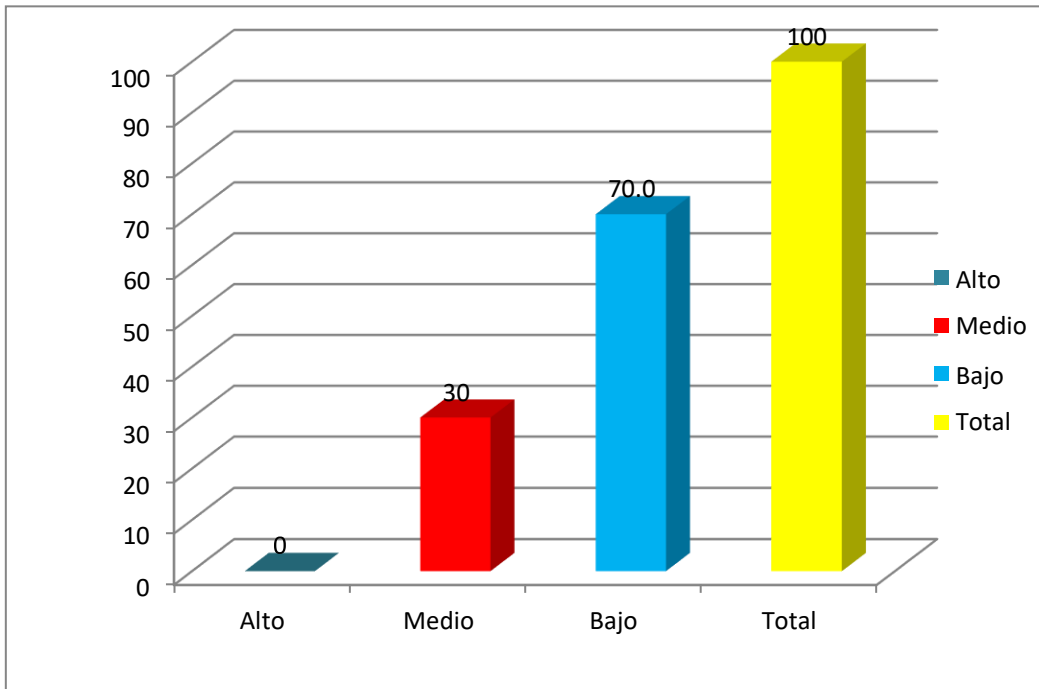
Por otra parte, se obtuvo como nota promedio 3.97 lo que indica que los estudiantes se ubican en un nivel bajo referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos. Asimismo, se obtuvo una desviación estándar de 2.87; una mediana de 4 y un coeficiente de variación del 72% lo que demuestra que es un grupo heterogéneo.

Como se puede observar en los resultados del Pre Test del grupo experimental, los estudiantes se encuentran en un nivel bajo por expresan no comer alimentos nutritivos porque no son ricos ni deliciosos, no aprecian los alimentos nutritivos por su sabor, color, textura y temperatura, los alimentos nutritivos no son apetecibles a su paladar, no diferencian los alimentos nutritivos de los que no lo son, no conocen los grupos de alimentos según su origen y función, no identifican que alimentos son necesarios para evitar enfermedades y no reconocen la importancia de comer las porciones necesarias durante el día.

**Tabla 4.** Resultados de la aplicación del pre test al grupo control

Niveles de logro	Valores	f	%	Estadígrafos	
Alto	17 -24	0	0		
Medio	09 -16	6	30	Media	5,6
Bajo	00 -08	14	70	S	4,24
				Cv	76%
				Mediana	5
TOTAL		20	100		

Fuente: Aplicación del pre test al grupo control



*Figura 2.* Resultados de la aplicación del pre test al grupo control

Después de haber aplicado el Pre Test al grupo control se concluyó que 6 estudiantes que representan el 30% se encuentran en el nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 14 estudiantes que representan el 70% se encuentran en un nivel bajo.

Por otra parte, se obtuvo como nota promedio 5.63 lo que indica que los estudiantes se ubican en un nivel bajo referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos.

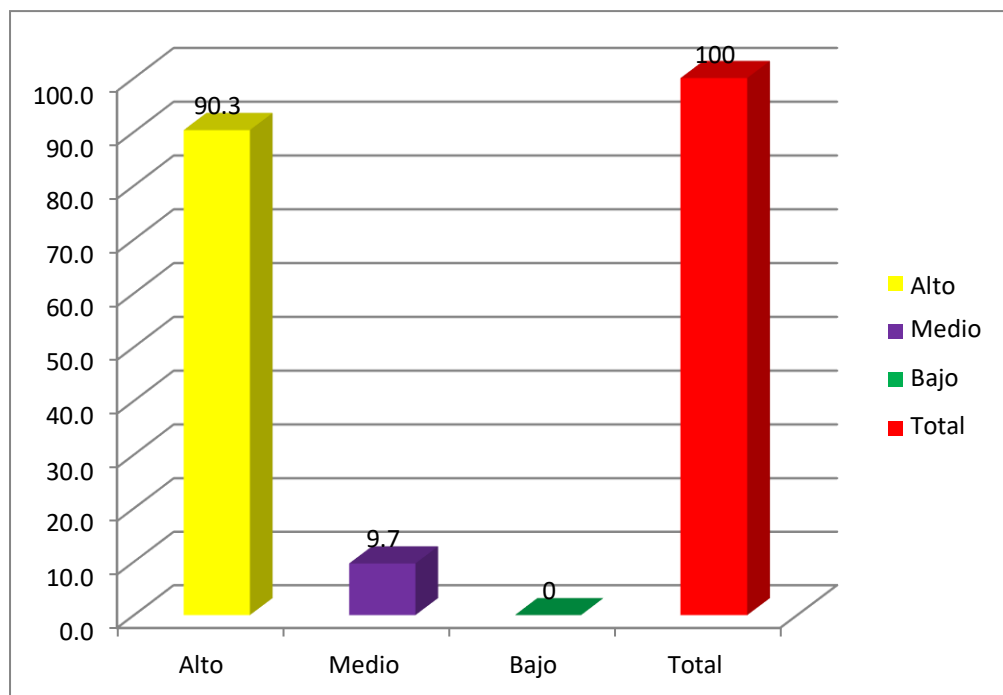
Asimismo, se obtuvo una desviación estándar de 3.73; una mediana de 6 y un coeficiente de variación del 76% lo que demuestra que es un grupo heterogéneo.

Como se puede observar en los resultados del Pre Test del grupo control, los estudiantes se encuentran en un nivel bajo porque expresan no comer alimentos nutritivos porque no son ricos ni deliciosos, no aprecian los alimentos nutritivos por su sabor, color, textura y temperatura, los alimentos nutritivos no son apetecibles a su paladar, no diferencian los alimentos nutritivos de los que no lo son, no conocen los grupos de alimentos según su origen y función, no identifican que alimentos son necesarios para evitar enfermedades, no reconocen la importancia de comer las porciones necesarias durante el día.

**Tabla 5.** Resultados de la aplicación del post test al grupo experimental

Niveles de logro Estadígrafos	Valores	f	%		
Alto	17 -24	28	90.3	Media	19,4
Medio	09 -16	3	9.7	S	2,03
Bajo	00 -08	0	0	Cv	10%
				Mediana	20
TOTAL		31	100		

Fuente: Aplicación del post test al grupo experimental



**Figura 3.** Resultados de la aplicación del post test al grupo experimental

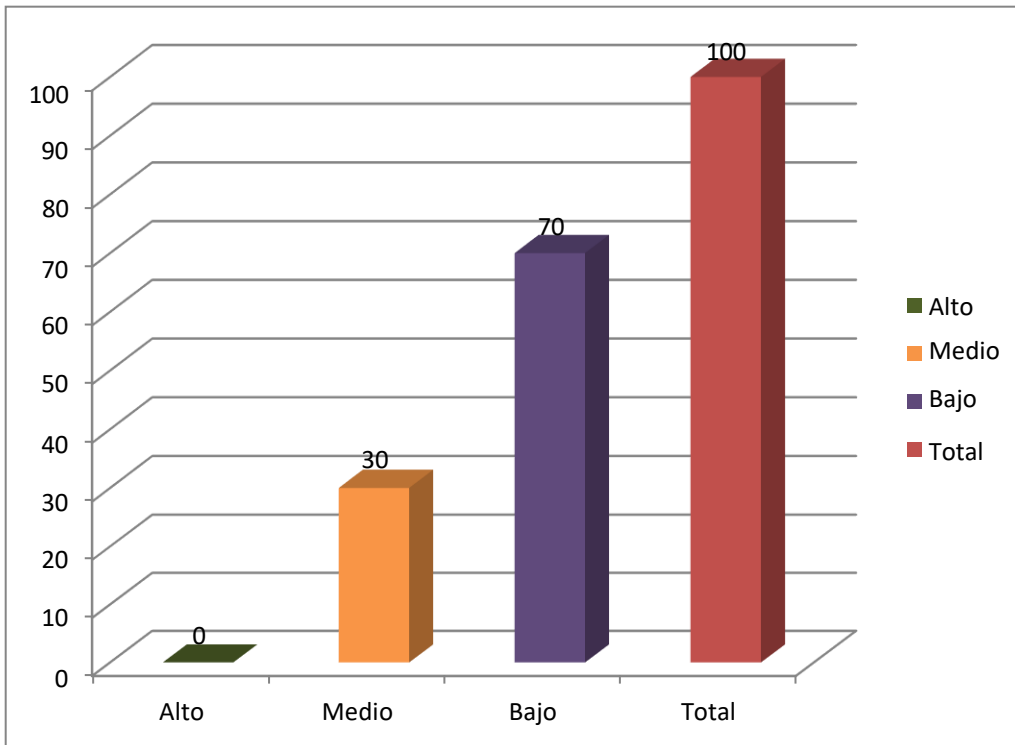
Después de haber aplicado el post test al grupo experimental se concluyó que 3 estudiantes que representan el 9.7% se encuentran en el nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 28 estudiantes que representan el 90.3% se encuentran en un nivel alto.

Por otra parte, se obtuvo como nota promedio 19.4 lo que indica que los estudiantes se ubican en un nivel alto referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos. Asimismo, se obtuvo una desviación estándar de 2.03; una mediana de 20 y un coeficiente de variación del 10% lo que demuestra que es un grupo homogéneo. Como se puede observar en los resultados del post test del grupo experimental, los estudiantes se encuentran en un nivel alto dado que manifestaron comer alimentos nutritivos porque son ricos y deliciosos, aprecian los alimentos nutritivos por su sabor, color, textura y temperatura, los alimentos nutritivos son apetecibles a su paladar, diferencian los alimentos nutritivos de los que no lo son, conocen los grupos de alimentos según su origen y función, identifican que alimentos son necesarios para evitar enfermedades y reconocen la importancia de comer las porciones necesarias durante el día.

**Tabla 6.** Resultados de la aplicación del post test del grupo control

Niveles de logro	Valores	f	%	Estadísticos	
Alto	17 -24	0	0	Media	5,95
Medio	09 -16	6	30	S	3,73
Bajo	00 -08	14	70	Cv	62%
				Mediana	5,5
<b>TOTAL</b>		20	100		

Fuente: Aplicación del post test al grupo control



*Figura 4.* Resultados de la aplicación del post test al grupo control

Después de haber aplicado el post test al grupo control se concluyó que 6 estudiantes que representan el 30% se encuentran en el nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 14 estudiantes que representan el 70% se encuentran en un nivel alto.

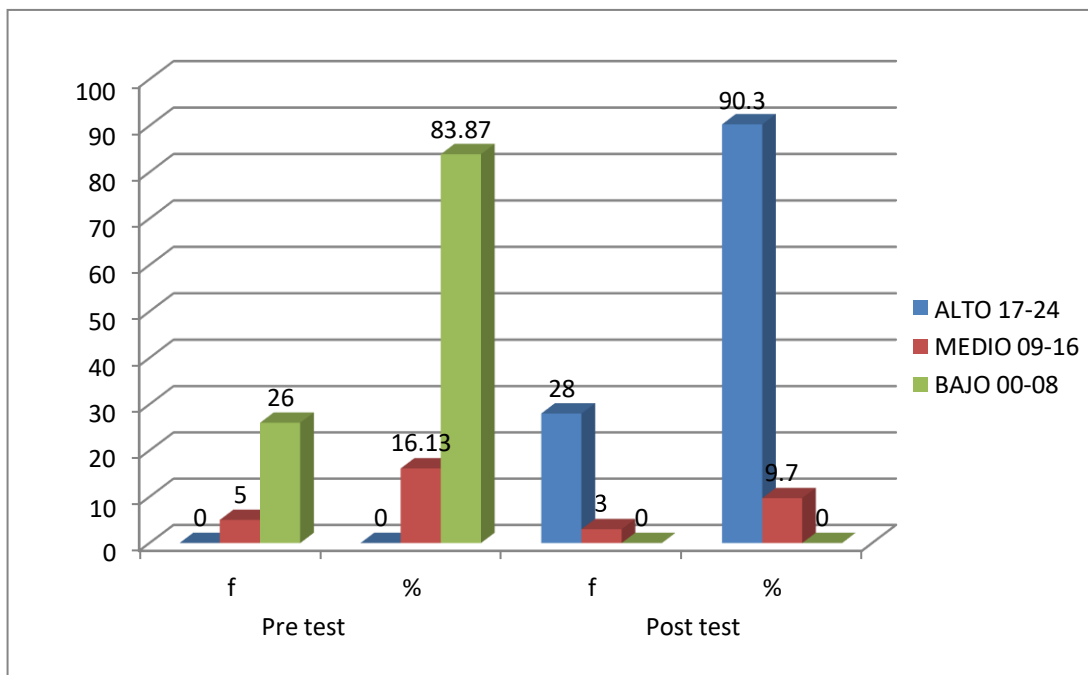
Por otra parte, se obtuvo como nota promedio 5.95 lo que indica que los estudiantes se ubican en un nivel alto referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos. Asimismo, se obtuvo una desviación estándar de 4.24; una mediana de 6 y un coeficiente de variación del 62% lo que demuestra que es un grupo heterogéneo.

Como se puede observar en los resultados del post test del grupo experimental, los estudiantes se encuentran en un nivel bajo por no comer alimentos nutritivos porque no son ricos ni deliciosos, no aprecian los alimentos nutritivos por su sabor, color, textura y temperatura, los alimentos nutritivos no son apetecibles a su paladar, no diferencian los alimentos nutritivos de los que no lo son, no conocen los grupos de alimentos según su origen y función, no identifican que alimentos son necesarios para evitar enfermedades, no reconocen la importancia de comer las porciones necesarias durante el día.

**Tabla 7.** Resultados de la aplicación del pre test y post test del grupo experimental

Pre-test				Post-test				
Niveles	Valores	f	%	Estadígrafos	f	%	Estadígrafos	
Alto	17-24	0	0	Media 4	28	90,3	Media 19,4	
Medio	09-16	5	16.13	S 2,79	3	9,7	S 2,03	
Bajo	00-08	26	83.87	Cv 72%	0	0	Cv 10%	
				Mediana 4	Mediana 20			
Total		31	100			31	100	

Fuente: Aplicación del pre test y post test al grupo experimental



**Figura 5.** Comparación de los resultados del pre y post test al grupo experimental

Después de haber aplicado el Pre test y Post test al grupo experimental se concluyó que antes de la aplicación del taller de dramatización se obtuvo como resultados que 25 estudiantes que representan el 83.87% se encontraron en un nivel bajo referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 5



estudiantes que representan 16.13% se encuentran en un nivel medio. Mientras que ningún estudiante obtuvo un nivel alto.

Después de la aplicación del taller de dramatización se obtuvo como resultados del Post Test que 28 estudiantes que representan el 90.3% se encontraron en un nivel alto frente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 3 estudiantes que representan el 9.7% se encuentran en un nivel medio. Mientras que ningún estudiante obtuvo un nivel bajo.

**Tabla 8.** Comparación de los resultados del pre y post test al grupo control

Niveles	Pre-test				Post-test			
	Valores	f	%	Estadígrafos	f	%	Estadígrafos	
Alto	17-24	0	0	Media 5,6	0	0	Media 19,4	
Medio	09-16	6	30	S 4.24	6	30	S 2,03	
Bajo	00-08	14	70	Cv 76%	14	70	Cv 10%	
				Mediana 5			Mediana 5,5	
Total		20	100		20	100		

Fuente: Aplicación del pre test y post test al grupo control

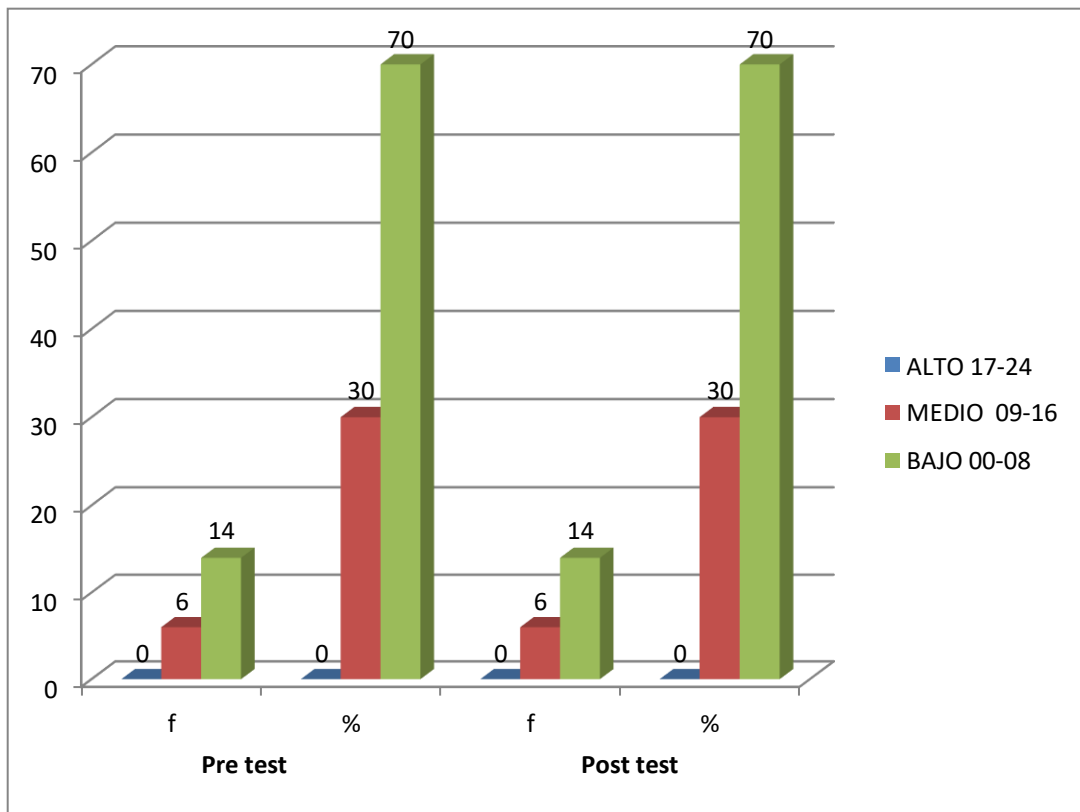


Figura 6. Comparación de los resultados del pre y post test al grupo control

Al mismo tiempo se aplicó al grupo control un Pre Test obteniendo como resultado que 6 estudiantes que representan el 30% se encontraron en un nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 14 estudiantes que representan 70% se encuentran en un nivel bajo. Pero ningún estudiante llegó a obtener un nivel alto en el test.

Al grupo control no se le aplicó ningún estímulo que es este caso es la dramatización obteniendo como resultado que 6 estudiantes que representan el 30% se encontraron en un nivel medio referente a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en tanto 14 estudiantes que representan 70% se encuentran en un nivel bajo. Los resultados confirman que no hubo mejora en el grupo control porque no se aplicó ningún estímulo que ayudara a mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos como se muestran en las cifras arrojadas en el Post Test

## **Contrastación de hipótesis**

El objetivo 1 planea analizar epistemológicamente el proceso de desarrollo de hábitos de alimentos nutritivos de los niños de primer grado, para esto se plantea la hipótesis de que el proceso de desarrollo de hábitos de alimentos nutritivos de los niños es poco efectivo, bajo esta hipótesis es que se empieza con conocer el nivel que presentan los niños respecto al consumo de alimentos nutritivos de tal forma que se les oriente sobre la importancia que tiene el consumir alimentos nutritivos.

Respecto al objetivo específico 2 se plantea identificar el nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado de educación primaria, de acuerdo a esto es que se realiza el análisis de ambos grupos como lo son el grupo experimental y el grupo control con el fin de poder conocer cuál es el nivel de hábitos de alimentos nutritivos que presentan los niños, para así poder aplicar las acciones correspondientes para mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes. Para esto se plantea la siguiente hipótesis:

H<sub>1</sub>: El nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado es bajo.

Según lo obtenido indicamos que tanto el grupo experimental como el grupo control en una fase inicial presentan un nivel bajo de hábitos de alimentos nutritivos, es decir que los niños de ambos grupos no están consumiendo alimentos que puedan contribuir a su salud ya sea porque les es muy difícil comer sano, puede que estén acostumbrados a ingerir reiteradamente comida chatarra, deja de comer porque no le gusta los alimentos saludables, el desconocimiento de los daños que pueden causar la comida chatarra entre otras cosas.

Determinamos que tanto los estudiantes del grupo experimental como del grupo control del primer grado de la institución educativa N° 11003 presentan un bajo nivel de consumo de alimentos nutritivos.

El objetivo 3 consiste en diseñar y aplicar la dramatización para mejorar el consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado del grupo experimental por lo cual según lo obtenido en el objetivo específico 2, el cual señala que tanto los niños del grupo experimental como los niños del grupo

control presentan niveles bajos de consumo de alimentos nutritivos por tanto, se procede a diseñar y aplicar talleres de dramatización con el fin de mejorar estos resultados, los cuales serán aplicados a los niños del grupo experimental y así evaluar que tanto ayuda a mejorar el nivel de consumo de alimentos nutritivos en los niños del primer grado de la I.E. considerada como caso de estudio. Estos talleres de dramatización consisten en comunicar emociones y sentimientos, reproducir imágenes, sonidos, movimientos y formas, enseñar al estudiante a confiar en él mismo y definir sus propias ideas, todas estas actividades lúdicas están orientadas a crear hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los niños.

Respecto al objetivo específico 4 el cual planea evaluar el nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del grupo experimental y control mediante la aplicación de un post test, para esto, después de realizar la aplicación de los talleres de dramatización a los niños del grupo experimental del primer grado de la I.E. considerada como caso de estudio nos planteamos la siguiente hipótesis:

H<sub>1</sub>: El nivel de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes del primer grado del grupo experimental es alto.

Según lo obtenido en los resultados indicamos que el grupo experimental después de la aplicación de los talleres de dramatización presenta un nivel alto de hábitos de alimentos nutritivos, es decir que los niños de este grupo ahora señalan consumir alimentos nutritivos porque ya tienen conocimiento del tema, ya no se les hace difícil comer sano ni evitar alimentos nutritivos porque no les gusta, ya no dejan verduras en sus platos de comida, entre otras cosas. Por otro lado, después de la aplicación del post test a los niños del grupo control a los cuales no se les aplicó los talleres de dramatización identificamos que este grupo sigue presentando niveles bajos de consumo de alimentos nutritivos.

Por tanto, determinamos que, los niños del grupo experimental del primer grado de la institución educativa N° 11003 presentan un nivel alto de consumo de alimentos nutritivos después de la aplicación de talleres de dramatización.

Después de conocer la información estadística de los resultados del presente trabajo de investigación como producto de la aplicación del pre y post test a los grupos control y experimental y contando con la información que le da sustento

teórico a la hipótesis de la investigación (teorías de las variables de estudio, antecedentes del problema e información estadística presentada en la realidad problemática), se ha podido constatar la hipótesis formulada inicialmente:

H<sub>1</sub>: El taller de dramatización mejora hábitos de consumo de alimentos nutritivos en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa 11003 Chiclayo, 2021.

Sin embargo, tras comparar los resultados de los grupos de control y experimental, que incluían 20 y 31 alumnos cada uno, se descubrió que la media del grupo experimental, 19,4, era 13,45 más alta que la media del grupo de control, 5,95. Se puede concluir que el uso de la dramatización para enseñar a los alumnos hábitos alimentarios saludables mejora sus comportamientos.

También se puede apreciar que la desviación estándar obtenida es de 2.03 puntos, la misma que indica una dispersión respecto al puntaje obtenido en el promedio aritmético. En tanto que el coeficiente de variabilidad es del 10% lo que indica que se trata de un grupo homogéneo; es decir, que presenta características similares con respecto a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos.

Para el presente trabajo de investigación se ha considerado un porcentaje de error del 5% quedando definida de esta forma:  $\alpha = 0,05$ ; la región de rechazo se compone de los valores de  $Z > 1,64$  y  $Z < -1,64$ . Como el valor muestral calculado con el estadígrafo de la prueba Z, es igual a -14.9, este valor cae en la región de rechazo, por lo que se rechaza la hipótesis nula de igualdad de las medias.

En definitiva, existe una diferencia significativa entre las medias de la mejora de los hábitos de consumo de alimentos nutritivos. Antes y después de la aplicación del programa de dramatización. Por lo cual se concluye que el taller de dramatización sí tiene efectos significativos sobre los hábitos de consumo de alimentos nutritivos de los estudiantes. De hecho, los estudiantes incrementaron su nivel bajo de consumo de alimentos nutritivos (5.95) a otro de nivel alto (19.4).

## V. DISCUSIÓN

Esta parte está enfocada en discutir los resultados que se han obtenido en la presente en relación a dramatización para mejorar hábitos de consumo de alimentos nutritivos en alumnos de 1° grado de la mencionada institución.

Asímismo según el diseño de investigación se consideró dos grupos de estudio: experimental y control a los que se les aplicó el test CONANU con el propósito de identificar el nivel de consumo de alimentos nutritivos de los alumnos antes y después de aplicar cada uno de los talleres.

La presente se argumenta teniendo en cuenta antecedentes de estudio consultados previamente, los cuales cuentan con diversos programas, talleres y estrategias para desarrollar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los niños; Panata (2016) sostiene “su tesis diciendo que la dramatización permite que los estudiantes sean partícipes experiencias creativas donde puedan ser espontáneos y libres de expresar lo que sienten ante diferentes situaciones y problemas. Con ayuda de la dramatización se pueden cambiar patrones de conducta y adoptar mejores hábitos como los alimenticios” (p.13).

Durante del desarrollo de los talleres de dramatización para mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos, permitieron a los estudiantes ser más espontáneos, libres y expresar sus diferentes problemas, así como inquietudes relacionadas a su mala alimentación, sus malos hábitos y reconozcan la importancia de practicar una dieta saludable tanto en casa como en la escuela.

La investigación se sustenta en antecedentes de estudio Chávez y Ruiz (2019) finalizaron su investigación diciendo “Que los malos hábitos que tienen los niños de 5 a 11 años de edad se adquieren por la poca información, descuido y poco interés por parte de los padres al momento de seleccionar los alimentos que contengan los nutrientes necesarios, ignorando las graves consecuencias que conlleva la mala alimentación en el desarrollo intelectual y físico de los niños (p.56).

A través de los talleres los estudiantes identificaron los alimentos que le permitirán tener una vida sana y prevenir futuras enfermedades, asimismo reconocieron que los alimentos deben ser consumidos en forma equilibrada que compensarán la energía perdida durante el día.

Martínez Álvarez Salgado y Rojas (2019) las investigadoras concluyeron que “Los niños de la escuela primaria “Lic.: Benito Juárez” para alcanzar una calidad de vida apropiada y un desarrollo y crecimiento óptimo necesitan orientación en cuanto a los hábitos saludables, los padres también necesitan tener información acerca de los buenos hábitos y los beneficios de consumir alimentos en las cantidades necesarias que aporte los beneficios para el apropiado funcionamiento del organismo de los niños para combatir trastornos de nutrición como el sobrepeso y obesidad” (p.191).

Para el desarrollo de cada taller se propició un ambiente adecuado y correctamente decorado que confirman lo que expresa Montessori cuando dice: “sostiene que en un ambiente realmente preparado, el estudiante se concentra en un determinado centro de interés y se le permite trabajar en él, los defectos desaparecen” ya que en el desarrollo de los talleres se consideró que los estudiantes pudieran vivenciar cada una de las actividades en un ambiente realmente preparado para que cada uno de sus hábitos incorrectos desaparezcan.

Por otro lado, Montessori también consideró que si los niños utilizan los materiales adecuados obtendrán un cambio extraordinario que incluso se pudo referir a niños “convertidos”, en referencia al repentino cambio respecto a su comportamiento.

Es por eso que durante el desarrollo de los talleres de dramatización se contó con diversos materiales para elaborar títeres, disfraces, máscaras, pancartas entre otros que ayudaron significativamente en mejorar el comportamiento y conductas alimentarias de los estudiantes ayudando a tomar conciencia la forma en la que nos alimentamos.

Para Jean Piaget “la asimilación del individuo y de su entorno vienen los hábitos que la persona adoptará desde la infancia en base a sus experiencias que pueden ser positivas como negativas”

Durante la ejecución de los talleres de dramatización se consideró que los estudiantes vivieran sus propias experiencias positivas a través de los títeres, teatro, mimos, juego de roles de vital importancia para que los estudiantes asimilen la nueva información y la acomoden a la previa para mejorar los hábitos de los estudiantes.

## **VI. CONCLUSIONES**

De acuerdo con los resultados que se han obtenido en el presente estudio, se presentan las siguientes conclusiones:

1. La dramatización mejora los hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los estudiantes de primer grado de la institución educativa 11003.
2. Se diseñaron y aplicaron veinte talleres de dramatización que apuntaron a mejorar los hábitos de consumo de alimentos nutritivos de 31 alumnos del grupo experimental porque como señala Montessori si se hace uso de material adecuado y de un ambiente realmente preparado el niño logrará aprender.
3. Al efectuar el pre test por parte de los estudiantes de 1° grado de la I.E. N° 11003 de Chiclayo, tanto en el grupo experimental como del grupo control, se obtuvieron una nota desaprobatoria, lo cual indica que ambos grupos se encuentran en un nivel bajo en relación a los hábitos de consumo de alimentos nutritivos.
4. Posteriormente de aplicar el taller de dramatización a los 31 alumnos del grupo experimental se mejoró el nivel de consumo de alimentos nutritivos frente al grupo control existiendo un incremento con respecto al promedio alcanzado por los alumnos del grupo donde no se aplicó la dramatización. Lo cual implica que la problemática descrita fue resuelta de forma satisfactoria por parte de los alumnos que pertenecen al grupo experimental cuando se aplicó la dramatización.
5. Por medio de la contrastación se concluye que el Taller de dramatización si tiene efectos significativos sobre los hábitos de consumo de alimentos nutritivos de los estudiantes.



## VII. RECOMENDACIONES

Enfocándose en las conclusiones a las que se ha llegado, se puede dar a conocer las siguientes recomendaciones:

1. Es fundamental que en las escuelas se promuevan actividades relacionadas a la alimentación saludable y a practicar buenos hábitos para formar niños que más adelante contarán con buena salud.
2. La plana docente asignada a educación primaria debe centrarse y promover la dramatización en todas las áreas para que de esta manera ayudar a los estudiantes que no solo mejore los hábitos de consumo de alimentos sino cualquier área donde el niño presente problemas.
3. Se sugiere que otros estudiantes se interesen e investiguen diferentes criterios o factores que estén relacionados con los hábitos de consumo de alimentos nutritivos de los alumnos, lo cual coadyuvara a dar a conocer de forma adecuada el efecto positivo o negativo para desarrollar programas que intervengan y contribuyan de cierta forma en ayudar a superar este déficit, en el aumento de la tasa de enfermedades a consecuencia a la falta de buenos hábitos al momento de alimentarse.
4. Trabajar con los niños, pero también con los padres de familias los temas de alimentación nutritiva porque permitirá a los niños a practicar buenos hábitos de alimentación nutritiva en casa trasladándolos en el lugar que se encuentre.

## REFERENCIAS

- Arias, P., Merino, M. y Peralvo, C. (febrero, 2017). Análisis de la Teoría de Psicogenética de Jean Piaget. Recuperado de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-AnalisisDeLaTeoriaDePsicogeneticaDeJeanPiagetUnApo-6326679.pdf>
- Arrojar luz sobre la nutrición para inspirar nuevas iniciativas. (2018). Informe de la Nutrición Mundial Recuperado de [https://www.who.int/nutrition/globalnutritionreport/2018\\_Global\\_Nutrition\\_Report\\_Executive\\_Summary\\_sp.pdf?ua=1](https://www.who.int/nutrition/globalnutritionreport/2018_Global_Nutrition_Report_Executive_Summary_sp.pdf?ua=1)
- Álvarez, R., Cordero, G., Vásquez, M., Altamirano, L. y Gualpa, M. (2017). Eating habits: their relationship with the nutritional status of schoolchildren in the city of Azogues, Ecuador. *Rev. Ciencias Médicas de Pinar del Río*. 21(6), 852-859. Recuperado de <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v21n6/rpr11617.pdf>
- Barriguete, J., Vega, S., Radilla, C., Barquera, S., Hernández, L., Moreno, R., et al (2017). Hábitos alimentarios, actividad física y estilos de vida en adolescentes escolarizados de la Ciudad de México y del Estado Michoacán. *Rev. Esp. Nutr. Comunitaria*. 23(1). Recuperado de <https://cutt.ly/VYhH3kr>
- Castañeda, O., Rocha, JC. y Ramos, MG. Evaluación de los hábitos alimenticios y estado nutricional en adolescentes de Sonora, México. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/507/50713090003.pdf>
- Capeans, H., Caram, C. Los Santos, G. Y Pusineri, M. (diciembre 2018). Reflexión Pedagógica. Edición VI Ensayos de estudiantes de la Facultad de Diseño y Comunicación. Recuperado de [http://fido.palermo.edu/servicios\\_dyc/publicacionesdc/archivos/739\\_libro.pdf#page=23](http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/archivos/739_libro.pdf#page=23)

- Collantes, D. y Carranza, R. (2017). Hábitos alimentarios y estado nutricional en estudiantes de secundaria de zona rural y urbana en Chota-Cajamarca. *RvistaRecien*. 10(2). Recuperado de <https://revista.cep.org.pe/index.php/RECIEN/article/view/78>
- Colmenares, Y., et al. (2020). Hábitos de alimentación saludable en estudiantes de secundaria. *Revista de Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*. 39(1). Recuperado de <https://biblat.unam.mx/es/revista/archivos-venezolanos-de-farmacologia-y-terapeutica/articulo/habitos-de-alimentacion-saludable-en-estudiantes-de-secundaria>
- Curbeira, D., Bravo, M., y Morales, Y. (2017). Diseño cuasi experimental para la formación de habilidades profesionales. *Universidad y Sociedad*, 9(5), 24-34. Recuperado de <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Estado mundial de la infancia 2019 niños, alimentos y nutrición. (Octubre, 2019). Unicef para cada niño. Recuperado de <https://www.unicef.org/mexico/media/2436/file/Resumen%20ejecutivo%20espa%C3%B1ol.pdf>
- Escudero, C. y Cortez, L. (2017). Técnicas y Métodos Cualitativos para la Investigación Científica. Editorial UTMACH. Recuperado de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14207/1/Cap.1-Introducci%C3%B3n%20a%20la%20investigaci%C3%B3n%20cient%C3%ADfica.pdf>
- Fernández, E. (2018). Hábitos de higiene y alimentación a través de loncheras saludables en los estudiantes de la Institución Educativa Publica Inicial N°125. (Tesis de posgrado) Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado de <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/4886>

Fernández, C. y Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación sexta edición. Recuperado de <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Flores, C., Entrala, G. y Flórez, J. (2020). Evaluation of food habits, physical activity and nutritional status in students 4 to 13 years of age in Llanquihue, Chile. *Revista chilena de nutrición*, 47(4), 612-619. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182020000400612>

Gamardo, P. (Enero 2019). Hábitos de actividad física en escolares de la EBN “Tomas AguerreverePacanins” de la ciudad de Caracas. Recuperado de <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=d6aedec8-201f-44c6-a696-e1e5dd26a6b8%40pdc-v-sessmgr06>

Gorria, G. (2015). Dramatizar: levantarse para jugar, sentarse para escuchar un cuento (tesis de licenciado). Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/12891/TFG-O%20459.pdf;jsessionid=B9F76C66220C5FBAD925DE68F64773D8?sequence=1>

Guzmán, A. y Robles, Y. (2017). Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de la I.E. San Luis De La Paz. Chimbote, 2017 (tesis de licenciada). Recuperado de [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/Tesis\\_57780.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/5976/Tesis_57780.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hermoza, W. (2021). Dramatización como recurso didáctico y expresión oral del inglés en estudiantes de educación secundaria. *PURIQ*, 3(2), 415-438. Recuperado de <https://doi.org/10.37073/puriq.3.2.156>

Landaeta, M. (2018). El consumo de alimentos y la situación nutricional. *Red. Agroalimentaria de Venezuela*. Recuperado de

[https://www.researchgate.net/publication/327756050\\_EI\\_consumo\\_de\\_alimentos\\_y\\_la\\_situacion\\_nutricional](https://www.researchgate.net/publication/327756050_EI_consumo_de_alimentos_y_la_situacion_nutricional)

La naturaleza cambiante de la malnutrición. (2018). Unicef para cada niño. Recuperado de <https://features.unicef.org/estado-mundial-de-la-infancia-2019-nutricion/index.html>

López, J., Pozo, S., Fuentes, A. y Vicente, A. (marzo 2019). Los juegos populares como recurso didáctico para la mejora de hábitos de vida saludables en la era digital. Recuperado de <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=5206d5c0-487b-4a32-81a2-b708412410cc%40pdc-v-sessmgr03>

Mayor, D. (2015). Efecto de intervención educativa en los conocimientos de alimentación saludable y prácticas alimentarias de las madres de preescolares, institución educativa (tesis de licenciada). Recuperado de [http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/376/Mayor\\_di.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/urp/376/Mayor_di.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ministerio del Ambiente (2021). Minam promueve el consumo de alimentos nutritivos con insumos nativos de la agrobiodiversidad peruana. Recuperado de <https://cutt.ly/EYhDBFz>

Mosquera, M., Mosquera, M., De Armas, L., y Brito, Y. (marzo 2016). Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños de un colegio público de Valledupar. Recuperado de <https://cutt.ly/NYhARsj>

Nieto, E., (2018). La dramatización como recurso en la enseñanza de la Lengua castellana y su literatura. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 11(23), 87-98. Recuperado de <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/6219/2113-6246-1-PB.pdf?sequence=1>

Pajuelo, F. (abril, 2017). La obesidad en el Perú. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v78n2/a12v78n2.pdf>

Pereira, J. y Salas, M. (2017). Analysis of Tenth-Year Students' Eating Habits of a Technical High School in Pérez Zeledón Based on the Transversal Themes of the Program for Third Cycle of Costa Rica Basic General Education. *Revista Electrónica Educare*. 21(3), 229-251. Recuperado de <https://doi.org/10.15359/ree.21-3.12>

Pérez, E. y Pomares, P. (2017). El recurso de la dramatización y el teatro en las aulas primarias. Universidad de Alicante. Recuperado de <https://cutt.ly/tYhTbKZ>

Reyes, E. (2019). Hábitos alimenticios y su influencia en el desarrollo del aprendizaje en estudiantes de la escuela Elías Cedeño Jerves Cascol-2018. (Tesis de posgrado) Universidad César Vallejo. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/38897>

Reyes, S.yOyola, M. (2020). Knowledge about healthy food among Peruvian public university Students. *Revista chilena de nutrición*, 47(1), 67-72. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182020000100067>

Salvador, H. (2020). Alimentación y estilos de vida saludables. Gallagher. Recuperado de [https://www.usmp.edu.pe/recursoshumanos/inducccion/pdf/2020\\_/alimentacion\\_estilos.pdf](https://www.usmp.edu.pe/recursoshumanos/inducccion/pdf/2020_/alimentacion_estilos.pdf)

Sam, A., Brooke, R. Ju, Y. (2018). College students eating habits and knowledge of nutritional requirements. *Research Article*. 2(1), 13-17. Recuperado de <https://cutt.ly/2YhjzZw>

Sánchez, M. (noviembre, 2010). María Montessori: método de la pedagogía científica. Recuperado de

<https://www.studocu.com/es/document/universidad-pedagogica-nacional-colombia/educacion-y-pedagogia/informe/maria-montessori-y-el-metodo-de-la-pedagogia-cientifica/1921919/view>

Sánchez, M. (Agosto, 2016). Tablero de monitoreo de salud infantil en Lambayeque. Recuperado de <https://pdfs.semanticscholar.org/b2e3/2f1d822a5314a5f243bce2e69671b6be9c7a.pdf>

Sobrepeso y obesidad infantil en el hospital regional Moquegua. (Abril, 2019). Revista de la facultad de medicina humana. Recuperado de <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH/article/view/2069/2053>

Sogari, G., Velez, C., Gómez, M. y Mora, C. (2018). College Students and Eating Habits: A Study Using An Ecological Model for Healthy Behavior. *ArticleNutrients*. 10, 1823. Recuperado de <https://www.mdpi.com/2072-6643/10/12/1823/htm>

Tapia, I. (2016). La Dramatización como recurso educativo: Un estudio para la mejora de los procesos elaborados de comprensión lectora. Universidad Pública de Navarra. Recuperado de <http://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/21394/TFM16-MPES-LCL-TAPIA-109418.pdf?sequence=1>

Valle, J., Bravo, B. y Fariño, J. (octubre 2017). Valoración nutricional y hábitos alimenticios en niños de las Comunidades Indígenas Shuar, Morona Santiago – Ecuador. Recuperado de <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=dfbfa99-c686-41e4-b002-767999462475%40sdc-v-sessmgr03>

Valencia, L. (2019). La Dramatización Como Estrategia Didáctica Para El Fortalecimiento De La Lectura En Voz Alta En Los Estudiantes De Grado

10° De La Institución Educativa Inmaculada Concepción, Corregimiento De Villagorgona Del Municipio De Candelaria Durante El Año Lectivo 2019

Valqui, F. y Villanueva, D. (2018). Plan educativo alimentario para mejorar el consumo de alimentos saludables en estudiantes del primer grado primaria I.E. N°18006 – Chachapoyas. (Tesis de posgrado) Universidad César Vallejo. Recuperado de <https://hdl.handle.net/20.500.12692/31850>

Vera, A. y Hernández, T. (2013). Documento guía alimentación saludable  
Recuperado de  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/NA/Guia-Alimentacion-saludable.pdf>

Yuyes, C. (2020). Programa educativo para fortalecer los hábitos alimenticios en los estudiantes del Instituto “24 de Julio de Zarumilla, 2019”. (Tesis de posgrado) Universidad César Vallejo. Recuperado de:  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/52615>



## ANEXOS

### Anexo 01. Operacionalización de variables

Variable(s)	Definición conceptual	Definición operacional	Indicadores	Escala de medición
Dramatización	Es un conjunto de prácticas al servicio de la expresión creadora del individuo y el desarrollo integral de su personalidad. (Tejerina, 2004 p.118).	Actividad lúdica orientada a crear hábitos de consumo de alimentos nutritivos en los niños de primer grado de la Institución Educativa N° 11003 a través de la dramatización.	Comunica emociones y sentimientos. Reproduce imágenes, sonidos movimientos y formas. Confía en sí mismo. Defiende sus ideas y opiniones. Crea colectivamente Representa personajes. Crea de guiones	Nominal
Hábitos de consumo de alimentos nutritivos	Los hábitos de consumo de alimentos nutritivos quedan establecidos desde el segundo año de vida, explicando que “el objetivo principal en la nutrición del niño es conseguir un	Se considera a los resultados obtenidos de las actividades realizadas en los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa N° 11003 en relación a la práctica de los conocimientos	Come alimentos nutritivos porque son ricos y deliciosos. Aprecia los nutritivos alimentos por su sabor, color, textura y temperatura.  Los alimentos nutritivos son apetecibles a su paladar  Diferencia que alimentos son nutritivos de los que no lo son. Conoce los grupos de alimentos según su origen y función.	Intervalo

---

crecimiento y nutricionales después  
desarrollo óptimo” de la aplicación del  
(Vásquez, De Cos y taller de  
López, 2005 p. 198) dramatización.

Identifica que alimentos son necesarios para evitar enfermedades.

Reconoce la importancia de comer las porciones necesarias durante el día

---

**Test para medir el nivel de consumo de alimentos nutritivos en niños de primer grado (test CONANU)**

Este cuestionario es anónimo

Marque con una X su respuesta

**I. DATOS GENERALES**

Edad: .....

<b>ÍTEM</b>	<b>PREGUNTAS</b>	<b>Siempre (0)</b>	<b>A veces (1)</b>	<b>Nunca (2)</b>
1	Para mi comer sano es muy difícil			
2	Acostumbro comer comida chatarra como hamburguesas, papas fritas, helados, golosinas, gaseosa y embutido			
3	Evito tomar leche porque no me gusta.			
4	Acostumbro a comer fuera de hora el desayuno, almuerzo y cena.			
5	A menudo dejo las verduras en el plato de comida.			
6	En casa y en la escuela solo consumo alimentos que me gustan.			
7	Pienso que para estar sanos hay que comer mucho.			
8	La comida chatarra no me causa enfermedades.			
9	Dejo De Comer Cuando Me Sirven Cereales Y Frutas			
10	No me gusta el agua por eso no la bebo			
11	Desconozco que alimentos son nutritivos			
12	Consumo muchos alimentos con grasas y azúcar			
<b>SUMA DE PUNTOS</b>				
<b>TOTAL</b>				

## Registro fotográfico



Escuchado el cuento Los malos hábitos de Bolibetes.



Los niños con sus disfraces representando diferentes frutas.

### DESARROLLO DE TALLER N° 01

1. **DIMENSIÓN:** Psicosocial

2. **INDICADOR:** Conoce los malos hábitos de Bolibetes a través de un cuento.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Cuento	Cuento	Imágenes del cuento Hojas de colores Cartulinas Plumones	Lista de cotejo

### 3. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	MEDIOS Y MATERIALES
INICIO	<p>La docente da la bienvenida a todos los niños y niñas. Les invita a participar de los talleres “yo soy un nutricampeón” y les entrega su distintivo de participante. Luego los lleva al aula de AIP para utilizar el sistema multimedia. La docente les muestra un video donde se muestra una serie de alimentos que no son buenos para la salud. Luego realiza algunas preguntas como ¿Les gustó el video? ¿De qué trató? ¿Qué alimentos recuerdan? ¿Los han consumido alguna vez? La docente comunica lo que se hará durante el taller hoy vamos a conocer cuáles eran los malos hábitos de alimentación que tenía Bolibetes</p>	Lista de cotejo	Cañón multimedia Computadora Video
PROCESO	<p>La docente presenta la foto de Bolibetes a los estudiantes. Luego realiza algunas preguntas: ¿Conoce a la señora Bolibetes? ¿Cómo es ella? ¿Se ve feliz? ¿Que hay a su alrededor? ¿Qué tipo de comida es? Sera buena comida para Bolibetes? ¿Por qué?</p>		Imágenes Cartulinas Goma Plumones Papel Cuadernillo de actividades

	<p>La docente lleva un cuento “Los malos hábitos de Bolibetes “pero con las páginas en blanco.</p> <p>A cada niño se le entregará una imagen relacionada con el cuento para que junto con la maestra puedan terminarlo.</p> <p>Cada niño ira completando y pegando la historia de acuerdo a las imágenes que se les entregó y sevan a ir dando cuenta de cómo es la vida de Bolibetesy cuáles son sus malo hábitos.</p> <p>La docente evaluará a través de una lista de cotejo la creatividad de cada niño mientras va narrando el cuento.</p> <p>La docente entrega el cuadernillo de actividades. Para que desarrollen y reconozcan que alimentos consumía Bolibetes.</p>		
SALIDA	<p>La docente observa el desenvolvimiento y la creatividad para improvisar un cuento.</p> <p>Al finalizar el cuento todos aplauden su trabajo.</p> <p>La docente les pregunta a los estudiantes ¿Les gustó el cuento de Bolibetes? ¿Qué te parece lo que hacía?</p> <p>¿Estaba actuando bien? ¿Por qué?</p> <p>¿Esos hábitos de alimentación eran correctos?</p>		Carteles con preguntas

#### 4. ANEXOS

##### DISTINTIVO DE PARTICIPANTE

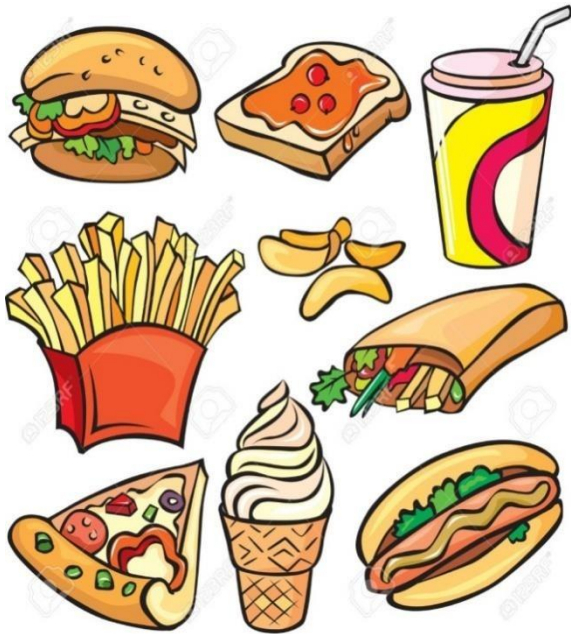


##### CUENTO EN BLANCO





IMAGEN DE BOLIBETES







## CUADERNILLO DE ACTIVIDADES

- Pinta los alimentos que comía Bolibetes y eran sus favoritos.



## DESARROLLO DE TALLER N°02

1. **DIMENSIÓN:** Psicosocial

2. **INDICADOR:** Representa los alimentos chatarra con plastilina de colores.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Representar con plastilina	Trabajar con plastilina	Plastilina	Lista de cotejo

### 3. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	MEDIOS Y MATERIALES
INICIO	<p>La docente saluda a los estudiantes luego les muestra en un papelote un crucigrama con palabras horizontales y verticales.</p> <p>Al finalizar la docente preguntara ¿Que palabras hemos formado en el crucigrama? ¿Qué son? ¿Conocen otros tipos?</p> <p>La docente comunica a los estudiantes que aprenderán que es la comida chatarra y cuáles son, pero lo representarán con plastilina.</p>	Lista de cotejo	<p>Papelote con crucigrama</p> <p>Plastilina</p> <p>Ir comida chatarra</p> <p>Cuadernillo</p>
PROCESO	<p>La docente entrega plastilina de diferentes colores a los estudiantes Para que elaboren diferentes alimentos chatarra que conozcan o los que recuerdan de la dinámica.</p> <p>Los trabajos de los estudiantes serán monitoreados por la docente.</p> <p>Al finalizar los estudiantes muestran sus trabajos a través de la técnica del museo a sus compañeros.</p> <p>La docente sistematiza a través de imágenes explicando lo perjudicial que es la comida chatarra.</p> <p>La docente entrega el cuadernillo de actividades para que reconozcan que alimentos son chatarra.</p>		
SALIDA	<p>La docente evalúa los trabajos de los estudiantes a través de una lista de cotejo.</p>		Lista de cotejo

#### 4. ANEXOS

##### ALIMENTOS HECHOS CON PLASTILINA





## CUADERNILLO DE ACTIVIDADES

- Marca con un aspa los alimentos chatarra



### DESARROLLO DE TALLER N° 03

1. **DIMENSIÓN:** Fisiológica
2. **INDICADOR:** Conoce la clasificación del plato del buen comer a través de títeres.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Uso de títeres	Títeres	Títere Plato del buen comer	Ficha practica

### 3. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	MEDIOS Y MATERIALES
INICIO	<p>La docente da la bienvenida a los niños. La docente visita junto con los niños el aula de AIP para mostrarles un video sobre el plato del buen comer. La docente les realiza algunas preguntas a los estudiantes ¿Les gustó el video? ¿Lo repetimos? ¿Qué han observado? ¿Qué es el plato del buen comer? ¿Para que servirá?</p> <p>La docente comunica a los estudiantes el día de hoy aprenderemos sobre la importancia del plato del buen comer y cuál es su uso.</p>	Ficha practica	Computadora USB
PROCESO	<p>La docente les muestra a los estudiantes a un amiguito que nos visita su nombre es Pepito y es un títere. Pepito les cuenta a los niños su experiencia con su plato de comida y comose enfermó por no comer las porciones necesarias. Luego les comenta sobre la receta que le dio el doctor “ El plato del buen comer” El plato del buen comer sirve para conocer las porciones que necesitamos para estar alimentados. La docente entrega el cuadernillo de actividades para que desarrollen.</p>		Títere Plato del buen comer Cuadernillo
SALIDA	<p>La docente realiza algunas preguntas como ¿Qué es el plato del buen comer? ¿Para qué sirve? ¿Qué debe contener?</p> <p>Ficha práctica.</p>		Ficha practica

#### 4. ANEXOS

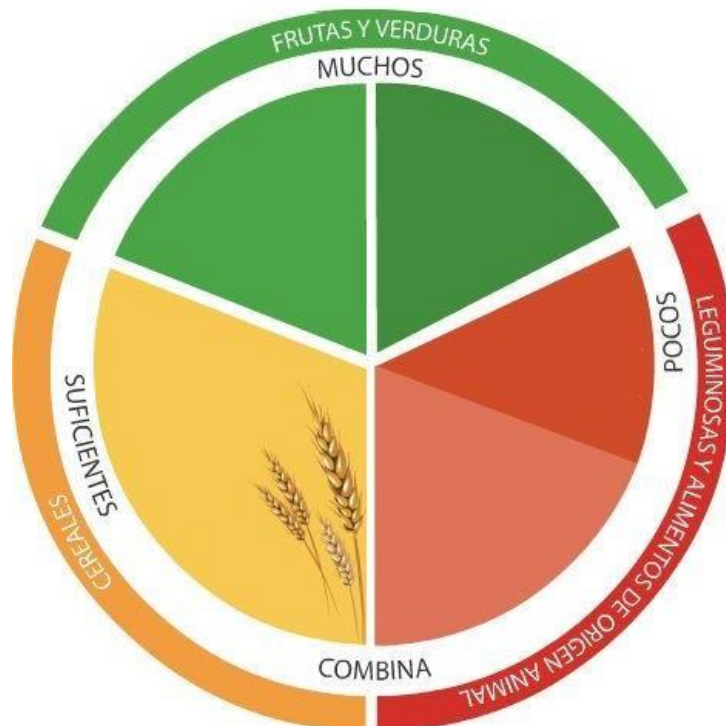
### PLATO DEL BUEN COMER



### FICHA PRÁCTICA

1. Completa el plato del buen comer con tres alimentos por grupo.

### **El Plato del Bien Comer**





## DESARROLLO DE TALLER N° 04

1. **DIMENSIÓN:** Psicofísica
2. **INDICADOR:** Interpreta el papel de una deliciosa fruta a través del teatro.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Interpretación a una fruta	Teatro	Disfraces de frutas Palitos de chupete Frutas de cartón Frutas Yogurt	Lista de cotejo

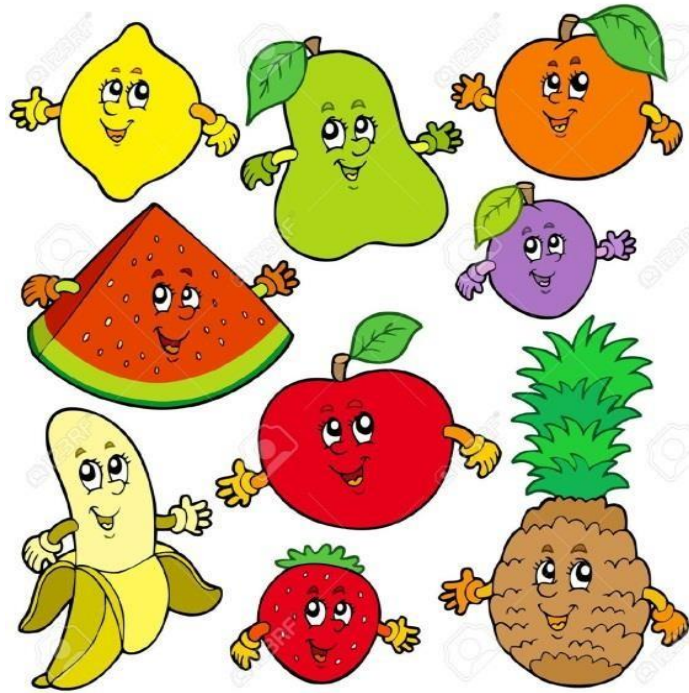
### 3. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	MEDIOS Y MATERIALES
INICIO	<p>La docente saluda a los niños.</p> <p>La docente inicia con una dinámica donde un globo ira pasando de mano en mano al ritmo de la música.</p> <p>Al detenerse la música el niño o niña que se quede con el globo deberá decir el nombre de una fruta.</p>	Lista de cotejo	USB Parlante
PROCESO	<p>La docente les informa a los estudiantes que cada uno de ellos participará de la obra de teatro "Ensalada de frutas"</p> <p>Luego se organizará a los estudiantes en equipos de teatro.</p> <p>La docente pega en la pizarra cinco papelotes, en cada uno de ellos se encuentra en guión de cada fruta.</p> <p>Por equipos los estudiantes recibirán sus disfraces de fruta.</p> <p>Cada equipo practicará su guion durante unos minutos.</p> <p>Luego cada grupo a través del teatro interpretará a una fruta.</p> <p>La docente junto con los estudiantes preparará una ensalada de frutas con yogurt.</p> <p>La docente La docente entrega el cuadernillo de actividades.</p>		Disfraces de frutas Palitos de chupete Frutas de cartón Frutas Yogurt
	<p>La docente preguntará ¿te gustó la actividad? ¿Qué hemos</p>		Lista de cotejo

SALIDA	aprendido? ¿Para qué son buenas las frutas? ¿Cuántas debemos comer al día? La docente evalúa a través de una lista de cotejo.		
--------	--	--	--

#### 4. ANEXOS

##### DISFRACES DE FRUTAS



##### ENSALADA DE FRUTAS





## DESARROLLO DE TALLER N° 05

1. **DIMENSIÓN:** Fisiológica

2. **INDICADOR:**Elabora títere de mano utilizando un calcetín.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN
Elaborar títere de mano	Títere de mano	Calcetín Ojitos Boquita Silicona	Lista de cotejo

### 3. DESARROLLO DE ESTRATEGIAS

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	MEDIOS Y MATERIALES
INICIO	<p>La docente saluda a los niños y les da una afectuosa bienvenida.</p> <p>Luego les utiliza la pirámide alimenticia para mostrar la punta de la pirámide donde se encuentra las grasas y los azúcares, y les pregunta ¿por qué los azúcares y grasas ocupan el lugar más pequeño de la pirámide alimenticia?</p> <p>La docente les informa a los estudiantes “El día de hoy vamos a elaborar un títere de calcetín”</p>		Pirámide alimenticia
PROCESO	<p>La docente muestra a los estudiantes a un amigo que ha llegado a visitarlos que se llama Memo, él ha venido a compartirles su experiencia con los dulces y frituras.</p> <p>Memo tuvo una mala experiencia por consumir muchos dulces.</p> <p>El pide a los niños a hacer un compromiso de no comer muchos dulces y frituras para ello cada uno de ellos debe elaborar su propio títere de calcetín.</p> <p>Al terminar el trabajo cada niño se coloca su títere en la mano y se procederá a la lectura del compromiso.</p> <p>La docente felicita a los niños por su compromiso y su buen trabajo.</p> <p>Luego cada estudiante desarrollará</p>	Lista de Cotejo	<p>Calcetín</p> <p>Silicona</p> <p>Ojitos</p> <p>Boquita</p> <p>Papelote con compromiso</p>

	su cuadernillo de actividades.		
SALIDA	La docente evalúa el trabajo de los estudiantes utilizando una lista de cotejo.		Lista de cotejo

TÍTERE DE CALCETÍN



PIRÁMIDE ALIMENTICIA



**dulces**



**Grasas y Aceites**  
pequeñas cantidades

## 5. ACEITES Y GRASAS



•ENERGÍA

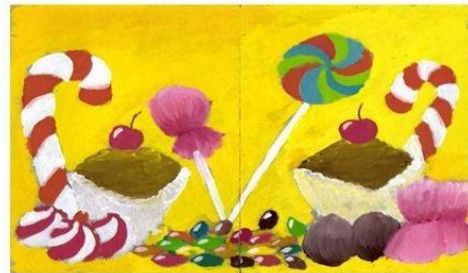
•ÁCIDOS GRASOS (SATURADOS, MONO Y POLIINSATURADOS)

•VITAMINAS (E, A, D, K)

## 6. AZÚCAR Y DULCES

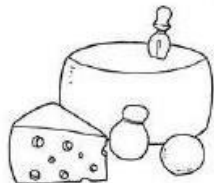
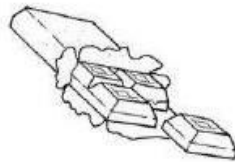
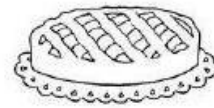
•ENERGÍA

No nos ofrecen sustancias nutritivas indispensables



### CUADERNILLO DE ACTIVIDADES

1. Encierra en un círculo los alimentos que se ubican en la última parte de la pirámide.









## Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, Jenny Mercedes Silva Ravines, docente de la Facultad de Derecho y Humanidades y Escuela Profesional de Educación primaria Programa académico de Educación Primaria de la Universidad César Vallejo, filial Chiclayo.


Asesora del Trabajo de Investigación / Tesis titulada:

“Dramatización para Mejorar Hábitos de Consumo de Alimentos Nutritivos en Estudiantes del Primer Grado de la Institución Educativa N° 11003” de las autoras Bach. Deza Jiménez Katya Maribel y Quispe Pariona Elizabeth Rosmeri, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 23% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender el trabajo de investigación / tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Chiclayo 09 de mayo del 2022,

Apellidos y Nombres del Asesor: Silva Ravines Jenny Mercedes	
DNI 16593310	Firma 
ORCID <b>0000-0002-3992-0184</b>	