



Universidad César Vallejo

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

ESCUELA DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de estudiantes de secundaria de una institución educativa, Oyon, 2022

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OBTENER EL TÍTULO

PROFESIONAL DE:

Licenciada en Educación Secundaria

AUTORA:

Serna Pozo, Sorayda Venigna (orcid.org/0000-0002-8636-4889)

ASESOR:

Mg. Pacheco Pumaleque, Alex Abelardo (orcid.org/0000-0001-9721-0730)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Evaluación y Aprendizajes

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA - PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PACHECO PUMALEQUE ALEX ABELARDO, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Educación para el trabajo de la Universidad César Vallejo SAC - LIMA NORTE, asesor de Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de estudiantes de secundaria de una institución educativa, Oyon, 2022", cuyo autor es SERNA POZO SORAYDA VENIGNA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 12.00%, 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 Suficiencia Profesional 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.

LIMA, 15 de Junio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ALEX ABELARDO PACHECO PUMALEQUE DNI: 41651279 ORCID: 0000-0001-9721-0730	Firmado electrónicamente por: AAPACHECOP el 15- 06-2024 21:17:01

Código documento Trilce: TRI - 0760866





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, SERNA POZO SORAYDA VENIGNA identificado con N° de Documento N° 46346020, estudiante de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES y de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad Educación para el trabajo de la Universidad César Vallejo SAC - LIMA NORTE y del Programa de Titulación para el Programa de Complementación Académica Magisterial (PCAM), declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de estudiantes de secundaria de una institución educativa, Oyon, 2022", es de mi autoría, y por lo tanto:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado, ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

Nombres y Apellidos	Firma
SORAYDA VENIGNA SERNA POZO DNI: 46346020 ORCID: 0000-0002-8636-4889	Firmado electrónicamente por: SSERNAP el 15-06- 2024 18:17:25

Código documento Trilce: TRI - 0760865



Dedicatoria

Al divino creador, señor de Cautivo por darme vida, fuerza y sabiduría. Y la iluminación de mi padre Néstor Lucio que está en el cielo.

Agradecimiento

A mi esposo y a mis hijos Gabriela, Lucio y Gerald por brindarme el apoyo inquebrantable. Así mismo expresar mi reconocimiento a mis familiares que me motivaron en la realización el presente estudio.

Índice del Contenidos

Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del autor	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento.....	v
Índice del Contenidos.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	11
3.1. Aspectos temáticos	11
3.2. Escenario de la experiencia profesional	12
3.4. Aspectos éticos	14
IV. RESULTADOS	15
4.1. Descripción de la experiencia.....	15
4.2. Impacto de la experiencia.....	17
V. CONCLUSIONES	20
VI. RECOMENDACIONES.....	21
REFERENCIAS.....	22
ANEXOS	29
Anexo 1: Instrumentos de recolección de datos	30
Anexo 2: Sesión de Aprendizaje “Explicamos como las células obtienen energía de los alimentos”.....	32
Anexo 3: Diseñamos nuestra lonchera escolar nutritiva	35
Anexo 4: Diseño gráfico funcional de la propuesta.....	37
Anexo 5: Otros	38

Resumen

En el trabajo se favoreció a los objetivos del desarrollo sostenible (ODS) 2: como el hambre cero que buscó impulsar una alimentación sana, nutritiva e idóneo; por ende, poner fin a todas las formas de mal nutrición. Además, la ODS 4, buscó atender las necesidades de una educación inclusiva, con equidad y de calidad que promueva circunstancias que faciliten la educación continua de todos. Asimismo, se realizó la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de secundaria de una I.E de Oyon, 2022; para ello se usaron métodos, técnicas, desarrolló sesiones de aprendizajes y actividades proactivas para que los estudiantes lleven a cabo conocimientos científicos y tecnológicos en la elaboración de loncheras, fortaleciendo su responsabilidad, siendo críticos y autónomos. Los efectos mostraron la mejora en el rendimiento académico de los alumnos, por ende, hubo cambios positivos en las loncheras escolares porque contenían los componentes necesarios para cubrir las demandas de las actividades curriculares. Los descubrimientos evidencian que la evaluación y mejora de las loncheras escolares generaron cambios efectivos en la mejora del rendimiento académico, señalando lo conveniente en las actividades contextualizadas y bien establecidas que favorezcan el proceso educativo

Palabras clave: Evaluación de la lonchera, mejora, rendimiento, académico.

Abstract

The work favored the sustainable development objectives (SDG) 2: such as zero hunger, which sought to promote healthy, nutritious and adequate nutrition; therefore, putting an end to all forms of malnutrition. In addition, SDG 4 sought to address the needs of inclusive, equitable and quality education that promotes circumstances that facilitate continued education for all. Likewise, the evaluation of the school lunch box was carried out to improve the academic performance of secondary school students of an I.E of Oyon, 2022; For this, methods and techniques were used, learning sessions and proactive activities were developed so that students carried out scientific and technological knowledge in the preparation of lunch boxes, strengthening their responsibility, being critical and autonomous. The effects showed the improvement in the academic performance of the students, therefore, there were positive changes in the school lunch boxes because they contained the necessary components to meet the demands of the curricular activities. The findings show that the evaluation and improvement of school lunch boxes generated effective changes in improving academic performance, pointing out the convenience of contextualized and well-established activities that favor the educational process.

Keywords: Lunchbox evaluation, improvement, performance, academic

I. INTRODUCCIÓN

El estado nutricional está relacionado en el proceso de formación completo de los educandos, que a su vez; repercute en el proceso de aprendizaje y los logros escolares; donde influye en el modo del desarrollo del cerebro involucrando los pensamientos, comprensión y el razonamiento (Ordoñez, 2022). De la misma manera la finalidad de la lonchera escolar es de generar a los educandos las energías y nutrientes requeridas para desenvolverse en las actividades escolares (Villanueva, 2019).

La lonchera escolar nutritiva es fundamental para el bienestar y el desarrollo de los estudiantes, porque cubre las calorías que favorecen el rendimiento física y mental durante el horario de clases y evita que el estudiante desarrolle enfermedades relacionadas a la alimentación (Ministerio de Salud del Perú, 2022). En consecuencia, la ingesta de la lonchera nutritiva en el período escolar, es primordial porque contribuyen nutrientes esenciales para el desarrollo físico, del cerebro y permite el logro de los aprendizajes (De la Cruz, 2020).

En la actualidad, las acciones educativas a nivel mundial están abismados por una crisis, económico, social y político, originando el déficit al acceso de los alimentos lo que repercute en el rendimiento académico (Rengifo, 2021). La inquietud política en América Latina relacionados a las contradicciones de la nutrición se muestra en la implementación de políticas y programas alimenticios y la intervención de la educación para modificarlas positivamente (Fuentes & estrada, 2023). En el contexto de Bolivia los avances industriales y tecnológicos han incrementado el consumo de productos procesados modificando e impactando negativamente la alimentación produciendo la inseguridad en la salud de las personas que en consecuencia influye en las acciones académicas de los educandos (Apaza, 2021). Por otro lado, los países latinoamericanos han logrado el incremento del acceso a la educación de muchos niños en el mundo; aunque algunos estudios evidencian que no se está logrando la mejora de los aprendizajes (Banco Mundial, 2023). Además, en América latina y el caribe se ha concientizado sobre las carencias y las mejoras por realizar en la educación para lo cual se han desarrollado diversas asambleas asignadas para el análisis de los procesos de las

consultas de su jurisdicción para redactar acuerdos que permitan la inmediata acción en favor de la educación (UNESCO, 2021).

Del mismo modo en el ámbito nacional algunas investigaciones demuestran que los estudiantes consumen poca cantidad de loncheras saludables, mientras que las loncheras no saludables superan más de la mitad (Miranda & Ramírez, 2023). En consecuencia, el rendimiento académico en las asignaturas más primordiales como: comunicación, matemática, ciencias sociales y ciencia y tecnología han disminuido en comparación de los años anteriores (Ministerio de Educación del Perú, 2020). Por esta razón en nuestro país se desarrollan programas que brindan alimentos a los escolares, con fines de garantizar el logro de los aprendizajes, la asistencia permanente y mejorar la alimentación (Hinojosa, 2020). Aunque, desde mi punto de vista, este programa aún no cubre las insuficiencias alimentarias de los educandos a nivel nacional por que está implementada solo para el nivel inicial y primaria dejando de lado la atención a los estudiantes de secundaria, quienes también requieren consumir alimentos que les ayuden a recuperar las energías desgastadas durante las jornadas escolares. A ello; se suma que el estado peruano promulgó diversas leyes como la creación de kioscos, comedores saludables, control de publicidad, información entre otras acciones relacionados a los alimentos (Tarqui & Álvarez, 2018). Además, los docentes, padres de familia y estudiantes realizan diversas actividades para mejorar el rendimiento académico (Evangelista & Pérez, 2022). En definitiva, todas las acciones realizadas para contribuir en la alimentación de los estudiantes aun no alcanzan su máxima efectividad dejando las brechas que permitan alcanzar el rendimiento académico anhelado.

En consecuencia, una de las I.E de Oyon, lima provincias como establecimiento que brinda servicios de formación integral a los educandos está comprometida a asumir retos y la búsqueda de soluciones ante los diversos factores que influyen negativamente en los procesos educativos. Sin embargo, se observó que los estudiantes no portaban la lonchera, consumían alimentos envasados con excesivos contenidos de azúcares y con octógonos. Además, un gran porcentaje de los alumnos tenían calificaciones por debajo del nivel de logro esperado, faltaban a clases con mucha frecuencia por motivos de salud,

presentaban dificultades para concentrarse y retener la información lo cual afectaba su rendimiento académico.

Atendiendo a estas consideraciones, se planteó la siguiente pregunta: ¿En qué medida la lonchera escolar mejora el rendimiento académico? Con respecto se determinó evaluar la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico, diseñó, planificó y elaboró loncheras escolares nutritivas; como actividad principal se desarrolló las sesiones de aprendizaje para evaluar la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de secundaria de una I.E. de Oyon.

La justificación de la investigación se vincula a las exigencias de expresarse y apoyar la designación de realizar un estudio de acuerdo a diversas perspectivas (Hernández & Mendoza, 2018). En este sentido la evaluación de la lonchera escolar nutritiva y balanceada proporcionaran las energías y nutrientes necesarias para mantener un óptimo estado de alerta y concentración durante el desarrollo de las actividades académicas en los estudiantes de una I.E del nivel secundario de Oyon.

La contribución de este trabajo con el objetivo de desarrollo sostenible 2, como el hambre cero, ya que se buscó impulsar una alimentación sana, nutritiva e idóneo en todo el periodo anual; por ende, poner fin a todas las formas de malnutrición. Además, la ODS 4, puesto que se garantizó una educación inclusiva, equitativa, de excelencia e impulsar espacios para la educación de fácil acceso.

II. MARCO TEÓRICO

A nivel internacional, en América latina, en un artículo cuyo objetivo es de abarcar el confín y los ámbitos de la enseñanza y el abastecimiento de los alimentos en las instituciones educativas teniendo como un ambiente de malnutrición como uno de los enigmas de la comunidad de niños y jóvenes de la región. El trabajo consistió en las revisiones bibliográficas en relación de la alimentación escolar en el periodo de 2005 al 2021. La determinación fue que los programas de alimentación escolar disponen la probabilidad generar cambios en los comportamientos alimentarios que se apoyen en la formación. El estudio manifiesta el rol fundamental de originar conciliaciones para el avance de los programas encargadas de la nutrición de los estudiantes (Fuentes & Estrada, 2023). El estudio contribuye en la valoración de conocimientos, experiencias, culturas, integrando prácticas de elaboración de comidas con alimentos de su comunidad para resolver incógnitas de la malnutrición.

En Bolivia, una tesis tuvo la intención de contrastar la correspondencia que tiene la alimentación y el rendimiento académico de los alumnos universitarios de una facultad de la UNAS. Se desarrollo diseño del estudio transversal cuantitativo no experimental correlacional. En los hallazgos se evidenciaron que el 72% de los estudiantes que tenían una alimentación saludable y balanceada; mientras que el 28% no ingieren alimentos balanceados lo cual repercutía en el desenvolviendo en las actividades pedagógicas. Por consiguiente, los alumnos que llevan una buena alimentación saludable tienen mayor rendimiento académico; pero aquellos estudiantes que no llevan una alimentación equilibrada manifiestan logros deficientes en su aprendizaje (Apaza, 2021).

En Chile, un artículo consideró estudiar la dependencia del rendimiento académico y la práctica alimentaria de los alumnos del nivel secundaria. El método de la investigación fue descriptivo de corte transversal donde se emplearon recordatorias y se tuvieron en cuenta los promedios escolares generales y las evaluaciones estandarizados. Los hallazgos demostraron que un 59,1% de los escolares desayunan, de otra parte, el 71, 4% consumen más de tres comidas al día; quienes presentaron mayores rendimientos académicos. Los escolares que presentaron adecuadas rutinas de alimentación tuvieron mejor rendimiento escolar,

en tal sentido se resalta la necesidad de impulsar los hábitos de estilos saludables en la escuela (Ibarra et al., 2019). La investigación coopera con una información relevante sobre las rutinas de alimentación y el progreso en los aprendizajes. Emprender las falencias y destacar su dominio beneficioso en contribución en los procesos educativos y estudios científicos.

En la Cuenca, Ecuador, en una tesis, con la finalidad de conocer el manejo de la nutrición que beneficie a la educación y formación de los educandos del nivel inicial. El estudio fue de tipo experimental y no experimental se emplearon múltiples técnicas: entrevistas y el diario de campo. Se evidenció que la falta de la comida equilibrada en las loncheras de los infantes generaba el agotamiento, el desgano y apatía, lo cual repercutía en el normal desarrollo motor y cognitivo. En conclusión, se examinaron los valores fundamentales de la alimentación en la formación y progreso académico de los niños y niñas. Así mismo, se comprendió los beneficios de las prácticas de la nutrición sana y la mala nutrición que podrían influir en los procesos educativos. Además, permitió generar guías de alimentación adecuada para los niños teniendo en cuenta su edad y sus necesidades físicas y mentales (Arévalo, 2022). La información valiosa sobre la nutrición y la repercusión en la formación académica y la vida de los niños.

A nivel nacional, Arequipa, Perú, en una tesis, con el fin de conocer el vínculo de la calidad alimentaria y de los aprendizajes de los estudiantes nivel secundaria. La exploración fue experimental cuantitativo de corte transversal y correlacional en ella se empleó encuestas. El producto puso de manifiesto que el 25, 20% los educandos tienen una alimentación poco saludable, sin embargo, el 23.23% de los educandos lleva una alimentación saludable y el 51.57% de alumnos tiene una mala alimentación, así mismo hay una conexión entre la alimentación y el rendimiento escolar en la mayoría de las áreas estudiadas. En relación a las implicancias la condición alimentaria de los estudiantes está vinculada a los resultados académicos (Morales & Flores, 2019). La investigación aporta en la consideración de tipo de alimentación y los resultados en las áreas que se consideran durante el estudio.

En Huánuco, Perú, una tesis, se interesó de conocer la correspondencia de la rutina alimentaria y el rendimiento académico de una escuela Inicial. El trabajo fue de tipo cuantitativo en el nivel descriptivo y diseño correlacional. Se obtuvo

como resultado la conexión de una buena lonchera y el rendimiento escolar, donde se encuentra una relación enorme en cuanto a los datos analizados. Por ende, la interrelación muy destacada entre la alimentación adecuada y el aprendizaje esperado de los niños del nivel inicial (Abarca et al., 2021). La contribución en el trabajo fue de conocer que el rendimiento académico de los estudiantes puede variar de acuerdo a las áreas curriculares.

Moquegua, Perú, en una tesis, con miras de estudiar las condiciones de las loncheras nutritivas y su marca en el rendimiento académico de los preescolares. Se desarrolló la metodología del diseño cuasi- experimental tipo aplicada; también se usó los registros, documentos y el análisis como técnica, además se empleó el pre y post test. se consiguió como efecto que 43% de los estudiantes consumen loncheras regularmente equilibradas, que en su análisis arroja que solo 9 estudiantes llevan loncheras nutritivas. Por otro lado, referente al rendimiento escolar se connota el nivel moderado con el 67%. En consecuencia, las variables estudiadas presentan una relación de gran relevancia (Aquino & Condori, 2023). El trabajo coopera en la metodología empleada, en la elaboración y consumo de las loncheras impactaron en los aprendizajes de los estudiantes.

En Huacho, Perú, una tesis, con la finalidad de dar a conocer la relación de las loncheras escolares y el rendimiento académico en la educación inicial. El estudio fue no experimental de corte transversal, nivel correlacional, método deductivo e hipotético. Los resultados dieron a conocer que los niños preescolares de las edades: 3, 4 y 5 años evidenciaron la relación entre las loncheras saludables y las calificaciones según lo siguiente de 3,4 y 5 años se ubicaron en la mitad de la hoja de observación lonchera saludable, 58,3 %, nivel de proceso, 59, 5 estaban en déficit. En conclusión, la adecuada ingesta de la variedad de alimentos propiciara un buen desempeño escolar en los niños infantes. Nos brinda información primordial, la estadística de loncheras escolares saludables que consumen los niños preescolares (Romero & Peña, 2023). Contribuyó con los métodos empleados y las informaciones relevantes sobre el estudio, la nutrición y rendimiento académico.

Es primordial abordar las teorías y enfoques conceptuales de acuerdo a los objetivos y el entorno especial del estudio de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico.

Con referencia al enfoque nutricional hace referencia a la composición de los alimentos y aborda un fenómeno complejo desde la ingesta conllevando a la obtención de las energías (Rengifo, 2021). Enfoque sistémico entendido como un proceso colectivo que faculta dimensiones monetarias, sociales, culturales, políticas y espirituales (De la Cruz, 2020). Enfoque antropológico define que la alimentación se enmarca en el entorno sociedad y cultural donde el individuo considera como alimento aceptable de acuerdo a su ideología, llegando a jerarquizar, organizar, regular y estructurar lo que ingiere (Ortiz et al., 2005).

Referente al rendimiento académico fue necesario abordar, la teoría del aprendizaje colaborativo enfatiza la importancia de aprender de manera conjunta con sus compañeros, las habilidades de instrucción basadas en este enfoque animan a la interacción de los estudiantes, en la reciprocidad de ideas y la solución de dificultades (Zambrano & López, 2023). Además, La teoría sociocultural del aprendizaje ve el aprendizaje como un proceso social realizado a través de las acciones realizadas con otros y la participación en actividades culturalmente relevantes (Novoa & Sandoval, 2023). La teoría del aprendizaje por descubrimiento manifiesta que el aprendizaje ocurre cuando los estudiantes construyeron sus propios conocimientos a través del descubrimiento guiado y la resolución de problemas (Ríos, 2023). Enfoque curricular por competencias (ABC) permite a los estudiantes a desarrollar una diversidad de capacidades de manera reflexiva, creativa y responsable (Ministerio de Educación del Perú, 2016). Además, el enfoque basado en problemas (ABP) se desarrolló a partir de que el estudiante identifica un problema en su entorno, lo analiza, asocia con otras disciplinas y realiza acciones para solucionarlo (Marcelo, 2022). Es más, el enfoque ambiental, está dirigida a liderar el proceso educativo y desarrollar una comprensión crítica y colectiva; lo cual involucra impulsar el bienestar y plenitud que permita acceder a los individuos conseguir la salud física, mental y social (Ministerio de Educación del Perú, 2020).

Al respecto a la evaluación de la lonchera escolar, es primordial para asegurarse de que los estudiantes reciban la alimentación equilibrada y nutritiva en las horas de clase. Ya que la lonchera escolar es una comida valiosa que apoya a los estudiantes con las energías y concentraciones requeridas en las horas de clase (Al Día en Salud, 2023). Es más, la lonchera escolar debe contener los alimentos energéticos encargados de contribuir las energías entre ellos podemos encontrar como, azúcares, carbohidratos, harinas, entre otros, constructores son los encargados de reparar las células, tejidos y forman parte de las enzimas y hormonas, en origen animal encontramos: pescado, carne, huevo. Así mismo podemos encontrar en los vegetales: la soya, pecanas, maní, habas y por último reguladores son los encargados de acelerar y estimular el metabolismo de las proteínas, grasas y los carbohidratos entre este tipo de alimento encontramos a las vitaminas y minerales (Ayala, 2020). Incluso, la lonchera escolar debe ser compuesta por alimentos variados y naturales que aporten el 10% al 15% de las energías necesarias contenidas en cereales, tubérculos carnes o huevos, frutas y agua (Instituto Nacional de Salud, 2024). Cabe señalar, que la alimentación es el atributo esencial de los seres vivos que implica diversos factores físicos y mentales por lo que es importante llevar una dieta equilibrada (Junta de Castilla y León, s/f) En definitiva, el cerebro no desarrolla su óptima capacidad al no recibir los alimentos requeridos evidenciándose a través de sueños, cansancio, dificultades en el procesar información, dificultades en la comprensión lectora lo que conlleva al bajo rendimiento académico (Molina, 2019).

Acerca del trabajo realizado, se desarrollaron sesiones de aprendizajes que son documentos en el que se expresa las actividades que desarrolla el docente con la finalidad de enseñar a los alumnos (Caballero,2020). Asimismo, tiene las siguientes peculiaridades: adecuación, contextualización, flexivo, factible, contiene compendios que influyen en el proceso educativo y son secuenciales (Picón et al., 2019). Así mismo las sesiones de aprendizaje son materiales que contribuyen con el educador en la aplicación y el logro de las competencias en los alumnos (Casasola, 2020). Además, está constituida por elementos como: la motivación enfocado a generar el interés y conservar la atención del educando, la obtención de conocimientos, entendimiento y acomodación donde el estudiante lleva acabo el conocimiento para solucionar problemas, la valoración de los avances, logros y

dificultades (Osorio et al., 2019). En tal sentido, se realizó la evaluación de las loncheras escolares siguiendo los siguientes procesos: se evaluó la lonchera escolar utilizando cuestionarios y la observación directa en donde, se estableció criterios sobre los componentes nutricionales, la importancia de la lonchera, frecuencia de consumo de loncheras, entre otros. Los hallazgos se socializaron para generar conciencia del problema. Además, esta actividad permitió a que los estudiantes participen de manera crítico, reflexivo y se motivaron a mejorar la elaboración de la lonchera asumiendo los compromisos. Se planificó y desarrolló sesiones de aprendizajes contextualizadas, adaptadas y adecuadas para alcanzar aprendizajes que apoye a resolver problemas. Se verificó a los estudiantes que hayan comprendido la intención y lo que se espera el logro de ellos. Se llevó a cabo actividades proactivas en donde, los estudiantes crearon loncheras con una gran variedad de alimentos de su comunidad teniendo en cuenta los requerimientos nutricionales, sus demandas físicas y mentales. Monitoreo y acompañamiento se realizó de manera permanente para obtener la información que permitan alcanzar el propósito planteado. Así mismo se brindó acompañamiento durante todo el proceso con la finalidad de brindar apoyo, orientación y seguimiento que ayudó el logro de los aprendizajes. Reflexión y retroalimentación, posteriormente de haber construido conocimientos y prácticas de loncheras escolares, se ofreció un tiempo para que los estudiantes reflexionen sobre los cambios y mejoras alcanzadas. Así mismo se ofreció la retroalimentación de forma continua, oportuna específica y diversa teniendo en cuenta las necesidades de aprendizaje de cada estudiante. Se alentó a los estudiantes hacer un eco sobre las loncheras escolares en la mejora del rendimiento académico para generar impactos favorables en la comunidad.

En referencia, al rendimiento académico se concibe como el logro de los aprendizajes de un estudiante en relación a un estándar de evaluación (Bravo et al., 2018). Además, el desempeño académico es el desarrollo de las diversas capacidades que involucra las actividades psicológicas, afectivas, emocionales y creencias del educando en el periodo académico, lo cual le permita el desempeño esperado (Cadavid & Giraldo, 2021). El rendimiento académico (RA) está enfocado en diversos factores como: factores personales, en el que los estudiantes tienen motivación de estudios a alcanzar sus metas, este es el factor académico primordial en las planificaciones pedagógicas y, por último, tenemos el factor del contexto: se

consolida por la extensión social, económica, sistema educativo, alimentario (Ariza et al., 2018). De la misma manera la teoría del aprendizaje está edificada sobre el indicio de que no se puede comprender el desarrollo propio sin relatar el ámbito social en que el individuo se encuentra. Por ende, el estudiante al momento de interactuar en la sociedad procederá a solucionar dificultades, ejerciendo sus habilidades para prosperar en lo mejor que pueda realizar solo (Rengifo, 2021).

III. METODOLOGÍA

3.1. Aspectos temáticos

Se examinó, la situación de las loncheras escolares en la mejora del rendimiento académico en el centro educativo del nivel secundaria de la provincia de Oyon. Por este motivo; se verificó, los diversos conocimientos bibliográficos sobre las loncheras escolares en la mejora el rendimiento académico, así como teorías relevantes sobre la composición de una lonchera escolar. Se procedió el desarrollo de la evaluación y mejora, incluyendo su base teórica y los fundamentos pedagógicos que la sustentan. Asimismo, se usaron métodos y técnicas para la recolección de información que permitió evaluar la lonchera que consumían los estudiantes. Además, se desarrollarán sesiones de aprendizajes, sesiones de aprendizajes proactivas teniendo como base el desarrollo de las competencias del área de ciencia y tecnología para que los educandos lleven a cabo conocimientos científicos y tecnológicos para proponer soluciones en la mejora de su alimentación fortaleciendo su responsabilidad, siendo crítico y autónomo.

Se obtuvo resultados de la evaluación de la lonchera escolar en el entorno directo del centro educativa nivel secundario de una institucion educativa de la provincia de Oyon. Los resultados en el contexto social permitieron promover hábitos alimenticios saludables, proporción de la educación nutricional, facilitar conocimientos sobre las opciones de comidas de acuerdo al acceso de alimentos de cada estudiante y lo más primordial que los estudiantes lleven una dieta equilibrada y nutritiva que impacte positivamente en los logros de los aprendizajes. Con respecto a la economía permitió reducir gastos en atenciones médicas ya que al consumir comidas nutritivas fortalecieron su sistema inmunológico y contribuye en la prevención de enfermedades relacionadas a la alimentación. Por otro lado, se disminuyó la compra alimentos envasados: galletas, chismitos, caramelos, gaseosas, entre otros. Además, el trabajo facultó a los estudiantes la capacidad de conocer y clasificar los productos de su comunidad de acuerdo a su composición nutricional, por ende, se priorizo y aumento el consumo de productos de su alcance como: la papa, oca, maíz, trigo, habas, quinua, manzanas, aguaymanto, huevo de corral, queso, entre otros. La evaluación de las loncheras escolares para la mejora del rendimiento académico demostró cambios positivos. Las acciones realizadas como la evaluación de las loncheras, desarrollo de sesiones de aprendizajes y la

elaboración y consumo de las loncheras saludables favorecieron en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes. Por otro lado, el trabajo tuvo limitaciones concernientes con el factor del tiempo ya que se trabaja con horarios de clase por áreas ya definidos. Además, el poco compromiso de los padres en la participación de las actividades propuestas tuvo que generarse a través de los seguimientos permanentes y logrando su involucramiento. En consecuencia, es necesaria una investigación que integre las diversas áreas curriculares para mejores resultados y plantear acciones interdisciplinarias para un cambio en la educación.

Continuando con la reflexión de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico de los centros educativos del mismo contexto, se recomienda a los docentes estar alertas para identificar los factores negativos que influyen en la educación. Cabe mencionar que como agentes de la educación es responsabilidad de asumir retos que permitan alcanzar los mejores logros de los estudiantes. Así mismo, se recomienda desarrollar investigaciones sobre los diversos factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes de la zona rural. En consecuencia, la calidad de las loncheras escolares repercutió positivamente en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes de secundaria de una I.E de Oyon, 2022

3.2. Escenario de la experiencia profesional

El escenario donde se efectuó la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de la provincia de Oyon, 2022 presentan las particularidades físicas, sociales y humanas.

Ambiente físico:

La I.E se encuentra situado a 2258 m s. n. m.; en la jurisdicción de la provincia de Oyon está considerado como una I.E de tipo rural 1. Su infraestructura está habilitada con materiales y recursos necesarios para la interacción educativa entre docente. Los salones de clase están divididos por grados académicos de 1° al 5°, solo cuenta con una sola sección por grado. El ambiente físico está constituido para facilitar la interacción y lograr que los estudiantes trabajen en equipo, intercambien ideas y resuelvan problemas.

Ambiente social y humano:

En relación al ambiente social y humano, la población estudiantil pertenece a una zona rural con contexto de pobreza y con diversidad cultural, su principal actividad es la ganadería y agricultura. Se alcanzó visualizar que los estudiantes se asocian de acuerdo a sus intereses académicas, deportivas, artísticas y ocio. Mas aún, se percibe que los estudiantes están motivados y comprometidos en su educación, lo cual permitió un ambiente propicio para el desarrollo de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora de los aprendizajes.

Los docentes colaborativos y comprometidos con la calidad educativa participaron activamente en todas las propuestas del trabajo. Además, existe una cultura institucional de trabajo en equipo, donde se promueve la innovación pedagógica y se fomenta el desarrollo profesional continuo. La dirección de la comunicación es abierta y fluida, facilitando la comunicación efectiva en el proceso educativo dentro de la institución educativa.

El escenario donde se desarrolló el trabajo es un entorno físico adecuado, enmarcado por una comunidad estudiantil rural diversa y motivada. Del mismo modo la plana docente tiene un compromiso y dedicación hacia la mejora continua de las prácticas pedagógicas encaminadas hacia el éxito académico. En consecuencia, las particularidades ya mencionadas propiciaron el éxito de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento escolar en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de la provincia de Oyon.

3.3. Participantes

Los participantes de este trabajo fueron los estudiantes matriculados en el nivel secundaria. Esta población de participantes fue seleccionada del VI ciclo que presentan las siguientes características: cambios fisiológicos debido a la etapa de la pubertad y adolescencia, que influyen en el desarrollo socioemocional y cognitivo. Además, es necesario mencionar que tienen la capacidad de construir pensamientos abstractos, deducen, interpretan y pueden regular sus aprendizajes. Así mismo, se inclinan por las actividades que favorezcan su identidad e imagen corporal.

Mas aún, los docentes encargados de las comisiones de condiciones operativas, gestión pedagógica y bienestar escolar fueron participantes en el proceso de evaluación de la lonchera para alcanzar logros óptimos en la educación. Su experiencia, acompañamiento, monitoreo y retroalimentación fueron fundamentales para comprender la importancia de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico.

En referencia a las fuentes y recursos de información, se recopilaron datos a través de observaciones directas, el desarrollo de cuestionarios y sesiones de aprendizajes, el análisis de las calificaciones bimestrales. Estos métodos permitieron obtener una visión integral de la efectividad de la evaluación de la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa de la provincia de Oyon.

3.4. Aspectos éticos

La rectitud moral del trabajo se conservó al cumplir cuidadosamente las normas diseñadas en la resolución N° 0340-2021-UCV. La mencionada resolución resalta la priorización de la integridad científica, amparando los valores como la responsabilidad, la honestidad y la rigurosidad en la investigación científica. Este compromiso con la ética aseguró que el trabajo se ejecutó con mucha responsabilidad y transparente, venerando los estándares científicos y éticos establecidos.

Los principios éticos adoptados en la intervención incluyeron: veracidad, al informar con claridad la intención del estudio; autonomía, al respetar la disposición de los colaboradores al participar de manera limitada; reserva, en conservar el anonimato la averiguación recopilada con fines rigurosamente académicos; equidad, en el trato a los colaboradores de forma justa en la ejecución de la investigación; anti plagio, al citar trabajos conforme a la norma Apa 7ma edición, para prevenir imitación intelectual; singularidad, al enunciar las opiniones del autor asentadas en lecturas, reflexiones y análisis propios; y el respaldo de la originalidad y medidas contra el plagio se llevó a cabo a través del Turnitin.

IV. RESULTADOS

4.1. Descripción de la experiencia

Resultado 1: Identificamos las necesidades relacionados a la mejora del rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundaria

Se procedió a observar y analizar el ambiente de la institución educativa, debido al bajo rendimiento académico de la población estudiantil, para ello se evaluaron las posibles causas y entre ellas se identificó las loncheras inadecuadas. Por lo mencionado se planificó y desarrolló sesiones de aprendizajes, en donde procedió a resolver el cuestionario, observación directa como se evidencia en el anexo 1. También se consideró la información del estado nutricional de los estudiantes brindada por parte del personal de salud responsable del sector. Así mismo se aplicó sesiones enfocados a la identificación de problemas con relación a la lonchera escolar, se propició el entendimiento a la importancia de las loncheras nutritivas y finalmente, en la actividad se permitió a que los estudiantes participen de manera crítica, reflexivo y asumiendo compromisos para sus aprendizajes y la solución del problema.

Resultado 2: nos informamos sobre la lonchera para analizar su influencia en el rendimiento académico

Se realizaron sesiones de aprendizaje sobre la lonchera escolar priorizando el conocimiento sobre la obtención de las energías de los alimentos, los componentes de alimentos energéticos, constructores y reguladores. Así mismo, propició a los estudiantes que reconocieran y clasificaran los productos de su comunidad teniendo en cuenta su valor nutricional. De igual manera, el área de ciencia y tecnología tuvo un papel muy importante en el desarrollo de la competencia: Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos; materia y energía; biodiversidad, Tierra y universo, movilizando y combinando sus capacidades. Además, las actividades permitieron que los estudiantes lleven a cabo actividades en el que consolidaron conocimiento teóricos y científicos para realizar las actividades ya mencionadas tal como se puede observar en el anexo 2.

Resultado 3: desarrollamos sesiones de aprendizajes proactivas para elaborar loncheras escolares en la mejora del rendimiento académico

Se llevaron a cabo sesiones proactivas en el que los estudiantes interactuaron entre pares intercambiando ideas, compartiendo sus saberes locales, seleccionando las informaciones relevantes a emplear en elaboración de las loncheras como se puede visualizar en el anexo 3. En la implementación de la lonchera mejorada se empleó una gran variedad de alimentos de la comunidad teniendo en cuenta los requerimientos nutricionales, las proporciones adecuadas, las demandas físicas y mentales de los estudiantes. Cabe señalar que se enfatizó el diseño y construcción basados en conocimientos científicos, tecnológicas y sus saberes propios de la comunidad. Por tanto, todas las actividades propuestas propiciaron a que los estudiantes se desempeñen movilizando y combinando las diversas capacidades para resolver el problema.

Resultado 4: propuesta del diseño gráfico funcional de las loncheras escolares en la mejora del rendimiento académico

El resultado 4, es concerniente a la propuesta del diseño gráfico funcional que se muestra en el anexo 4, en consecuencia, las sesiones de aprendizaje empleados en la evaluación de la lonchera escolar en la mejora de los aprendizajes obtuvieron una gran trascendencia de acuerdo a los resultados de los trabajos realizados. En ese sentido se realizó el diagnóstico a través de la ejecución de sesiones de aprendizaje, la aplicación del cuestionario, las observaciones directas que permitieron la evaluación de las loncheras de los escolares, posteriormente se planteó diversas actividades curriculares como el desarrollo de varias sesiones de aprendizaje con la finalidad de fomentar la adquisición de conocimientos teóricos y científicos relacionados a las loncheras escolares y su efecto en el rendimiento académico, se promovió la valoración y consumo de los productos agrícolas y ganaderas de la comunidad. Se plantearon sesiones de aprendizajes proactivas propiciando el aprendizaje enfocado en el desarrollo de competencias, el trabajo colaborativo, creativo, entre otros. Así mismo, los estudiantes participaron activamente en todas las actividades propuestas propiciando los cambios positivos en la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico. Además, se evidenció el incremento del consumo de los alimentos naturales de la zona, ya que

los estudiantes lograron llevar a la práctica los conocimientos. Por ende, disminuyó el consumo de alimentos envasados, la mejora de la capacidad en la retención de informaciones, estudiantes activos en el desarrollo de las actividades académicas. Cabe señalar, que durante todo el proceso del trabajo se brindó el acompañamiento, autoevaluaciones y retroalimentaciones permanentes. En definitiva, se brindó una práctica positiva que puede ser extendida en diversos ámbitos con el objetivo de mejorar el rendimiento académico

4.2. Impacto de la experiencia

En relación a las sesiones de aprendizaje en la evaluación de las loncheras de los escolares se generó la participación conjunta en la cual los estudiantes analizaron y evaluaron para luego dar un juicio crítico. Además, permitió desarrollar las capacidades aplicando los conocimientos teóricos en el propio contexto así se facultó las diversas competencias. En este contexto la evaluación realizada nos evidenció que la mayoría de los estudiantes llevaban loncheras inadecuadas lo cual no favorecían su desempeño en las actividades académicas. Se trabajó acciones de concientización del problema identificado y procedieron a asumir compromisos en las acciones de mejora.

En ese marco estos resultados tienen una similitud con los hallazgos de la alimentación saludable de estudiantes de jornada completa escolar es de solo 23.23% (Morales & Flores, 2019). Del mismo modo una investigación sobre los conocimientos del valor nutricional de la lonchera escolar dio como resultado de que solo el 19% de estudiantes de una institución educativa llevan una lonchera saludable (Aquino & Condori, 2023). Además, una investigación realizada en estudiantes de secundaria demostró el vínculo positivo y significativo entre la alimentación y el desempeño académico (García & Juño, 2020). En consecuencia, esto se debe a la falta de conocimiento sobre los componentes necesarios de la lonchera escolar. Además, en algunos casos no se interioriza o no se lleva en práctica la cultura de alimentación a pesar de llevarse a cabo diversas actividades curriculares y extracurriculares en la institución educativa.

Con respecto, a las actividades curriculares se desarrollaron sesiones de aprendizaje donde se logró las competencias, capacidades, habilidades de los alumnos. En igual forma, se generó la adquisición de conocimientos en el que los

estudiantes reconocieron la importancia de una dieta equilibrada que incluya carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y la promoción de valores sobre las loncheras. Más aun, los educandos conocieron los tipos de alimentos y sus beneficios para la salud y sus beneficios, ello permitió la preferencia por los productos locales. Cabe señalar que el acompañamiento fue permanente con el fin de brindar apoyo, identificar los logros y dificultades de los estuantes. También se realizó la retroalimentación de manera oportuna y pertinente produciendo la reflexión y autoevaluación en el que los alumnos mostraron sus capacidades en identificar sus avances, fortalezas, debilidades establecieron las acciones de mejora.

Consecuentemente, la educación alimentaria busca estrategias que mejoren las conductas de estilos de vida saludable en los educandos (Fuentes & Estrada, 2023). Consecuentemente, la educación alimentaria busca estrategias que mejoren las conductas de estilos de vida saludable en los educandos (Aquino & Condori, 2023). Es fundamental que los centros educativos fomenten informaciones sobre la nutrición apoyándose de herramientas adecuados para las familias con miras de proporcionar lo necesario para mejorar la alimentación de sus hijos (Zapata, 2020). Cabe señalar, que, Mediante el proceso educativo realizado con los docentes y estudiantes de la Institución, se logra impactar a su vez, cada uno de los hogares, creando una cadena de aprendizaje que refuercen y mejoren las costumbres alimentarias, fomentando de esta manera una cultura basada en el autocuidado (Cardona & Daza, 2020). Por otro lado, las instituciones educativas aportan conocimientos elementales, que no bastan para generar cambios en la preparación y consumo de las loncheras por ende repercute negativamente en el rendimiento académico de los alumnos (Coronel, 2023).

En mención, al desarrollo de las sesiones proactivos se fomentó la practica y los estudiantes plasmaron todos los conocimientos adquiridos. Esta actividad es practico y experimental que permitió a los estudiantes que sean los principales actores del cambio en las loncheras escolares que favorezca su rendimiento académico. Motivados y creativos elaboraron loncheras bien compuestas considerando tipos de alimentos, porciones adecuadas y presentaciones atractivas. Asimismo, los estudiantes se desarrollieron con fluidez y seguridad al socializar

sus creaciones. También se empleó responsablemente los productos agrícolas y ganaderas de la comunidad, donde se tuvo en cuenta la información de sus beneficios.

En tal sentido las actividades proactivas permitieron a los estudiantes que sean capaces de conocer y jerarquizar los alimentos a consumir (Fuentes & Estrada, 2023). Las loncheras saludables son estimadas como los refrigerios, que deben ser variadas y presentables para que lo consuman sin ninguna dificultad (Ayala, 2020). La intervención educativa en la elaboración de loncheras surgió efecto, ya que se desarrolló de manera activa con la participación de las madres de familia (Rengifo, 2021). La implementación de ambientes lúdicos en las aulas permite generar nuevas expectativas sobre la alimentación saludable y divertida (Miranda & Ramírez, 2023) En contra parte, varios estudios dan a conocer las deficiencias en los aspectos formativos de los estudiantes para situar adecuadamente y minucioso al educando (Pastor, 2024).

Referente a la propuesta del diseño gráfico funcional permitió evaluar, diseñar, planificar y elaborar la lonchera escolar en la mejora del rendimiento académico. Asimismo, comprender el contexto de las necesidades, las propuestas y acciones de mejora. Además, permitió el desarrollo de sesiones de manera ordenada y efectiva para alcanzar los objetivos. En consecuencia, las actividades curriculares estaban afianzado a las diversas teorías y enfoques científicos que permiten su sostenibilidad. Los resultados positivos evidenciaron en la mejora del rendimiento académico de los estudiantes.

En ese sentido la formación educativa es una herramienta primordial para animar la práctica de una alimentación saludable; siempre y cuando se emplee métodos eficaces (Rodríguez, 2019). Asimismo, la educación en alimentación debe generar de desarrollo de diversas habilidades y estrategias de la educación, enfocados en la educación ambiental, delineados a facultar una cultura adecuada de consumo de los alimentos que favorezcan la salud y el bienestar (Espejo et al., 2022). Además, un conjunto de actividades de la enseñanza - aprendizaje realizada dio un entendimiento crítico y grupal, lo cual; comprende la promoción del bienestar integral (Ministerio de Educación del Perú, 2020).

V. CONCLUSIONES

Primero: La estimación de las loncheras permitió a que los estudiantes participen de manera crítica, reflexivo y asumiendo compromisos para la solución del problema.

Segundo: Se desarrollaron actividades curriculares en el que los estudiantes reconocieron y clasificaron los productos de su comunidad teniendo en cuenta su valor nutricional desarrollando diversas competencias para construir sus conocimientos.

Tercero: Se llevaron cabo actividades proactivas donde los estudiantes interactuaron entre pares intercambiando ideas, compartiendo sus saberes locales, seleccionando las informaciones relevantes a emplear en elaboración de las loncheras lo cual propició la mejora del rendimiento académico.

Cuarto: El desarrollo de las sesiones de aprendizaje con base al enfoque ambiental permitieron realizar actividades en el proceso educativo facultando el entendimiento crítico, reflexivo y cooperativo donde se generó la promoción del bienestar físico, emocional y mental. Asimismo, se tuvo la manifestación de la eficacia del trabajo que permitió la mejora de las loncheras escolares, lo cual prosperó las mejoras del rendimiento académico de los estudiantes

VI. RECOMENDACIONES:

Primero: Es primordial llevar a cabo una evaluación pertinente y permanente de las loncheras escolares. Esto certifica que tenga la composición y proporciones adecuadas que cubran las necesidades energéticas de los estudiantes para su rendimiento académico.

Segundo: Es necesario desarrollar sesiones de aprendizajes contextualizados que generen motivación e interés de los estudiantes para que construyan nuevos conocimientos.

Tercero: Es importante generar actividades experimentales de manera continua, enfocados a la curiosidad de los estudiantes y que generen cambios positivos en su vida cotidiana.

Cuarto: Es fundamental que los Comités de gestión escolar: gestión pedagógica, gestión de condiciones operativas y de gestión del bienestar escolar consideren y cumplan dentro de sus funciones las soluciones activas en favor de las loncheras escolares que contribuyan en la mejora de los aprendizajes.

REFERENCIAS

- Abarca C., Beteta Z., Marcelo F., & Mallqui, E. (2021). *Hábitos alimenticios y rendimiento académico en el área de Ciencia y Tecnología en la Institución Educativa Inicial 345 San Isidro, Hermilio Valdizán-Leoncio Prado 2019*. [Tesis de segunda especialidad, Universidad Nacional Hermilio Valdizan]. Repositorio de Unheval. <https://repositorio.unheval.edu.pe/handle/20.500.13080/7438>
- Al Día en Salud. (2023). Lonchera saludable. *Al Día en Salud*. <https://aldiaensalud.com/home/articulos/lonchera-saludable-articulo-123/>
- Apaza, A. (2021). *Alimentación y desempeño académico en estudiantes de educación superior Carrera de Ciencias de la Educación* [Tesis de maestría, Universidad Mayor de San Andrés] *Repositorio de umsa*: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/26842/TM418.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aquino, A., & Condori, Y. (2023). *Calidad de loncheras nutritivas y rendimiento académico preescolar de la niñez de 5 años edad de la Institución Educativa Inicial N° 840 del distrito de Azángaro, año 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad José Carlos Mariátegui]. Repositorio UJCM: <https://repositorio.ujcm.edu.pe/handle/20.500.12819/2032>
- Arévalo, D. (2022). *Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico de los niños de 4 a 5 años del CDI Mi Mundo de Colores, período lectivo 2020-2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana] Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana: <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22617>
- Ariza C. P., Rueda L. A. & Sardoth J. (2018). El rendimiento académico: una problemática compleja. *Red iberoamericana de Pedagogía*, 7, 137–141. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/527>
- Ayala, M. (2020). *Nivel de conocimiento sobre loncheras saludables en madres de preescolares en una I.E.I Privada y una I.E.I Pública-2019*. [Tesis de

licenciatura, Universidad Peruana los Andes]. Repositorio Upla:
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1923>

Banco Mundial. (2023). América Latina y el Caribe reitera su compromiso con el fortalecimiento y recuperación de los aprendizajes básicos. *Banco Mundial*.
<https://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2023/03/22/america-latina-y-el-caribe-reitera-su-compromiso-con-el-fortalecimiento-y-recuperacion-de-los-aprendizajes-basicos>

Bravo-Osorio, F., León, O., Castiblanco, A., Castañeda, H., Centeno, B., Merino, C., Rojas, E., Lobos, J. P., Abello, D., Gutiérrez y Restrepo, E., Villanueva, A., & Rocha, R., (2018). *Fenómeno de Bajo Rendimiento Académico*. Proyecto ACACIA. Disponible en: <https://acacia.red/udfjc/>

Cadavid, A. & Giraldo, J. (2021). *Factores indicadores del rendimiento académico en estudiantes de la facultad de odontología universidad de Cartagena*. [Proyecto, Universidad Cartagena] Repositorio Uc:
<https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/15915/Informe%20final.%20de%20Factores%20asociados%20en%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico%20en%20estudiantes%20de%20odontolog%C3%ADa%20de.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Cardona, J., & Daza, L. (2020). *Implementación de hora educativa en nutrición a través de mediadores educativos, diseñados por grado escolar, en el currículo de ciencias naturales de la institución educativa Santo Tomás de Aquino del municipio de Guarne – Antioquia*.
[Uhttps://repositorio.uco.edu.co/bitstream/20.500.13064/947/1/Articulo%20de%20revisi%C3%B3n%20documental.pdf](https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/20.500.13064/947/1/Articulo%20de%20revisi%C3%B3n%20documental.pdf)

Cabellero, I. (2020). Diseño de planificación de una sesión de aprendizaje en educación virtual, a partir de experiencias en una Institución educativa estatal. *Diagnostico educativo*. Obtenido de
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/diagnostico/article/view/1060>

- Coronel, L. (2023). *Conocimiento de las madres sobre loncheras saludables y estado nutricional de los niños preescolares caserío Colpa Tuapampa Chota 2021*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Chota. Repositorio: <https://repositorio.unach.edu.pe/handle/20.500.14142/394>
- Casasola, W. (2020). El papel de la didáctica en los procesos de enseñanza y aprendizaje universitarios. *SciELO, Vol. 29 n.1 Cartago*. <http://dx.doi.org/10.18845/rc.v29i1-2020.5258>
- De La Cruz, E. (2020). Referentes conceptuales para el abordaje de la salud y la educación alimentaria y nutricional en la escuela. *Revista de Comunicación y Salud, 10(1)*, 1–17. [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(1\).1-17](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(1).1-17)
- Espejo J. P., Tumani M. F., Aguirre C., Sanchez J., & Parada A. (2022). Educación alimentaria nutricional: Estrategias para mejorar la adherencia al plan dietoterapéutico. *Revista chilena de nutrición, vol.49 no.3 Santiago*. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182022000300391>
- Fuentes, S., & Estrada, B. (2023). Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. *Universidad de Costa Rica*. <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>
- García, E., & Juño, R. (2020). *La alimentación y el rendimiento académico de los estudiantes del 5º grado en una Institución Educativa en el Área Curricular de Historia, Geografía y Economía*. [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio Unh: <https://repositorio.unh.edu.pe/items/fe370eef-dff5-4f36-a591-7250e2901fca>
- Hernández, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Hinojosa, F. (2020). *Programa Nacional de Alimentación Escolar Qali Warma*. Congreso de la República del Perú. https://www.congreso.gob.pe/Docs/comisiones2020/InclusionSocialDiscapacidad/files/presentaciones_ppt/qaliwarma.pdf

- Ibarra J., Hernandez C. M., & Vall- Llovera C. V. (2019). Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile. *Rev Esp Nutr Hum Diet*, 23(4), 292–301. <https://doi.org/10.14306/renhyd.23.4.804>
- Instituto Nacional de Salud. (2024). ¡De vuelta al colegio! Conoce aquí cómo elaborar loncheras saludables - Noticias - Instituto Nacional de Salud - *Plataforma del Estado Peruano. Instituto Nacional de Salud.* <https://www.gob.pe/institucion/ins/noticias/918019-de-vuelta-al-colegio-conoce-aqui-como-elaborar-loncheras-saludables>
- Junta de Castilla y León. (s/f). Información para comer bien y llevar una dieta equilibrada | Ciudadanos. *Recuperado el 1 de mayo de 2024*, de <https://www.saludcastillayleon.es/es/salud-estilos-vida/alimentacion-saludable/informacion-comer-bien-llevar-dieta-equilibrada>
- Marcelo, B. (2022). Estrategias metodológicas en la educación ambiental. Estudio de caso de un docente de ciencias naturales de una institución educativa pública. *Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)*, 31. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/educacion/article/view/25027/23742>
- Ministerio de Educación del Perú. (2016). Currículo nacional de la educación básica. <https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Ministerio de Educación del Perú. (2020a). *Guía de orientaciones para la aplicación del enfoque ambiental.* www.minedu.gob.pe
- Ministerio de Educación del Perú. (2020b). *Guía de orientaciones para la aplicación del enfoque ambiental.* www.minedu.gob.pe
- Ministerio de Salud del Perú. (2022). Minsa: Lonchera escolar saludable contribuye a un buen rendimiento físico e intelectual del niño en tiempos de pandemia - Noticias - Ministerio de Salud - *Plataforma del Estado Peruano.* <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/587530-minsa-lonchera-escolar-saludable-contribuye-a-un-buen-rendimiento-fisico-e-intelectual-del-nino-en-tiempos-de-pandemia>

- Miranda, F., & Ramírez, S. (2023). *Perfil nutricional de alimentos contenidos en la lonchera escolar y obesidad en escolares del nivel primaria de una institución educativa pública de Ica*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola] Repositorio Usil:
<https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/08738a39-3020-4be8-8efb-64757497b119>
- Molina, C. (2019). *La comprensión lectora y el rendimiento escolar*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, 9, 121–131.
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/900>
- Morales, S. M., & Flores, R. H. (2019). *Relación de la calidad de alimentación y rendimiento escolar de estudiantes del nivel secundario que realizan jornada escolar completa*. [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Unas:
<https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9cf05ee4-97d7-4862-8dd7-c9cfd6331c61/content>
- Novoa, M., & Sandoval, M.-. (2023). *Estrategias para fortalecer el pensamiento crítico en estudiantes de educación superior*. Un estudio de revisión. *Prohominum*, 5, 134–147.
<https://acvenisproh.com/revistas/index.php/prohominum/article/view/664/1516>
- Ordoñez, M. (2022). *Estado nutricional y el rendimiento académico de las niñas y niños en etapa escolar*. Una revisión sistemática. [Universidad Católica de Cuenca] <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/0f97e525-de0b-43ea-b85c-f420aba35c4b>
- Ortiz A. S., Vázquez V., & Montes M. (2005). La alimentación en México: enfoques y visión a futuro. *Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*, 13, 7–34. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41702501>
- Osorio L. A., Vidanovic A., & Finol M. (2021). Elementos del proceso de enseñanza – aprendizaje y su interacción en el ámbito educativo, *Revista Qualitas*, 23(23), 001 – 011. - 011. <https://doi.org/10.55867/qual23.01>

- Pastor, E. (2024). Hábitos saludables en estudiantes del nivel primario en Perú: revisión descriptiva literal. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 14(28). <https://doi.org/10.23913/ride.v14i28.1869>
- Picon G. A., Rodríguez N., & Oliveira A. (2021). Prácticas de evaluación en entornos virtuales de aprendizaje durante la pandemia COVID-19 y el regreso a la presencialidad. *SciELO Preprints, Saeta universitaria*. v10i2.281. <https://doi.org/10.56067/saetauniversitaria.v10i2.281>
- Rengifo, M. (2021). *Lonchera nutritiva y su relación con el rendimiento escolar de los niños y niñas de 4 años del nivel inicial en la Institución educativa N°804, distrito de Trompeteros, Loreto, año 2021* [Tesis de Pregrado. Universidad Alas Peruanas]. <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/11149>
- Ríos, R. (2023). Teorías del aprendizaje, autores, características. *Escuela de Profesores del Perú*. <https://epperu.org/teorias-del-aprendizaje/>
- Romero, M., & Peña, F. (2023). *Loncheras saludables y su relación con el rendimiento escolar en niños del nivel inicial de la institución educativa integrada N° 15 - 20347 – Santa María – Huaura*. [Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión]. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3440101>
- Tarqui, C., & Álvarez, D. (2018). Prevalencia de uso de loncheras saludables en escolares peruanos del nivel primario. *Rev. Salud Pública*, 20(3), 319–325. <https://doi.org/10.15446/rsap.V20n3.60879>
- UNESCO. (2021). Desafíos de la educación superior frente a la pandemia de Covid-19 en América Latina y el Caribe. *Revista educación superior y sociedad: nueva época*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000380660>
- Villanueva, S. (2019). *Conocimientos de los maestros de Instituciones Educativas sobre loncheras saludables y su relación con la calidad nutricional de la lonchera escolar, Lince – 2018*. [Universidad Nacional Federico Villarreal]. <https://repositorio.unfv.edu.pe/browse?type=subject&value=maestros>

Zambrano, O., & López, V. (2023). Aspectos teóricos que fortalecen el aprendizaje colaborativo. *Dominio De Las Ciencias*, 9, 1518–1535.
<https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3511>

Zapata, V. (2020). *Loncheras saludables en los niños y niñas del nivel inicial*. Universidad Nacional de Tumbes.
http://repositorio.untumbes.edu.pe/browse?rpp=20&offset=2863&etal=-1&sort_by=1&type=title&starts_with=Q&order=ASC

ANEXOS

Anexo 1: Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LA LONCHERA ESCOLAR EN LA MEJORA DEL RENDIMIENTO ACADEMICO

Información: Se está desarrollando una evaluación a las loncheras escolares en la mejora del rendimiento académico de estudiantes de secundaria de una I.E de Oyón, 2022

Por consiguiente, se requiere su apoyo en responder el siguiente cuestionario

1. ¿Con qué frecuencia traes lonchera?
 - a) Todos los días
 - b) Dos veces a la semana
 - c) Nunca porque no tengo hambre
2. ¿Cuál es la finalidad de la lonchera?
 - a) Llenar el estomago
 - b) Que brinde las energías necesarias para realizar actividades académicas
 - c) Permite consumir los alimentos que más le agradan
3. ¿Alguna vez has incluido en tu lonchera productos envasados?
 - a) Si
 - b) A veces
 - c) Nunca
4. ¿Qué alimentos están presente en tu lonchera? (marca todo los que corresponda)
 - fruta
 - verduras
 - proteínas (carne pollo, trucha, huevo)
 - lácteos (leche, yogurt, queso)
 - cancha, trigo, quinua, kiwicha
 - agua
 - otros (especificar)
5. ¿Disfrutas de los alimentos incluidos en tu lonchera?
 - a) Si
 - b) No

- c) En partes (especifica tus preferencias)
6. ¿Crees que tu lonchera te ofrece la variedad de alimentos durante la semana?
- a) Si
 - b) No
 - c) En parte (especifica la falta de variedad)
7. ¿Conoces los tipos que debe contener tu lonchera?
- a) Si
 - b) A veces
 - c) No
8. ¿Crees que una lonchera podría contribuir a tu salud?
- a) Si
 - b) No
 - c) En una parte (especifica)
9. ¿Has pensado que si consumes una buena lonchera mejorara tu rendimiento académico?
- a) Si
 - b) Podría ser
 - c) No
10. ¿Tu mama o algún miembro de tu familia te prepara la lonchera?
- a) Si
 - b) No
 - c) En una parte (especifica)

Anexo 2: Sesión de Aprendizaje “Explicamos como las células obtienen energía de los alimentos”

SESION DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS:

1.1. **ÁREA:** CIENCIA Y TECNOLOGIA
 1.2. **GRADO:**
 1.3. **DOCENTE:** SERNA POZO, Sorayda Venigna
 1.4. **TIEMPO:** 90 Min

TITULO DE A SESION	EXPLICAMOS CÓMO LAS CÉLULAS OBTIENEN ENERGÍA DE LOS ALIMENTOS
---------------------------	--

1. PROPOSITOS DE LA SESION

COMPETENCIA/CAPACIDADES	DESEMPEÑO	Evidencia de aprendizaje	INSTRUMENTO DE EVALUACION
<p>Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo. Comprende y usa conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo.</p>	Explica cualitativa y cuantitativamente que las sustancias se generan al formarse o romperse enlaces entre átomos, que absorben o liberan energía conservando su masa. Evalúa las implicancias ambientales y sociales del uso de las sustancias inorgánicas.	Elaboran mapa conceptual sobre como las células obtienen energía de los alimentos	LISTA DE COTEJO
COMPETENCIAS TRASNSVERSALES	DESEMPENO	INSTRUMENTOS	
Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC. Interactúa en entornos virtuales	Participa en actividades interactivas y comunicativas de manera pertinente en el acompañamiento y realización de actividades académicas	Uso de las páginas de web	
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma. - Define metas de aprendizaje. Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje	Establece su meta de aprendizaje para resolver el reto que le plantea la situación considerando sus potencialidades y limitaciones. Organiza sus actividades para alcanzar su meta de aprendizaje en el tiempo previsto. -Toma en cuenta las recomendaciones de su docente para realizar los ajustes y mejorar su propuesta de acciones	Ficha de autoevaluación	
Enfoque transversal	VALORES	ACTITUDES	
Enfoque búsqueda del bien común	solidaridad	Los estudiantes evidencian mediante sus acciones una disposición a valorar y proteger la salud de los miembros de su comunidad y a desarrollar iniciativas para promover hábitos saludables.	

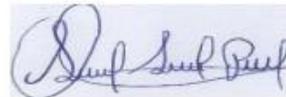
2. PREPARACIÓN DE LA SESIÓN.

MOMENTOS de SESION	ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS	T
INICIO	<ul style="list-style-type: none"> • La docente saluda y da la bienvenida a los estudiantes en su lengua originaria • La docente brinda el soporte socioemocional. • La docente orienta a realizar la pausa activa: KURKUNTSIKTA KUYUTSISHUN • la docente presenta el: <div style="display: flex; align-items: center; margin: 10px 0;">  <div style="border: 2px solid #0056b3; border-radius: 15px; background-color: #fce4d6; padding: 10px; margin-left: 10px; flex-grow: 1;"> <p style="text-align: center;">Propósito de la sesión: nos informamos y explicamos de como las células obtienen las energías de los alimentos para cumplir con sus funciones vitales para mejorar la salud personal y familiar</p> </div> </div> • La docente invita a los estudiantes a proponer los acuerdos de convivencia que les permitan realizar un trabajo colaborativo durante la sesión y lo va escribiendo en la pizarra • La docente da a conocer los criterios de evaluación con lo que será evaluado las evidencias de aprendizaje <p>COMPETENCIA: Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo.</p> <div style="background-color: #d4edda; border: 1px solid #c3e6cb; border-radius: 10px; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>CRITERIOS DE EVALUACION:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explica con base en conocimientos científicos, como se transforman los alimentos y se obtiene la energía necesaria para realizar las funciones vitales del ser humanos. • Selecciona informaciones relevantes para elaborar el mapa conceptual sobre la transformación de los alimentos y se obtienen la energía necesaria para contribuir en las funciones del organismo </div> <ul style="list-style-type: none"> • La docente plantea las siguientes preguntas: ¿Por qué es importante alimentarse adecuadamente?, ¿Qué alimentos tenemos en nuestra comunidad?, ¿Cómo podemos aprovecharlos para nuestra alimentación adecuada?, ¿Cómo es posible que los alimentos se conviertan en nutrientes? 	10min

DESARROLLO	<p>La docente informa a los estudiantes que todas las actividades que se realicen les permitirá lograr los propósitos y plantea las siguientes actividades:</p> <p>ACTIVIDAD N°1 conocemos la célula y sus partes</p> <p>Respondemos</p> <p>¿Cuál es la función de las células?, ¿Cuáles son sus partes?, ¿Cuál es la función de las células en la transformación de los nutrientes?</p> <p>ACTIVIDAD N°2 investigamos</p> <p>Leemos el texto: "un proceso exitoso de la obtención de energía"</p> <p>Elaboramos un mapa conceptual sobre las transformaciones que tiene la glucosa dentro de la célula para obtener exitosamente la energía visual de tu preferencia.</p> <p>ACTIVIDAD N°3 Explicamos a partir de las informaciones recopiladas</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th style="background-color: #4a86e8; color: white;">PREGUNTAS</th> <th style="background-color: #4a86e8; color: white;">EXPLICAMOS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>¿Por qué decimos que la respiración celular es un proceso exitoso para obtener energía?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Por qué los carbohidratos que contienen almidón son buen alimento y nuestra dieta diaria debe contener?</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>La docente promueve que los estudiantes se autoevalúen con los siguientes criterios:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th style="background-color: #92d050;">Criterios de evaluación</th> <th style="background-color: #92d050;">Logré</th> <th style="background-color: #92d050;">Estoy en proceso de lograrlo</th> <th style="background-color: #92d050;">¿Qué puedo hacer para mejorar mis aprendizajes?</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Explique con base en conocimientos científicos, como se transforman los alimentos y se obtiene la energía necesaria para realizar las funciones vitales del ser humano.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Selecciona informaciones relevantes para elaborar el mapa conceptual sobre la transformación de los alimentos y se obtienen la energía necesaria para contribuir en las funciones del organismo</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	PREGUNTAS	EXPLICAMOS	¿Por qué decimos que la respiración celular es un proceso exitoso para obtener energía?		¿Por qué los carbohidratos que contienen almidón son buen alimento y nuestra dieta diaria debe contener?		Criterios de evaluación	Logré	Estoy en proceso de lograrlo	¿Qué puedo hacer para mejorar mis aprendizajes?	Explique con base en conocimientos científicos, como se transforman los alimentos y se obtiene la energía necesaria para realizar las funciones vitales del ser humano.				Selecciona informaciones relevantes para elaborar el mapa conceptual sobre la transformación de los alimentos y se obtienen la energía necesaria para contribuir en las funciones del organismo				70 min.
	PREGUNTAS	EXPLICAMOS																		
	¿Por qué decimos que la respiración celular es un proceso exitoso para obtener energía?																			
¿Por qué los carbohidratos que contienen almidón son buen alimento y nuestra dieta diaria debe contener?																				
Criterios de evaluación	Logré	Estoy en proceso de lograrlo	¿Qué puedo hacer para mejorar mis aprendizajes?																	
Explique con base en conocimientos científicos, como se transforman los alimentos y se obtiene la energía necesaria para realizar las funciones vitales del ser humano.																				
Selecciona informaciones relevantes para elaborar el mapa conceptual sobre la transformación de los alimentos y se obtienen la energía necesaria para contribuir en las funciones del organismo																				
CIERR	<p>• Los estudiantes reflexionan sobre la actividad realizadas a partir de una ficha de autoevaluación que le proporcionará la docente con las siguientes preguntas:</p> <p>- ¿Qué aprendí? - ¿Cómo lo aprendí? – ¿Dónde tuve dificultades? – ¿Dónde aplicare lo aprendido?</p>	10min																		

MATERIAS:

- ❖ Tv
- ❖ Celular
- ❖ Tableta
- ❖ Cuadernos
- ❖ Lapiceros



Docente: SERNA POZO, Sorayda

Anexo 3: Diseñamos nuestra lonchera escolar nutritiva

SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS:

I.E		CICLO	VI	FORMA DE ATENCIÓN	PRESENCIAL
ÁREA:	Ciencia y tecnología	GRADO:		TIEMPO	2 horas
DOCENTE:	SERNA POZO, Sorayda Venigna			FECHA:	

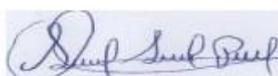
II. TÍTULO DE LA SESIÓN: DISEÑAMOS NUESTRA LOCHERA NUTRITIVA PARA MEJORAR NUESTROS APRENDIZAJES

III. ORGANIZACIÓN DE LA SESIÓN Y VALORACIÓN DE EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE:

Competencia y capacidades	Desempeños precisados	Evidencia de aprendizaje	Inst. de evaluación
Diseña y construye soluciones tecnológicas para resolver problemas de su entorno. Diseña la alternativa de solución tecnológica	Representa gráficamente su alternativa de solución con dibujos estructurados y textos, describiendo sus partes o etapas, la secuencia de pasos y características de forma, estructura y función de la misma. Justifica la selección de los materiales por sus características físicas y químicas, y herramientas por su funcionamiento, incluye los recursos a utilizar, posibles costos y establece un cronograma de trabajo	Cuaderno de campo	Lista de cotejo
COMPETENCIAS TRANSVERSALES			
Se desenvuelve en los entornos virtuales generados por las TIC. Interactúa en entornos virtuales	Participa en actividades interactivas y comunicativas de manera pertinente en el acompañamiento y realización de actividades académicas		uso de la tableta
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma. - Define metas de aprendizaje. Organiza acciones estratégicas para alcanzar sus metas de aprendizaje	- Establece su meta de aprendizaje para resolver el reto que le plantea la situación considerando sus potencialidades y limitaciones. - Organiza sus actividades para alcanzar su meta de aprendizaje en el tiempo previsto. -Toma en cuenta las recomendaciones de su docente para realizar los ajustes y mejorar su propuesta de acciones		ficha de autoevaluación
Enfoques transversal	Valores	Actitud observable	
Enfoque orientación al bien común	Responsabilidad	Los estudiantes reconocen que pueden generar acciones diversas para que ellos, su familia y su comunidad adopten medidas en favor de su bienestar en estas fiestas navideñas	

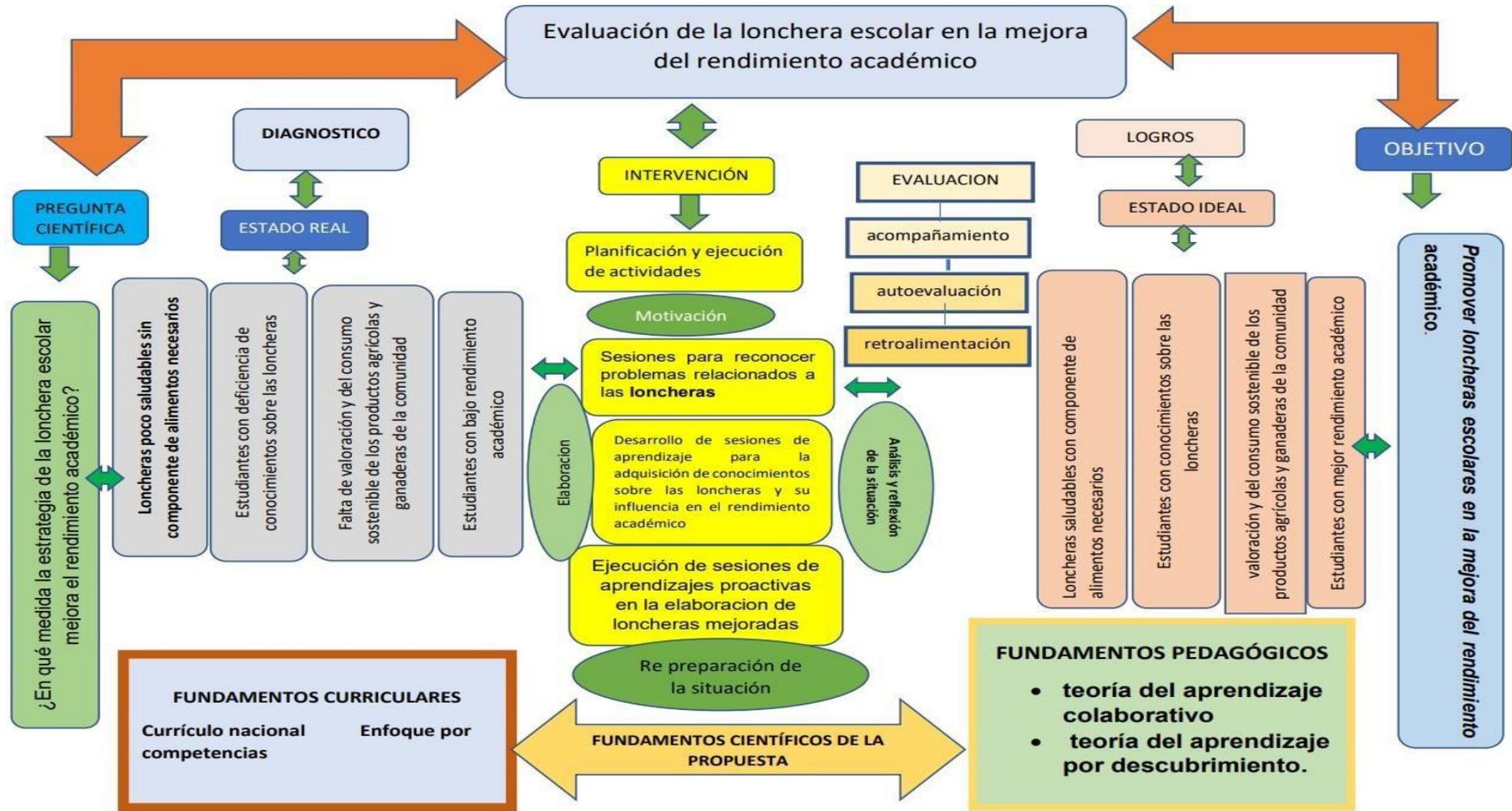
IV. MOMENTOS DE LA SESIÓN :

SECUCENCIA DIDÁCTICA				
Momentos	Secuencia Metodológica		Recursos	Tiempo
Inicio	<p>Se inicia la sesión, saludando cordialmente a los estudiantes y brindando el soporte socioemocional.</p> <p>La docente presenta imágenes de loncheras encontradas en la comunidad educativa</p> <p>¿Saberes previos?:</p> <p>¿Qué observan?</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué problemas identificamos en las situaciones presentadas? ¿Cómo nos afectan? ¿Cómo podemos solucionar ese problema? <p>Propósito de la sesión: HOY DISEÑAMOS DISEÑAREMOS NUESTRA LOCHERA NUTRITIVA RECOPILANDO INFORMACIONES DE DIVERSAS FUENTES PARA MEJORAR NUESTROS APRENDIZAJES</p> <p>La docente genera a que los estudiantes planteen los acuerdos de convivencia que le permita un clima favorable de interacción y de aprendizajes</p> <p>La docente y los estudiantes reflexionan sobre los criterios de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> Representa gráficamente su alternativa de solución con dibujos estructurados y textos, describiendo sus partes o etapas, la secuencia de pasos y características de forma, estructura y función de la misma. Justifica la selección de los materiales por sus características físicas y químicas, y herramientas por su funcionamiento, incluye los recursos a utilizar, posibles costos y establece un cronograma de trabajo 		Palabra hablada	15
	Proceso/ Desarrollo	<p>✓ La docente informa sobre las actividades a realizar para lograr los propósitos de aprendizajes.</p> <p>ACTIVIDAD 1 NOS INFORMAMOS:</p> <p>los estudiantes buscan información sobre los alimentos nutritivos haciendo uso de las TCS</p> <p>La docente proporciona lectura sobre la pirámide de la alimentación saludable</p> <p>La docente proyecta un video sobre los nutrientes</p> <p>Reflexionamos :</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué haremos? ¿Cómo utilizaremos las informaciones adquiridas? ¿Cómo será nuestra lonchera a elaborar? ¿Qué insumos usaremos en la elaboración de nuestra lonchera? ¿Qué funciones cumplan? ¿Cuáles son sus características físicas y químicas? ¿Cuáles son los costos nuestra lonchera nutritiva? ¿Cuándo haremos la implementación de nuestra lonchera nutritiva? 		
Cierre	EVALUACIÓN	Conclusiones	Presentan conclusiones en un informe científico.	Texto escrito
		Metacognición	¿Qué aprendimos hoy? ¿Cómo lo hicimos?	
		Formativa y/o Sumativa	Se evaluará el logro de los aprendizajes valorando la evidencia	Lista de cotejo



SERNA POZO, Sorayda

Anexo 4: Diseño gráfico funcional de la propuesta



Anexo 5: Otros

Los tubérculos y cereales andinos



Alimentos elaborados a base de los productos andinos

