

Bianca Elizabeth Vargas Martínez

“Habilitación de área del comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso”

Asesor: Lic. Marvin Leonidas Medina Junique



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

Centro Universitario de El Progreso

Departamento de Pedagogía

Guastatoya, noviembre 2020

Este informe es presentado por la autora, como trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado EPS-, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y administración educativa.

Guatemala, noviembre 2020

## Índice

Resumen .....	i
Introducción.....	ii
CAPITULO I .....	1
1.Diagnóstico .....	1
1.1    Análisis comunitario .....	1
1.1.1    Aspecto geográfico .....	1
1.1.2    Aspecto social.....	4
1.1.3    Aspecto histórico .....	5
1.1.4    Aspecto económico.....	8
1.1.5    Aspecto político .....	8
1.1.6    Aspecto filosófico.....	9
1.1.7    Competitividad .....	9
1.1.8    FODA .....	9
1.1.9    Lista de carencia de la comunidad Colonia Nueva Vida .....	11
1.2    Análisis institucional.....	11
1.2.1    Nombre de la institución .....	11
1.2.2    Tipo de institución .....	11
1.2.3    Localización geográfica .....	11
1.2.4    Croquis.....	13
1.2.5    Visión.....	14
1.2.6    Misión.....	14
1.2.7    Objetivo general.....	14
1.2.8    Valores.....	14
1.2.9    Organigrama .....	15
1.2.9    Recursos institucionales.....	16
1.2.9.1    Recurso humano .....	16
1.2.10    Desarrollo histórico .....	16
1.2.11    Los usuarios .....	18
1.2.12    Infraestructura .....	19
1.2.13    Proyección social .....	22

1.2.14	Finanzas .....	23
1.2.15	Política laboral.....	23
1.2.16	Administración .....	23
1.2.17	Ambiente institucional.....	23
1.2.18	Listado de carencias/deficiencias/fallas .....	24
1.2.19	Problematización .....	25
1.2.20	Matriz de priorización.....	29
1.2.21	Análisis de viabilidad y factibilidad .....	32
1.2.23	Estudio de factibilidad .....	33
1.2.24	Problema seleccionado .....	34
1.2.25	Hipótesis acción.....	35
1.2.26	Solución propuesta como viable y factible.....	35
Capítulo II	.....	36
2.	Fundamentación teórica .....	36
2.1.	Práctica de hábitos saludables.....	36
2.1.1.	¿Qué son hábitos? .....	36
2.1.2	¿Qué es práctica de hábitos? .....	36
2.1.3.	¿Qué son hábitos saludables? .....	37
2.1.4.	Alimentación saludable .....	38
2.1.5.	Características de los espacios saludables .....	38
2.1.6.	Higiene y cuidado de los espacios saludables .....	39
2.1.7.	Escuela saludable .....	40
2.1.8.	Espacio saludable.....	40
2.2.	Consumo de alimentos .....	41
2.2.1.	Alimento .....	41
2.2.2.	Clasificación de los alimentos .....	41
2.2.3.	Importancia de los alimentos .....	42
2.2.4.	Alimentación saludable .....	43
2.2.5.	Cantidad de nutrientes en los alimentos .....	43
2.2.6.	Adquisición de hábitos alimenticios.....	44
2.2.7.	Valor nutritivo y saludable que necesitan los niños .....	44

2.2.8. Los nutrientes que necesita el cuerpo .....	45
2.2.8.1. Las proteínas y su función.....	45
2.2.8.2 Los carbohidratos y su función.....	46
2.2.8.3. Las grasas y su función.....	46
2.2.8.4. Las vitaminas y su función.....	47
2.2.8.5. Los minerales y su función.....	47
2.2.8.6. El agua y su función .....	48
2.3. Trastornos ocasionados por la alimentación inadecuada .....	48
2.3.1. La desnutrición .....	48
2.3.1.1. Causas de la desnutrición .....	50
2.3.1.2. Consecuencias de la desnutrición.....	50
2.3.2. El sobrepeso y obesidad .....	51
2.3.2.1. Causas del sobrepeso y la obesidad .....	52
2.3.2.2. Consecuencias del sobrepeso y la obesidad .....	52
2.4. Fundamentación legal .....	53
2.4.1. Constitución de la República de Guatemala de fecha 31 de mayo de 1985 .....	53
2.2.2 Ley Nacional de Educación Decreto Legislativo No. 12-91.....	54
2.4.3 Ley de Alimentación Escolar Decreto Número 16-2017 .....	54
2.4.4 Acuerdo Gubernativo No. 183-2018. Reglamento de la Alimentación Escolar .....	55
2.4.5 Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional.....	57
Capítulo III.....	58
3. Plan de acción.....	58
3.1 Identificación .....	58
3.2 Título .....	58
3.3. Problema .....	58
3.4 Hipótesis-acción.....	58
3.5 Ubicación geográfica .....	58
3.6 Justificación .....	59
3.7 Objetivos .....	59
3.8 Metas.....	60
3.9 Beneficiarios .....	60

3.10 Actividades.....	60
3.11 Técnicas metodológicas .....	61
3.12 Tiempo de realización.....	61
3.13 Responsables .....	64
3.14 Recursos .....	64
3.15 Presupuesto .....	65
3.16 Evaluación.....	67
Capítulo IV .....	69
4. Sistematización .....	69
4.1. Ejecución del proyecto.....	69
4.2. Sistematización .....	73
4.3. Productos y logros.....	75
4.4. Presentación de datos de cuestionario aplicado a padres de familia de la Escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.	120
Capítulo V.....	145
5. Evaluación del proceso .....	145
5.1. Diagnóstico .....	145
5.2 Fundamentación teórica .....	146
5.4. Sistematización .....	148
5.5 Información final del EPS.....	149
Conclusiones .....	150
Plan de sostenibilidad .....	151
Referencias .....	156
Apéndices .....	158
Apéndice A: Plan de Diagnóstico .....	159
Apéndice B: Lista de Cotejo para obtener información del centro educativo .....	168
Apéndice D: Matriz de FODA.....	176
Apéndice E: Fotografías del centro educativo .....	178
Apéndice F: Vertebración de los temas de la fundamentación teórica.....	179
Apéndice G: Matriz del plan de acción .....	180
Apéndice H: Matriz del modelo pedagógico .....	183

Apéndice I: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora y padres de familia .....	184
Apéndice J: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora, docentes y padres de familia .....	185
Apéndice K: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora, docentes y padres de familia .....	186
Apéndice L: Agenda de la entrega y presentación del proyecto. ....	187
Apéndice M: Listado de las personas que ayudaron a realizar el proyecto .....	188
Apéndice N: Fotografías del proyecto .....	189
Apéndice O: Fotografías de las sesiones de aprendizaje .....	192
Apéndice P: Solicitud para realizar el proyecto .....	195
Apéndice P: Solicitud a Licenciado para trasladar las mesas .....	196
Apéndice Q: Cuestionario dirigido a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida municipio Guastatoya, departamento de El Progreso .....	197
Apéndice R: Fotografías del cuestionario pasado a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso .....	203
Anexos .....	204
Anexo A: Solicitud de asignación de institución para el EPS .....	205
Anexo B: Solicitud de aceptación por parte de la institución.....	206
Anexo C: Acta de entrega y presentación del proyecto.....	207
Anexo D: Listado de alumnos de la escuela Oficial de Párvulos Colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. ....	209
Anexo E: Recibo de pago de la colocación de galera en la escuela Oficial de Párvulos, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. ....	215
Anexo F: Recibo de pago por la colocación del piedrín en la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. ....	216
Anexo G: Recibo de pago por el material didáctico para la escuela Oficial de Párvulos, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. ....	217

## Índice de figuras

Figura 1 Google.(Mapa de Guastatoya El Progreso en Google Maps). .....	1
Figura 2 Google.(Mapa de la comunidad colonia Nueva Vida, Guastatoya El Progreso en Google Maps). .....	2
Figura 3 Google.(Mapa de Escuela Oficial de Parvulos de Guastatoya El Progreso en Google Maps). .....	12
Figura 4 Escuela Oficial de Parvulos barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	13
Figura 5 Organigrama escuela Oficial de Párvulos. ....	15
Figura 6 Gráfica sobre la frecuencia de ingerir frutas en casa. ....	120
Figura 7 Datos sobre capacitaciones para mantener una buena salud.. ....	121
Figura 8 Gráfica sobre ingerir ensaladas en casa.....	122
Figura 9 Datos sobre la frecuencia de consumir verduras cocidas. ....	123
Figura 10 Gráficas sobre la frecuencia de ingerir jugos naturales.....	124
Figura 11 Datos sobre la frecuencia de llevar frutas a la escuela.. ....	125
Figura 12 Datos sobre el consumo de grupos de alimentos.....	126
Figura 13 Datos sobre el consumo de carbohidratos. ....	127
Figura 14 Datos sobre el consumo de proteínas. ....	128
Figura 15 Datos sobre el consumo de ingerir lácteos. ....	129
Figura 16 Datos sobre los hábitos alimenticios. ....	130
Figura 17 Datos sobre la frecuencia de consumir legumbres y frutos secos. ....	131
Figura 18 Datos sobre la frecuencia de comer saludable. ....	132
Figura 19 . Datos consumir frutas y verduras.....	133
Figura 20 Datos consumir frutas y verduras.....	134
Figura 21 Datos del consumo de frutas.. ....	135
Figura 22 Datos sobre la importancia de fortalecer los hábitos alimenticios.. ....	136
Figura 23 Datos sobre el consumo de ingerir verduras cocidas.. ....	137
Figura 24 Datos sobre el consumo jugos naturales.. ....	138
Figura 25 Datos sobre el consumo de alimentos que brindan energía.. ....	139
Figura 26 Datos sobre el consumo de alimentos que ayudan al crecimiento.. ....	140
Figura 27 Datos sobre alimentos que proporciona a sus hijos.....	141

Figura 28 Datos sobre los alimentos que consumió su hijo.....	142
Figura 29 Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.....	143
Figura 30 Entrega y presentación de la guía sobre fortalecimientos de hábitos alimenticios a los docentes de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	144
Figura 31 Imágenes donde se realizó el proyecto del comedor escolar para los niños de pre primaria de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida Guastatoya, El Progreso.	178
Figura 32 Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.....	189
Figura 33 Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.....	190
Figura 34 Entrega y presentación de la guía sobre fortalecimientos de hábitos alimenticios a los docentes de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	191
Figura 35 Sesión de aprendizaje sobre fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños a los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	192
Figura 36 Sesión de aprendizaje sobre alimentación y nutrición necesaria para una buena salud, a los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.	193
Figura 37 Sesión de aprendizaje sobre Conocimientos básicos en alimentación y nutrición, a los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.	194
Figura 38 Entrega del cuestionario dirigido a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	203

## Índice de tablas

Tabla 1 Descripción de la comunidad. ....	4
Tabla 2 Aspecto económico. ....	8
Tabla 3 FODA colonia nueva vida .....	9
Tabla 4 Estadística actual de la población estudiantil. ....	18
Tabla 5 Infraestructura. ....	19
Tabla 6 Materiales de las aulas .....	20
Tabla 7 Servicios básicos.....	22
Tabla 8 Problematización a partir de carencia .....	25
Tabla 9 Problematización a partir de carencias .....	29
Tabla 10 Problema/Hipótesis-acción.....	32
Tabla 11 Análisis de viabilidad y factibilidad. ....	32
Tabla 12 Cronograma .....	61
Tabla 13 Presupuesto .....	65
Tabla 14 Cronograma de actividades planeadas y ejecutadas en la escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida. ....	70
Tabla 15 Productos y logros del -EPS-, efectuados en la escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso. ....	75
Tabla 16 Frecuencia que tienen los niños de ingerir frutas en casa. ....	120
Tabla 17 Participación en algunas capacitaciones. ....	121
Tabla 18 Frecuencia de ingerir ensaladas en casa. ....	122
Tabla 19 Frecuencia de ingerir verduras cocidas en casa. ....	123
Tabla 20 Frecuencia de ingerir jugos naturales en casa. ....	124
Tabla 21 Su hijo con qué frecuencia lleva fruta a la escuela. ....	125
Tabla 22 Alimentos nutritivos que ingiere su hijo encasa. ....	126
Tabla 23 Frecuencia de ingerir carbohidratos en casa. ....	127
Tabla 24 Frecuencia de ingerir proteínas en casa. ....	128
Tabla 25 Frecuencia de ingerir lácteos en casa. ....	129
Tabla 26 Hábitos alimenticios que se practican en casa. ....	130
Tabla 27 Frecuencia de ingerir legumbres y frutos secos en casa. ....	131
Tabla 28 Importancia de comer saludable. ....	131

Tabla 29 Clases de frutas y verduras que ingieren los niños en casa. ....	132
Tabla 30 Consumo de frutas. ....	135
Tabla 31 Fortalecimiento de hábitos alimenticios. ....	136
Tabla 32 Consumo de verduras cocidas. ....	137
Tabla 33 Importancia de ingerir jugos naturales. ....	138
Tabla 34 Alimentos que proporcionan energía. ....	139
Tabla 35 Alimentos que ayudan al crecimiento. ....	140
Tabla 36 Alimentos que proporciona a su hijo. ....	141
Tabla 37 Alimentos que ingiere su hijo. ....	142
Tabla 38 Evaluación del diagnóstico ....	145
Tabla 39 Evaluación de la fundamentación teórica ....	146
Tabla 40 Evaluación del plan de acción ....	147
Tabla 41 Evaluación de la sistematización.....	148
Tabla 42 Evaluación del informe final ....	149
Tabla 43 Cronograma de actividades del plan de Diagnóstico.....	162

## **Resumen**

El presente informe corresponde al trabajo del Ejercicio Profesional Supervisado –EPS- de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, del Centro Universitario de El Progreso CUNPROGRESO. La práctica de hábitos alimenticios es fundamental para el organismo, la nutrición forma parte directa en nuestro cuerpo, una buena alimentación es importante porque nuestro cuerpo tiene cambios constantes, es necesario que todo niño obtenga un aporte de energía y nutrientes necesarios para evitar enfermedades que pueda ocasionar una mala alimentación. Por lo que es necesario ofrecer y brindar a los niños una variedad de alimentos para favorecer así su crecimiento y desarrollo físico.

Una buena alimentación es vital en los niños y niñas, se les debe de brindar los nutrientes necesarios que el organismo necesita para ayudar a fortalecer el crecimiento y mantener una buena salud, una mala nutrición dejará huella para el resto de la vida.

El presente estudio tuvo como objetivo analizar las carencias que el centro educativo presentaba identificando que se necesitaba la habilitación de un espacio para el fortalecimiento de hábitos alimenticios, en los que comprenden en las edades de 4 a 6 años que acuden a la Escuela Oficial de Párvulos, Anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Este proyecto se estudió desde una metodología cuantitativa y cualitativa a través de la utilización de leyes y la observación directa. Aplicando un cuestionario a 48 padres de familia sobre los hábitos alimenticios, evaluando la frecuencia del consumo de alimentos que brindan nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del organismo.

*Palabras claves:* hábito, alimentación, habilitación, comedor, centro educativo.

## **Introducción**

La presente investigación se refiere al tema de habilitación de un espacio para el fortalecimiento de hábitos alimenticios.

La característica principal de este estudio es habilitar el comedor escolar para la práctica de distintos hábitos que fortalecerá la salud de los estudiantes.

Para analizar esta problemática es necesario mencionar sus causas. Una de ellas es la falta de un espacio adecuado donde los niños puedan adquirir sus alimentos de forma ordenada, fomentando en ellos la colaboración, solidaridad y convivencia, desarrollando hábitos alimenticios en cada uno de los niños haciendo conciencia de la importancia que tiene una buena alimentación.

Esta investigación se realizó para conocer la problemática social, y para conocer la posibilidad de implementar el comedor escolar para los niños y niñas, y así puedan adquirir sus alimentos de forma ordenada en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Esto permitió darle solución a una problemática que permitirá a los docentes brindar a los estudiantes una buena nutrición, porque una mala nutrición puede tener repercusiones a corto y largo plazo. Además, es la etapa donde los niños comienzan a adquirir los hábitos alimenticios que correctos o no, estarán presente durante toda la vida.

Por otra parte, el comedor escolar se ha convertido en una de las partes importantes del centro educativo, por motivos que brinda una alimentación con vitaminas y nutrientes necesarios que el organismo necesita para el crecimiento adecuado y el desarrollo físico y mental de los niños. La alimentación que se brinda a diario en el comedor escolar es de gran ayuda para mejorar los hábitos alimenticios.

En esta investigación se llevaron a cabo un conjunto de procedimientos y técnicas que se aplicaron en el centro educativo de forma ordenada, se realizó la observación y la entrevista a la directora y docentes, luego se efectuó un cuestionario dirigido a padres de familia para

verificar los hábitos alimenticios que practican los niños. Este tipo de muestra fue la que se aplicó en la metodología para nuestro estudio.

Es necesario que en el centro educativo puedan fomentar el desarrollo de hábitos alimenticios saludables a través del diseño de un área donde los niños adquieran los alimentos para beneficiar el desarrollo físico y mental.

A continuación, se realiza la descripción de los cinco capítulos que están descritos en el informe.

El primer capítulo, inicia con la elaboración del diagnóstico, con el objetivo de conocer el contexto del centro educativo, utilizando técnicas de investigación como: la observación y la entrevista, estos instrumentos dirigidos a padres de familia se realizaron para obtener información del centro educativo. El diagnóstico, es una herramienta de análisis que ayudó a encontrar las necesidades y la problemática. a través de un listado de carencias se dio solución al problema encontrado. Contando con el apoyo del libro de Bidel Méndez “Proyectos”.

El proyecto “Habilitación del comedor escolar, dirigido a estudiantes del nivel pre primario de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso, se logró por la realización de la matriz de priorización de problemas.

El segundo capítulo, es de gran importancia porque, se describen distintos temas que están debidamente fundamentados por medio de bases legales con relación a alimentación nutricional, salud, Constitución de la República de Guatemala de 1,985, Decretos y Acuerdos los cuales dan soporte a esta etapa. Es necesario establecer que toda descripción de los temas, se efectuaron debidamente con la normativa de American Psychological Association –APA-, con el objetivo de brindar una presentación clara y ordenada que ayude a facilitar la ubicación de las citas.

En el tercer capítulo, se establece el plan de acción, con los objetivos, metas y actividades que se realizaron en la intervención del proyecto especificando cada logro obtenido durante su realización, se encuentra detallado un cronograma y el presupuesto del proyecto.

En el capítulo cuatro encontramos la sistematización, en esta fase se trabajó las actividades realizadas durante todo el proceso y se describen todas las experiencias vividas con la

directora, docentes y padres de familia, haciéndoles conciencia sobre cómo deben de mejorar la alimentación diaria en los niños. Como producto de logro, se entregó la “Guía para el mejoramiento de hábitos alimenticios, para los estudiantes de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso”, con el propósito de brindar información y realizar las actividades establecidas en la guía para mejorar los hábitos alimenticios.

Por último, se presenta el capítulo cinco, donde se realiza la evaluación por cada fase terminada. En el cierre del informe se dejan establecidas las conclusiones, recomendaciones, bibliografías, apéndices y anexos. Toda información que se encuentra detallada es en base al proyecto realizado para los niños de la Escuela Oficial de Párvulos, anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

# CAPITULO I

## 1.Diagnóstico

### 1.1 Análisis comunitario

Barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

#### 1.1.1 Aspecto geográfico

##### 1.1.1.1 Localización

➤ Nacional

El municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso, se encuentra a 73 kilómetros de la ciudad de Guatemala, su población es de 20,895 habitantes, tiene una superficie de 182 km<sup>2</sup> y su densidad de habitantes es de 110,16 km<sup>2</sup> su código postal 02001.

Está ubicado al norte con Baja Verapaz, al este con Zacapa, al sur con Jalapa y al oeste con Guatemala; su región es número II al nororiente. En la parte norte atraviesa la Sierra de la Minas y la carretera interamericana y al sur el río Motagua.



Figura 1 Google.(Mapa de Guastatoya El Progreso en Google Maps).

Recuperado el 12 de mayo de 2019. De: <https://www.google.com/maps/@14.8563629,-90.1005091,13z>

➤ Departamental

Guastatoya está incluido dentro de los ocho municipios de los que se conforma El Progreso, entre ellos tenemos a San Agustín Acasaguastlán, Sanarate, El Jícaro, Sansare, San Antonio la paz, Morazán y San Cristóbal Acasaguastlán, sus colindancias al norte con San Agustín Acasaguastlán, al sur con Sansare, al este con el Jícaro y al oeste con Sanarate.

➤ Comunidad

La colonia Nueva Vida forma parte del municipio de Guastatoya, está rodeado por barrios y colonias, entre ellas están: barrio El Porvenir, colonia Hichos y Casas Viejas.



Figura 2 Google. (Mapa de la comunidad Colonia Nueva Vida, Guastatoya El Progreso en Google Maps).

Recuperado el 12 de mayo de 2019.

De: <https://www.google.com/maps/place/Guastatoya/@14.8603453,-90.0700618,16z/data=!4m5!3m4!1s0x8589fcf18e7eb75:0x3299611540133253!8m2!3d14.8629667!4d-90.0606637>

### **1.1.1.2 Clima**

En el municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso es una región que cuenta solo con dos tipos de clima templado y cálido predominando el cálido. En el tiempo cálido los ríos, nacimientos y quebradas se mantiene secos o con poca influencia de agua.

### **1.1.1.3 Suelo**

La región se caracteriza por tener suelos secos que hacen difícil la producción agrícola, por esta zona se dan muchos los cactus y zarzales, ya que está rodeado de cerros y montañas.

### **1.1.1.4 Principales accidentes geográficos**

Según el diccionario municipal de Guatemala, 2001. El principal accidente geográfico con el que se caracteriza el departamento es la Sierra de las Minas y el río Motagua que es su principal fuente de agua más importante.

Dentro de la comunidad podemos encontrar el río Guastatoya, Cerro de la Virgen y cerro El Pinal.

### **1.1.1.5 Recursos naturales**

Entre los recursos naturales podemos encontrar diversidad de flora y fauna como lo son Zanates, lagartijas, murciélagos, diversidad de aves, arañas, iguanas y mariposas. En la flora podemos encontrar rosales, margaritas, chatas, bejucos, palmeras, pinos, cactus, guayacán, cipreses, árboles frutales entre otros.

### **1.1.1.6 Vías de comunicación**

La comunidad cuenta con dos vías de comunicación, la entrada principal y la segunda por la colonia Nueva Vida, que conducen a la carretera Jacobo Árbenz, y a la vez, al centro de la comunidad.

## 1.1.2 Aspecto social

### ➤ Descripción de la integridad de la población

**Tabla 1**

*Descripción de la comunidad*

Aspecto	Descripción
Población y etnia	Guastatoya, El Progreso cuenta con 20,895 habitantes siendo la mayoría de etnia ladinos, predominando el idioma español.
Instituciones educativas	Públicas, Privadas y por Cooperativas en los niveles Pre primario, Primario, Medio en su ciclo Básico, Diversificado).
Instituciones de salud	Centro de salud y área de salud teniendo fácil acceso a los mismos.
Vivienda	Se encuentran la mayoría construidas de lámina, block y terraza
Cultural	15 de enero Feria Patronal en honor al Cristo Negro Día de todos los Santos
Costumbres	Día de Tecun Umán Día del Agua Día de la Tierra Día de la Madre 15 de septiembre Día del Niño
Tradiciones	Día del cariño y la amistad Carnaval Semana Santa

*Nota:* elaboración propia.

### **1.1.3 Aspecto histórico**

#### **1.1.3.1 Reseña histórica de la colonia Nueva Vida**

La ubicación geográfica de la colonia Nueva Vida, al Norte con la carretera Jacobo Arbenz Guzmán, a la Sur colonia La Ascensión y barrio El Porvenir, al Este Lotificación Guadalupe y al Oeste aldea Casas Viejas.

Como afirmó C. Chavez “la reseña histórica de la colonia Nueva Vida” (comunicación personal, 03 de abril, 2019). A la comunidad llegaron los primeros habitantes era un terreno baldío montañoso, esto surge después del terremoto que dejó a muchas familias sin viviendas.

Las primeras familias en habitar la comunidad fueron: Reginaldo Moreno, Atiliana Salazar, Guadalupe Arrivillaga, Mariana López, Cristina Amaya, Paula Marroquín y Cilas Chávez Carranza, eran un aproximado de 15 familias.

En el año 1978, llegó una ayuda de Sínodo Evangélico de la iglesia Presbiteriana con sede en Quetzaltenango, al señor Samuel Mejilla que en ese entonces era el pastor de la iglesia Presbiteriana de Guastatoya, El Progreso, junto con un miembro de la misma iglesia de Estados Unidos a quien le decían (el gringo), donde se llevó a cabo la construcción de 27 viviendas para los habitantes de la comunidad.

Para esa época, la colonia Nueva Vida, se dividía por caminos estrechos de tierra, no contaban con energía eléctrica ni agua potable entubada, los pobladores ante esta situación conformaron el primer comité pro-mejoramiento, formado por: don Carlos Estrada, Cristina Amaya, don Nicolás (patitas). Al paso del tiempo se formó el segundo comité integrado por: Cilas Chávez, Carlos Oliva, Antonio Vargas y Cristina Amaya, este segundo comité estuvo sirviendo a la comunidad por 3 años, en donde realizaron varias gestiones benéficas, entre ellas podemos mencionar la instalación de la energía eléctrica de Comaja, creación de un tanque en la parte alta de la comunidad, esto se realizó debido a que debían de caminar 120 metros para trasladar el vital líquido, pues solo existía una toma de agua en la parte de debajo de la comunidad, donde cada dos o tres días pasaba el vital líquido, los habitantes debían de trasladar el agua para poder tener en sus hogares, por ello se llevó a cabo la construcción de un tanque, con ayuda del Inspector de saneamiento ambiental del centro de salud de

Guastatoya El Progreso, de apellido (Malan), les donó algunos tubos para la construcción del mismo, los vecinos se comprometieron a pagar Q5.00 quetzales mensuales para comprar todo el material pues se gastaron Q100.00 quetzales en material, la construcción del tanque se realizó con la ayuda de todos los vecinos.

El comité pro mejoramiento, cuando un miembro de la comunidad fallecía, salían a recaudar fondos para ayudar a la familia de la persona fallecida.

1986 se eligió otra junta directiva del comité conformado por: Hermelindo Pérez, Eduardo Flores, Norma Joyas, Marina Calderón, Luz Ordoñez, Mariano Pineda.

El primer proyecto que se llevó a cabo fue la instalación de la tubería para el agua potable, esto se realizó a través del proyecto central por medio del presupuesto Nacional en el año 1987, participando la municipalidad, plan internacional y los vecinos de la comunidad. El recorrido de la tubería proviene del barrio la Loma en línea recta, baja hacia el cementerio nacional, llega a la pilita, baja por la calle principal hasta el puente, cruza para salir por las canchas de la terminal de buses y recto, para salir al parque infantil de la colonia Nueva Vida, sigue en línea recta la tubería, pasa las gradas a salir al tanque que se encuentra en la parte alta de la colonia, luego se distribuye la tubería por cada calle donde vivían los vecinos, cada vecino se comprometió a zanjar 6 metros del frente de su casa para la conexión de la tubería. Ese mismo año se comenzó con el mejoramiento del sistema eléctrico, Plan Internacional donó los 3 transformadores que se colocaron en toda la Colonia, comenzaron también la gestión para la construcción de la escuela primaria, con la participación de la municipalidad, Plan Internacional, comité y los vecinos de la colonia, así mismo circularon un terreno que está enfrente de la escuela que servía para la recreación de los niños, pues comenzaba a crecer la ceiba que se encuentra aún en ese lugar, llamado ahora parque infantil colonia Nueva Vida.

En 1990 se realizó otro proyecto de gran impacto para la comunidad y, el último que se llevó a cabo este comité fue la instalación de los drenajes, pues ellos realizaban fosas sépticas, en este proyecto se involucra plan internacional, municipalidad y el comité local.

En 1993 el señor alcalde David Cordón Hichos, en sus periodos realizó proyectos de mejoramiento a la comunidad entre ellos podemos mencionar que, en 1998 colocó adoquín en

la colonia beneficiando a la comunidad, por el exceso de tierra suelta que existía en ese momento.

Durante el paso de los años se fue incrementando la población y así su actividad económica la cual es muy variada entre panadería, peluquería, reparación y elaboración de calzado, talleres mecánicos, puestos de comida rápida, carpintería, costureras, tiendas entre otros.

Actualmente, los centros educativos públicos de pre primaria y primaria cubre la edad de 4 a 6 años y de primaria de 7 años a 12 años respectivamente.

Con el paso de los años se dejó de tener comité o COCODE en la colonia Nueva Vida, hasta el 2015 fue elegido otro con la aprobación de la mayoría de los vecinos de la comunidad y el Consejo Municipal de Guastatoya. Mismo que está integrado por: Marvin Rodolfo Ramos Juárez como presidente, Ludy Yesenia García Sánchez; vicepresidente, Milvia Yesenia Beltrán Martínez; secretaria, Aníbal Marroquín como tesorero, Zoila Pazos como Concejal Primero, Gloria de la Cruz de la Cruz como concejal segundo y Ana María Pacheco concejal tercero. Durante la administración de este concejo, la vicepresidenta, profesora Ludy García, gestionó ante la municipalidad de Guastatoya y la Dirección Departamental de Educación la nueva ubicación geográfica de la escuela de Párvulos de la comunidad, lo que permitió ubicarla en un terreno desocupado que formaba parte del Instituto Experimental, inmueble que forma parte de las propiedades del Ministerio de Educación.

Actualmente la escuela se encuentra frente a la terminal de buses de Guastatoya, gracias a la gestión realizada por el vicepresidente del concejo comunitario, esta obra fue construida con fondos de la municipalidad de Guastatoya.

Como lo afirmó L. García “se formó el consejo comunitario” (comunicación personal, 03 de abril, 2019) vicepresidente del concejo, en febrero 2018 realizó las gestiones necesarias ante la municipalidad de Guastatoya para realizar el proyecto de habilitación de un paso peatonal en la comunidad, denominado “las gradas” dicho proyecto había quedado inconcluso por la administración municipal del Coronel David Córdón Hichos. Con el pasar del tiempo y los fuertes inviernos se hizo difícil el transitar, porque ya no se contaba con terreno sólido sino barrancoso. Fue entonces que se dio por aprobado el seguimiento al proyecto en septiembre de 2018, siendo entregado a principios de octubre del mismo año, beneficiando a toda la

comunidad, ya que este paso peatonal sirve de rápido acceso a la parte alta de la comunidad, la calle principal que colinda con el parque acuático Guastatoya y viceversa.

#### 1.1.4 Aspecto económico

**Tabla 2**

*Aspecto económico*

Aspecto	Descripción
Productividad	Entre la productividad agrícola podemos encontrar lo que son maíz, limón, la sábila y frutas variadas de la temporada
Comercialización	Maíz, limón, jocote y sábila
Fuentes laborales y ubicación socioeconómica	Municipalidad de Guastatoya, diferentes instituciones gubernamentales. Locales de comida rápida, restaurantes, negocios de ropa, pinchazos, carwash, cafés internet, tiendas, zapaterías, ferreterías, entre otros. Comercios como Despensa Familiar Walmart y Distribuidora Santa Marta
Medios de comunicación	Prensa, televisión, radio, cine, páginas web
Servicios de transporte	Vehículos, autobús, camionetas, motocicleta, bicicletas y camiones.

*Nota:* elaboración propia.

#### 1.1.5 Aspecto político

Existen diferentes grupos de personas que apoyan a algunas organizaciones para el beneficio de la comunidad como lo son Consejo Comunitario de Desarrollo COCODES, Consejo Departamental de Desarrollo CODEDE, Secretaria Presidencial de la Mujer SEPREM y la municipalidad con la Oficina de la Mujer entre otras. Estas organizaciones se

forman con el fin de beneficiar a toda la población en general, sin ningún tipo de discriminación alguna.

### 1.1.6 Aspecto filosófico

Existen varias prácticas de espiritualidad a través de Cristiano Católico, Cristiano Evangélico, mormones, Sabatistas y Testigos de Jehová, entre otros. respetando sus creencias y espiritualidades de cada religión, así como los valores que cada persona posee y practican dentro de la integración familiar.

### 1.1.7 Competitividad

La comunidad cuenta con varios negocios los cuales ayudan en la economía de la comunidad, entre ellos están abarroterías, carpinterías, tiendas de consumo doméstico, comedores, tortillerías, zapaterías, carwahs, venta de repuestos para motos, autos, tuc-tuc y bicicletas, lavanderías, farmacias, venta de electrodomésticos, veterinarias, agroquímicas, venta de ropa nueva y usada, entre otros.

### 1.1.8 FODA

*Tabla 3*

*FODA colonia nueva vida*

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Población organizada por el Comité de Consejo Comunitario de Desarrollo – COCODE-.</li> <li>➤ Dos entradas principales a la comunidad.</li> <li>➤ Fácil acceso a instituciones gubernamentales.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Transporte público pasa frecuentemente.</li> <li>➤ Recolector de basura pasa frecuentemente.</li> <li>➤ Acceso a la carretera principal.</li> </ul>

- 
- Alumbrado público en buenas condiciones.
  - Acceso a empresas que brindan diferentes servicios (cable, líneas telefónicas e internet).
  - Centros de Comercios distribuidas por toda la comunidad (tienda, panaderías, carpinterías, sastrerías, zapaterías, entro otros).
  - La mayoría de las personas de la comunidad son responsables y trabajadoras.

Cuentan con gran cantidad de personas profesionales en distintas áreas.

- Cuentan con equipo de football.
- Ubicación geográfica favorable.
- Cuentan con dos centros educativos públicos.

Preprimaria: escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida.

Primaria: escuela Oficial Rural Mixta colonia Nueva Vida.

- Parque infantil colonia Nueva Vida
- Cancha de recreación colonia Nueva Vida.

<b>DEBILIDADES</b>	<b>AMENAZAS</b>
➤ Adoquín deteriorado.	➤ Venta de licor en algunas tiendas de la comunidad.
➤ Delincuencia en algunas zonas de la comunidad.	➤ Narcomenudeo de drogas.
➤ Las cosechas dependen de la temporada de invierno.	

---

- 
- Vital líquido irregular.
  - Desempleo.
- 

*Nota:* elaboración propia.

### **1.1.9 Lista de carencia de la comunidad Colonia Nueva Vida**

- Desinterés por el deterioro del adoquín
- Desabastecimiento por el vital líquido Vital
- Inseguridad en algunas zonas de la comunidad
- Incapacidad para mejorar las cosechas
- Insatisfacción por la venta de licor en algunas tiendas de la comunidad

## **1.2 Análisis institucional**

### **1.2.1 Nombre de la institución**

Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta

### **1.2.2 Tipo de institución**

Educación del sector público

### **1.2.3 Localización geográfica**

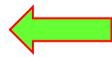
La Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, está ubicada en barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Al Norte colinda con colonia Nueva Vida; Oeste con aldea Casas Viejas; al Sur con aldea Santa Lucia; Al Este con colonia Ascensión.



Figura 3 Google. (Mapa de Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, del municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso en Google Maps).

Recuperado el 25 de abril de 2019.

De: <https://www.google.com/maps/@14.8567274,-90.0706647,243a.35y.353.16h.39.29t/data=!3m1!1e3>

 Ingreso a la comunidad     
  Escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida,
   
 barrio El Golfo, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

## 1.2.4 Croquis

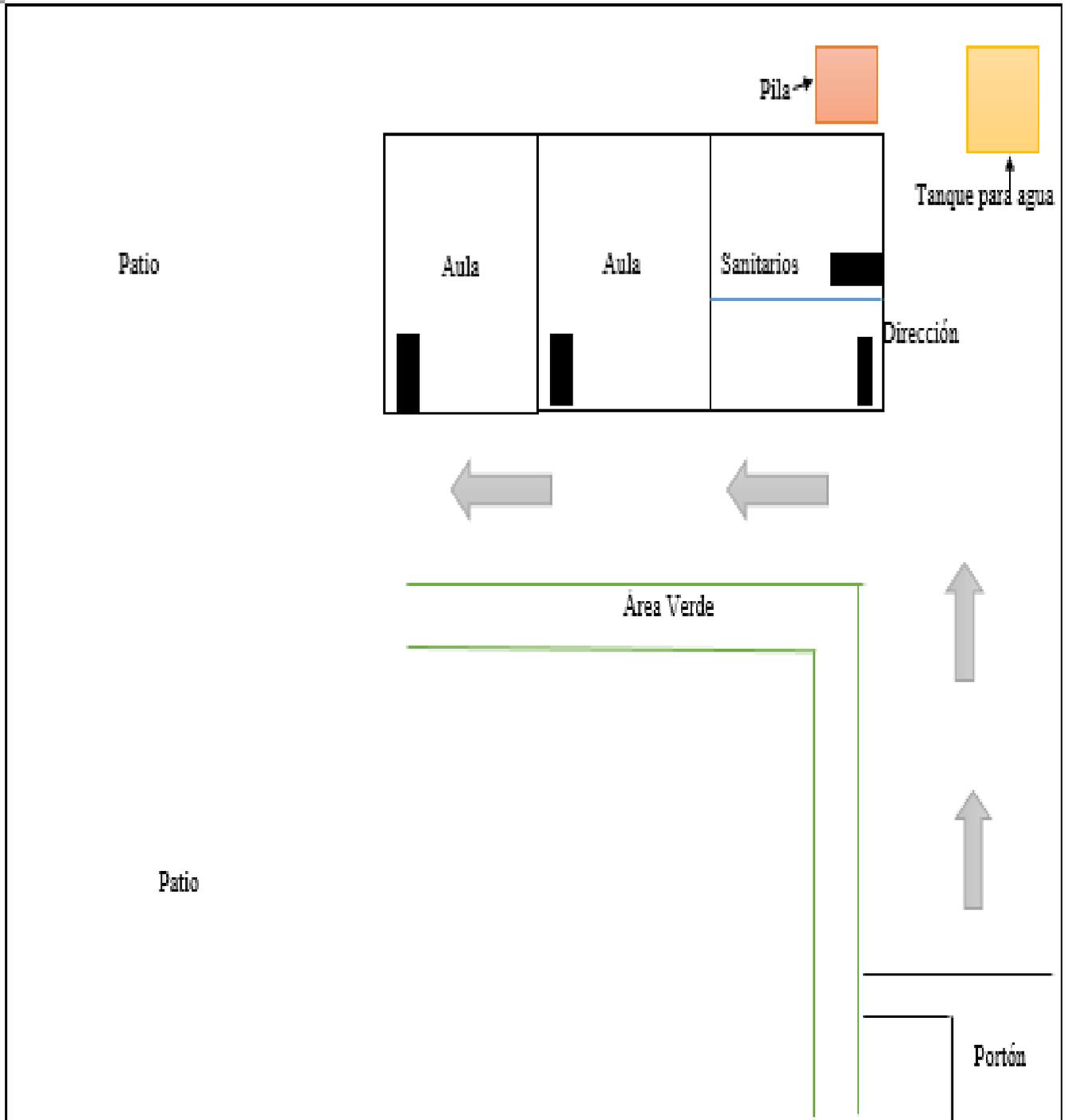


Figura 4 Escuela Oficial de Parvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Elaboracion propia.

### **1.2.5 Visión**

La escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, tiene como propósito ser una institución educativa donde se imparta un nivel alto en el proceso de enseñanza aprendizaje, para poder brindar, a sus egresados, conocimientos que les ayudarán a enfrentarse en su diario vivir, donde ellos puedan ser críticos, analíticos y reflexivos poniendo en práctica los valores enseñados diariamente. Con el compromiso diario de los docentes en transformar el cambio en el proceso educativo de acuerdo al CNB, involucrando a los padres de familia, en el proceso de enseñanza-aprendizaje. (Comunicación Personal, 08 de abril, 2019)

### **1.2.6 Misión**

La Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, tiene el compromiso de brindar a sus estudiantes los conocimientos básicos y desarrollo psicomotor que serán de utilidad, en su vida diaria, dándoles las herramientas necesarias para su crecimiento intelectual en su diario vivir. Nuestra escuela busca promover, difundir y aplicar valores y habilidades para establecer la formación integral y cultural para que sean personas con valores y así obtener una mejor sociedad. (Comunicación Personal, 08 de abril, 2019)

### **1.2.7 Objetivo general**

Fortalecer y desarrollar los valores, las actitudes de pluralismo y de respeto a la vida a las personas y a los pueblos por sus diferencias individuales y colectivas, así como incluir y promover en el seno educativo los valores. (POA 2019)

### **1.2.8 Valores**

- Respeto
- Tolerancia
- Amabilidad
- Puntualidad
- Compañerismo

### 1.2.9 Organigrama

Organigrama de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta

Estructura organizacional

Organigrama de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



Figura 5 Organigrama escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta. Elaboración propia

## **1.2.9 Recursos institucionales**

### **1.2.9.1 Recurso humano**

- Personal del establecimiento
- Personal administrativo
  - ✓ Directora Ana Vicenta Aldana Sánchez
- Personal docente, Contrato 011
  - ✓ Rosario del Carmen Vélez Catalán
  - ✓ Lucía Melina Fajardo Cornel
  - ✓ Lisbeth Cordero Toledo (maestra de educación física)
- Personal contrato municipal
  - ✓ Marleny Xiomara Carias Hernández
  - ✓ Celeste María Aurora Ramos Muñoz

## **1.2.10 Desarrollo histórico**

### **1.2.10.1 Reseña histórica Escuela Oficial de Párvulos**

La Escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, como afirmó A. Aldana directora del establecimiento (comunicación personal el 13 de abril 2019). La escuela comienza funcionando con la profesora Lidia Anabella Rabanales Morales de Pineda en el año 1993, en un bunker que había sido construido en 1976, donde actualmente se encuentra la Escuela Oficial Urbana Mixta colonia Nueva Vida, (nivel de educación primaria). En el año 1997, se solicitó la colaboración de Plan Internacional para la construcción de la Escuela Oficial de Párvulos, quienes dieron un aporte de Q125,000.00 quetzales para realizar la construcción de la escuela. Sin embargo, no se contaba con terreno para realizar la construcción, en ese mismo año se le solicito a la profesora Odilia Saenz Directora de la escuela primaria, nos diera un espacio donde construir dos aulas para aperturar la escuela del nivel de educación de pre primaria; ella accedió, y nos brindó un espacio para llevar a cabo la construcción de las aulas que beneficiarían a muchos niños. Al paso de los años se pudo observar un crecimiento grande de la población estudiantil, por lo que fue necesario gestionar la construcción de otro edificio

escolar para el nivel de pre primaria, donando el terreno la municipalidad de Guastatoya en la misma colonia. Esta construcción se realizó en el año 2009 y se terminó en el año 2010, funcionando el nuevo edificio en el año 2011 hasta el año 2016, por motivos de mala construcción el edificio colapso haciéndose necesario y por recomendación de La Coordinadora Nacional para la Reducción de Desastres- CONRED- se trasladó a la población escolar y docente a otro establecimiento por el riesgo que se corría, declarando la CONRED no habitable el edificio.

El 5 de febrero del año 2016 los alumnos fueron trasladados al salón de usos múltiples del Instituto Nacional de Educación Básica donde estuvieron por dos años y medio, durante ese tiempo se llevó a cabo la gestión para un nuevo edificio escolar, solicitando la colaboración de la municipalidad de Guastatoya, El Progreso.

Se logra la construcción de un edificio en el año 2018 gracias a la participación del Consejo Comunitario de Desarrollo-COCODE- colonia Nueva Vida, Dirección Departamental de Educación y municipalidad.

La misma cuenta con dos aulas, sanitarios y área verde donde comienza a funcionar en el mes de junio 2018 atendiendo a 70 niños y niñas entre las edades de 4 a 6 años.

La escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, se ubica en barrio El Porvenir a un costado de la cancha sintética de la terminal de buses, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Actualmente funciona atendiendo a 100 niños en su jornada matutina, este año ha sido muy significativo pues se han beneficiado a muchos niños del municipio, como directora me siento orgullosa y satisfecha en contar con una escuela con su infraestructura de calidad.

La escuela también cuenta con la participación de los padres de familia que se esmeran de acuerdo a sus posibilidades en apoyar la labor del centro educativo.

### 1.2.11 Los usuarios

La escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, beneficia a barrios y colonias que se encuentran alrededor de la misma, ya que la escuela tiene un fácil acceso en donde los estudiantes pueden llegar caminando, en motocicleta, bicicleta, moto taxi y auto móvil.

**Tabla 4**

*Estadística actual de la población estudiantil*

Estudiantes del establecimiento						
Grado	Cantidad Total	Genero		Edades		
		F	M	4	5	6
Párvulos 1	26	08	18	X		
Párvulos 2	32	20	12		X	
Párvulos 3	41	16	25			X

*Nota:* datos obtenidos de los cuadros de inscripción de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

En el cuadro estadístico podemos observar que, existe un número variado de estudiantes que se atiende cada año en sus distintas etapas, sin embargo, por la existencia de otros centros educativos públicos y privados que se encuentran en el mismo municipio la cantidad de niños ha aumentado por grado, y género. Podemos darnos cuenta que el grado que más presenta afluencia de niños es párvulos 3, debido a que es la última etapa para cursar a otro grado.

Este año se observó un aumento de niños en los tres grados, en sus dos géneros, pues la ubicación donde se encuentra la escuela es de mayor acceso para los padres de familia como para las colonia y barrios que se encuentran alrededor de la misma.

Los docentes evalúan los procesos de los niños, esto se realiza cada bimestre, con el propósito de indicarles a los padres de familia el rendimiento académico de sus hijos (a); los padres de familia participan en todas las actividades donde se les requiera, también están organizados con la Organización de Padres de Familia.

### 1.2.12 Infraestructura

Estos aspectos fueron evaluados de la misma forma y los resultados son los que se presentan a continuación.

**Tabla 5**  
*Infraestructura*

No.	Nombre	SI	NO	Cantidad	Descripción
1.	Aulas	X		2	De block repelladas, el techo de lámina duralita y costaneras; cuentan con 2 aulas.
2.	Dirección	X		1	De block repelladas, techo de lámina duralita y costaneras
3.	Cocina		X	----	-----
4.	Sanitarios	X		4	De block, repelladas y techo de lámina, el tanque y los sanitarios están en buen estado.
5.	Drenaje	X		----	-----
6.	Pila	X		1	Prefabricada de cemento, con dos lavaderos, de 1.40 mts. de altura
7.	Piso	X		----	Serámico
8.	Techo	X		----	De lámina duralita y costaneras
9.	Ventanas	X			Con barrotes metálicos y vidrio
10.	Paredes	X		----	En su totalidad es de block y cemento, todas las paredes están repelladas
11.	Área recreativa	X		1	Juegos de metal, llantas, patio de tierra y no está techado
12.	Parqueo		X	----	-----
13.	Comedor		X	----	-----
14.	Biblioteca		X	----	-----
15.	Portón	X		1	De metal con puerta para el ingreso de los estudiantes
16.	Jardinización	X		----	Arbustos y flores de diferentes especies
17.	Barandales		X	----	-----
18.	Circulación	X		----	De block
19.	Tanque (almacenamiento para agua)	X		1	De plástico, marca Rotoplast

20.	Ventiladores	X	2	De plásticos, giratorios
21.	Escenario	X	----	-----
22.	Galera para sombra en la parte frontal	X	----	-----
23.	Caseta escolar	X	----	-----

*Nota:* elaboración propia.

El centro educativo está construido en su totalidad de block y lámina, tiene un corredor techado donde los niños pueden salir a refaccionar, cuentan con un amplio espacio donde encontramos área verde y se convierte en un área recreativa, pero no cuenta con techado por lo que pega el sol en su totalidad. Los salones de clase poseen suficiente ventilación, cuenta con una cocina, dirección, y 3 aulas donde están por grado integrados los niños por grado, cada ambiente cuenta con sus respectivas mesas y sillas para cada estudiante, tiene energía eléctrica, balcones, agua potable, piso, pizarrones en cada grado, todos los ambientes tienen lo requerido para poder impartir las clases.

Actualmente la escuela no cuenta con un comedor escolar, los niños deben de adquirir sus alimentos dentro del salón de clases o en un pequeño corredor que es el único espacio que esta techado, cuenta con un área verde amplio, un espacio que se encuentra a un costado de la escuela servirá para realizar el comedor escolar.

**Tabla 6**

*Materiales de las aulas*

Material	Nombre	SI	NO	Cantidad	Descripción
Dentro de las aulas	Aulas	X		2	De block repelladas
	Pizarrones	X		2	De formica
	Pupitres individuales	X			La mayoría en buenas condiciones una mesa y una silla
	Pupitres grupales		X		-----

Escritorio para el docente	X	2	De madera y metal
Mural de información	X		En buen estado
Estantes	X		De madera, son utilizados para libros, material didáctico y cuadernos de planas de los niños.
Ventilador	X	2	De plástico colgado en el techo giratorio

Material	Nombre	SI	NO	Cantidad	Descripción
Lm  Dirección	Escritorio		X		La escuela no cuenta con los instrumentos necesarios para realizar las actividades cívicas que se realizan durante todo el año.
	Impresora		X		
	Archivo		X		
	Bocinas		X		
	Micrófono		X		
	Estantes		X		
	Grabadora		X		
	Teléfono		X		
	Computadora		X		
	Sillas		X		
	Banderas	X		1	De Guatemala con asta
	Material didáctico	X			Es utilizado por los docentes en actividades cívicas y dentro de las aulas

*Nota:* elaboración propia.

Dentro de las aulas podemos encontrar sus pizarrones y pupitres a estos la municipalidad de Guastatoya les brinda cada fin de año mantenimiento para que se mantengan en buen estado. En lo que respecta al mural de información es de los programas escolares que recibe el centro educativo de parte del Ministerio de Educación.

Donde podemos observar una deficiencia grande es dentro de la dirección, pues no cuenta con suficiente mobiliario y equipo, esto a su vez contrae problemática para realizar las actividades que se llevan a cabo dentro del centro educativo.

**Tabla 7**

Servicios básicos

No.	Nombre	SI	NO	Descripción
1.	Energía eléctrica	X		Tienen el servicio con regularidad
2.	Recolector de basura	X		La recogen una dos veces por semana
3.	Drenaje	X		Se tiene el servicio en buen estado
4.	Agua potable	X		Es suministrada con regularidad
5.	Internet		X	-----
6.	Línea telefónica		X	-----
7.	Sanitario lavable	X		Se cuenta con el servicio y está en buen estado

*Nota:* elaboración propia.

El centro educativo cuenta con todos los servicios necesarios para un buen funcionamiento y poder brindar a los niños y docentes los servicios básicos que necesiten para un buen funcionamiento, sin embargo, no cuenta con internet ni línea telefónica, pero esto no ha sido impedimento para realizar todas las diligencias que se le requieren a la directora del establecimiento.

### **1.2.13 Proyección social**

La Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, como ente educativo participa cada año en acciones de solidaridad en asistencia social, fomentando en los niños el ayudar al prójimo y a su vez hacer conciencia de la importancia que tiene el poder servir y ayudar en nuestra comunidad.

#### **1.2.14 Finanzas**

Según afirmó A. Aldana los fondos que la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, recibe son que brinda el Estado de Guatemala, por medio del Ministerio de Educación -MINEDUC- estos fondos son distribuidos al Consejo Educativo, de los centros educativos públicos en los niveles de educación preprimaria y primaria. son distribuidos de la siguiente manera:

➤ Gratuidad de la educación	Q 40.00
➤ Útiles escolares	Q 50.00
➤ Alimentación escolar	Q 4.00
➤ Valija didáctica	Q 220.00

Este fondo es administrado por el Consejo Educativo Organización de Padres de Familia – OPF- con apoyo de la directora de la escuela según el Acuerdo Gubernativo 233-2017. (Comunicación personal, 08 de abril 2019).

#### **1.2.15 Política laboral**

El personal docente con el que cuenta la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso es contratado por el Ministerio de Educación, la escuela actualmente cuenta con 3 docentes 011. Tienen el apoyo de la municipalidad que cada año les brinda apoyo con docentes, por lo que este año cuentan con 2 contratos municipales.

#### **1.2.16 Administración**

La administración de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta es administrada por la directora del centro educativo según la legislación actual y el Curriculum Nacional Base nivel pre primario. La directora coordina, dirige y planifica actividades académicas y administrativas del centro educativo.

#### **1.2.17 Ambiente institucional**

El clima institucional es generado a partir de la convivencia que se maneja día a día entre todos los miembros del centro educativo desde directora, docentes, padres de familia y estudiantes; algunos de los aspectos que se manejan dentro de la Escuela Oficial de Párvulos

anexa a Escuela Oficial Rural Mixta son compromiso, satisfacción laboral, trabajo en equipo y la motivación por parte de la directora del establecimiento, respetando las creencias y valores de cada persona que laboran en el centro educativo así como la de los padres de familia.

Se debe de generar un clima favorable y adecuado pues es fundamental para el funcionamiento de la institución educativa, así como el tener un buen liderazgo por parte de la directora, a la hora de tomar decisiones se debe de consultar al personal docente para favorecer la comunicación, participación y confianza de los docentes.

#### **1.2.18 Listado de carencias/deficiencias/fallas**

- Carencia de cocina para preparar los alimentos
- Deficiencia de un área de parqueo
- Carencia de hábitos alimenticios en los niños
- Inexistencia de comedor para que los niños puedan refaccionar
- Implementación de biblioteca para el fortalecimiento del hábito de la lectura
- Deficiencia de barandales al rededor del área verde
- Carencia de escenario para realizar los eventos cívicos y culturales
- Carencia de galera en la parte frontal
- Ausencia de bodega para almacenamiento de objetos
- Carencia de instrumentos necesarios de mobiliario y equipo dentro de la dirección
- Deficiencia de área recreativa para los niños
- Deficiencia de área recreativa de juegos lúdicos educativos
- El patio no está pavimentado
- Inexistencia de extinguidor para una emergencia de incendio
- Carencia de recipientes para reciclaje los desechos sólidos
- Carencia de señalización para advertir sobre algún riesgo
- Ausencia de comedor donde los niños puedan adquirir sus alimentos
- Carencia de material didáctico que se utiliza para el proceso de enseñanza aprendizaje
- La escuela no cuenta con croquis, organigrama, objetivos y metas

## 1.2.19 Problematización

**Tabla 8**

*Problematización a partir de carencia*

Problemas	Factores que lo producen	Soluciones
➤ Desperfectos estructurales.	➤ Carencia de cocina para cocinar los alimentos	➤ Gestionar ayuda con ONG's para la construcción de cocina.
	➤ Deficiencia de un área de parqueo.	➤ Organizar a los padres de familia para que ayuden a realizar el área de parqueo.
	➤ Deficiencia de barandales al rededor del área verde.	➤ Organizar a los padres de familia para que ayuden a la colocación de los barandales, al rededor del área verde.
	➤ Carencia de escenario para realizar los eventos cívicos y culturales.	➤ Construir escenario con ayuda de los padres de familia utilizando materiales reciclados.
	➤ Carencia de galera en la parte frontal.	➤ Gestionar con autoridades municipales para realizar la galera.
	➤ Ausencia de bodega para almacenamiento de objetos.	➤ Gestionar con miembros de la

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ El patio no está pavimentado.</li> </ul>	<p>comunidad para realizar la bodega.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gestionar con instituciones para pavimentar el patio.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Defectos o fallas en el área operativa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carencia de material didáctico que se utiliza para el proceso de enseñanza aprendizaje.</li> <li>➤ La escuela no cuenta con croquis, organigrama, objetivos y metas.</li> <li>➤ Implementación de biblioteca para el fortalecimiento de hábitos de la lectura.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Realizar actividades involucrando a padres de familia juntamente con los docentes para equiparse de material didáctico.</li> <li>➤ Diseñar un plan para realizar las actividades institucionales.</li> <li>➤ Gestionar materiales y libros para habilitar la biblioteca.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Riesgo en seguridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carencia de señalización para advertir sobre algún riesgo.</li> <li>➤ Inexistencia de extinguidor para una emergencia de incendio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Organizar a los padres de familia para que ayuden a señalar el centro educativo.</li> <li>➤ Realizar una guía para utilizar adecuadamente el extinguidor.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Insalubridad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carencia de hábitos alimenticios en los niños.</li> <li>➤ Inexistencia de comedor para que los niños puedan refaccionar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Implementar capacitaciones a los padres de familia y docentes para fortalecer hábitos alimenticios en los niños.</li> <li>➤ Habilitar un área de comedor para fortalecer hábitos alimenticios en los niños y niñas.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Deficiencia en el área recreativa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Deficiencia de área recreativa de juegos lúdicos educativos.</li> <li>➤ Deficiencia de área recreativa.</li> <li>➤ Carencia de recipientes para reciclaje de los desechos sólidos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Gestionar con autoridades municipales mano de obra y pintura para la realización de módulo de circuito de formas.</li> <li>➤ Creación de área recreativa.</li> <li>➤ Charlas que ayuden a la clasificación de los desechos sólidos.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Carencia de mobiliario</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Utensilios de cocina y mobiliario.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Organizar con los padres de</li> </ul>

---

y equipo dentro de la cocina.	familia para que contribuyan con utensilios de cocina.
-------------------------------	--

---

- |   |                                    |  |
|---|------------------------------------|--|
| ➤ Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección. | ➤ Carencia de mobiliario y equipo. | ➤ Gestionar con la municipalidad y empresas equipo de sonido y mobiliario. |
|---|------------------------------------|--|

---

*Nota:* Elaboración propia. Basado en manual de propedéutica de la Facultad de Humanidades. Universidad San Carlos de Guatemala(s.f.)

### 1.2.20 Matriz de priorización

Según la problemática encontrada de la lista de carencia se llevó a cabo a través de una votación incluyendo a los docentes de la escuela para obtener una problemática en conjunto.

**Tabla 9**

*Problematización a partir de carencias*

<b>Problemas</b> ↓ →	<b>Desperfectos estructurales</b>	<b>Defectos o fallas en el área operativa</b>	<b>Riesgo en seguridad</b>	<b>Insalubridad</b>	<b>Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina</b>	<b>Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.</b>	<b>Deficiencia en el área recreativa</b>
<b>Desperfectos estructurales</b>	////////////////////	Defectos o fallas en el área operativa	Riesgo en seguridad	Insalubridad	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.	Deficiencia en el área recreativa
<b>Defectos o fallas en el área operativa</b>	Defectos o fallas en el área operativa	//////////////////// ////////////////////	Riesgo en seguridad	Insalubridad	Defectos o fallas en el área operativa	Defectos o fallas en el área operativa	Defectos o fallas en el área operativa
<b>Riesgo en seguridad</b>	Riesgo en seguridad	Defectos o fallas en el	//////////////////// ////////	Insalubridad	Carencia de mobiliario y	Carencia de mobiliario y	Riesgo en seguridad

		área operativa			equipo dentro de la cocina	equipo dentro de la dirección.	
<b>Insalubridad</b>	Insalubridad	Insalubridad	Insalubridad	//////////////////// ///	Insalubridad	Insalubridad	Insalubridad
<b>Deficiencia en el área recreativa</b>	Deficiencia en el área recreativa	Deficiencia en el área recreativa	Deficiencia en el área recreativa	Insalubridad	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección	//////////////////// ///
<b>Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina</b>	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina	Defectos o fallas en el área operativa	Riesgo en seguridad	Insalubridad	////////////////////	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina
<b>Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.</b>	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.	Defectos o fallas en el área operativa	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la dirección.	Insalubridad	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina	////////////////////	Carencia de mobiliario y equipo dentro de la cocina

*Nota:* Elaboración propia. Basado en manual de propedéutica de la Facultad de Humanidades. Universidad San Carlos de Guatemala. (s.f.)

Al realizar el conteo del análisis de la matriz de priorización en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, los resultados fueron los siguientes:

Opción 1. Carencia de hábitos alimenticios en los niños.

Opción 2. Implementación de comedor.

**Tabla 10***Problema/Hipótesis-acción*

<b>Problema</b>	<b>Problematización</b>	<b>Hipótesis/acción</b>
➤ Opción 1: Inexistencia de comedor para que los niños puedan refaccionar.	¿De qué manera se puede implementar un comedor para fortalecer hábitos alimenticios?	Si se habilita un área de comedor entonces se podrá fortalecer los hábitos alimenticios en los niños y niñas.
➤ Opción 2: Carencia de hábitos alimenticios en los niños.	¿Que hacer para fortalecer los hábitos alimenticios en los niños?	Si se implementa capacitaciones para los padres de familia y docentes sobre fortalecimientos de hábitos alimenticios, entonces se facilitara la práctica de distintos hábitos.

*Nota:* Elaboración propia. Basado en manual de propedéutica de la Facultad de Humanidades. Universidad San Carlos de Guatemala. (s.f.).

### 1.2.21 Análisis de viabilidad y factibilidad

**Tabla 11***Análisis de viabilidad y factibilidad.*

<b>Estudio de viabilidad.</b>					
<b>No.</b>	<b>Indicador</b>	<b>Opción 1</b>		<b>Opción 2</b>	
		<b>Sí</b>	<b>No</b>	<b>Sí</b>	<b>No</b>
1.	¿Se tiene, por parte del centro educativo, la autorización para realizar el proyecto?	X		X	
2.	¿Se cumplen con todos los requisitos para la autorización del proyecto?	X		X	
3.	¿Existe algún desacuerdo para realizar el proyecto?		X	X	
4.	¿Se contará con los permisos necesarios para realizar el proyecto?	X			X
5.	¿Se cuenta con la ayuda y participación de los padres de familia y docentes del establecimiento?	X		X	

### 1.2.23 Estudio de factibilidad

Estudio técnico.					
No.	Indicador	Opción 1		Opción 2	
		Sí	No	Sí	No
1.	¿Se tiene las instalaciones adecuadas para realizar el proyecto?	X		X	
2.	¿Se tiene una idea exacta de la importancia del proyecto?	X		X	
3.	¿El tiempo programado para llevar a cabo la ejecución del proyecto es suficiente?	X		X	
4.	¿Se tiene bien definidas las actividades que se realizarán?	X			X
5.	¿Existe colaboración de las personas requeridas?	X		X	
7.	¿Se tiene los insumos necesarios para el proyecto?	X		X	
8.	¿Se han definido claramente las metas?	X			X
Estudio de mercado.					
No.	Indicador	Opción 1		Opción 2	
		Sí	No	Sí	No
1.	¿Están bien identificados los beneficiarios del proyecto?	X		X	
2.	¿El proyecto es accesible y aceptable para la población estudiantil?	X		X	
3.	¿El proyecto satisface necesidades de la población estudiantil?	X		X	
4.	¿Puede el proyecto abastecerse de insumos?	X		X	
5.	¿Existen proyectos similares en el medio?		X		X
1.	¿Se realizó el estudio estadístico de la población estudiantil?	X		X	
2.	¿Se cuenta con el personal para ejecutar el proyecto?	X		X	

<b>Estudio cultural</b>					
No.	Indicador	Opción 1		Opción 2	
		Sí	No	Sí	No
1.	¿El proyecto está diseñado acorde al aspecto lingüístico de la comunidad?	X		X	
2.	¿El proyecto violenta las tradiciones culturales la comunidad?		X		X
3.	¿El proyecto va dirigido a una etnia en específico?		X		X

<b>Estudio financiero.</b>					
No.	Indicador	Opción 1		Opción 2	
		Sí	No	Sí	No
1.	¿Se tiene establecido como se obtendrán los fondos necesarios para realizar el proyecto?	X		X	
2.	¿Los fondos para el proyecto se obtendrán de la institución?		X		X
3.	¿Será necesario tramitar crédito para la realización del proyecto?		X		X
4.	¿En el proyecto se utilizarán recursos propios?	X		X	
	Totales.	21	6	16	9

*Nota:* Elaboración propia. Basado en manual de propedéutica de la Facultad de Humanidades. Universidad San Carlos de Guatemala. (s.f.)

#### **1.2.24 Problema seleccionado**

##### **Opción 1. Implementación del comedor**

¿Cómo se puede implementar el comedor para que los niños y niñas puedan adquirir sus alimentos de forma ordenada en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso?

### **1.2.25 Hipótesis acción**

Si se realizara una guía pedagógica que les indique que alimentos pueden proporcionarles a los preescolares entonces se fortalecerá la salud de los estudiantes de Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir, colonia Nueva Vida.

### **1.2.26 Solución propuesta como viable y factible**

Habilitación de área de comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños y niñas de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida.

## Capítulo II

### 2. Fundamentación teórica

#### 2.1. Práctica de hábitos saludables

##### 2.1.1. ¿Qué son hábitos?

Según el diccionario de la Real Academia Española –RAE- (2014) hábito es “Modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas” es decir, los hábitos son el resultado de los actos propios del ser humano.

El hábito se forma desde pequeños en la casa con los padres, familia y sociedad, en donde surgen buenos y malos hábitos.

Según el Diccionario de la filosofía aristotélica (s.f). Aristóteles define que el hábito “se predispone a un sujeto para la realización perfecta de una tarea o actividad”. De modo que los hábitos son cúmulos de actividades que se adquieren, y se obtienen por el ejercicio libre de actos de cada persona.

Según Araujo (2011) “Un hábito es un comportamiento repetido regularmente; es una acción automática o una rutina que requiere de un pequeño o nulo razonamiento. Por lo general se trata de un proceder aprendido”. (p.3)

El hábito hace diferencia entre una persona y otra, por lo que cada ser humano adquiere diferentes hábitos ya sea social, cultural, emocional y religiosos.

##### 2.1.2 ¿Qué es práctica de hábitos?

Según el diccionario de la Real Academia Española –RAE- (2014) práctica es “enseñar el modo de hacer algo” es la realización de una actividad que se ejerce diariamente, es algo que se aprendió desde pequeño y se práctica constantemente.

La práctica de hábitos son costumbres que se ejecutan constantemente por la repetición diaria estas pueden ser, alimentación, estudio o actividades del día a día.

Quelopana (1999) menciona:

El hábito es una costumbre para hacer algo como natural, el hábito de estudiar es la práctica de estudio sin necesidad de ordenar de nuevo para hacerlo; una persona no nace con el hábito; éste se adquiere y se aprende todo estudiante requiere y necesita desarrollarlo. (p.45)

Todo ser humano adquiere hábitos a lo largo de la vida, el hábito es una costumbre de hacer algo propio. Un hábito es algo que se hace a diario.

Vargas (2002) expresa que “la escuela es un espacio fundamental para lograr inculcar adecuados hábitos para conservar la salud y bienestar”. (p.7). El centro educativo hace hincapié en muchos hábitos, por lo que juegan un papel muy importante en el desarrollo de cada niño.

### **2.1.3. ¿Qué son hábitos saludables?**

Para mantener una buena salud es necesario practicar hábitos saludables, para adquirir los nutrientes que el organismo necesita, desde pequeños nos enseñan a realizar hábitos saludables, es necesario ejercitar el cuerpo y mantener una buena alimentación balanceada con todos los nutrientes necesarios para que el organismo pueda funcionar adecuadamente.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) define la salud como “un estado de completo bienestar, físico, mental y social”. Es necesario aprender y realizar actividades físicas para mantener una buena salud, nuestro organismo requiere de una alimentación sana y saludable para que el cuerpo no sufra enfermedades causadas por la mala alimentación y la falta de ejercicio.

Por lo tanto, los hábitos de vida saludable se definen como “todas aquellas conductas y comportamientos que asumimos como propias y que inciden prácticamente en nuestro bienestar físico, mental y social” (Trujillo, 2009). Los hábitos alimenticios se adquieren desde casa y se fortalecen en la escuela y se quedarán a lo largo de nuestras vidas. (p.10)

Según el Currículum Nacional Base (CNB, 2010):

El nivel de educación preprimaria agrupa las capacidades cognitivas, procedimentales y actitudinales que los niños y niñas deben de poseer, manifiesta hábitos de orden, limpieza y convivencia que le ayudan a mantener su salud física y mental y actitudes favorables para la conservación del medio ambiente. (p.41)

#### **2.1.4. Alimentación saludable**

Alimento proviene del latín “*alere*” que significa nutrir, hacer crecer se relaciona con el acto humano de comer, que satisface necesidades biológicas y sociales (Vásquez Gladis 2006).

Una buena alimentación es fundamental para el organismo ya que este necesita de muchos nutrientes para poder desarrollarse adecuadamente. Estos nutrientes deben de incluir proteínas, carbohidratos, grasas, agua y minerales. Una alimentación que contenga todos los nutrientes ayuda a evitar enfermedades como obesidad, anemia, diabetes entre otras. Por ello es necesario una alimentación balanceada que permita gozar de una calidad de vida. (p. 3)

Según Organización Mundial de la Salud –OMS- (s.f) alimento es “sustancia o producto de carácter natural o artificial apta para el consumo humano. Es cualquier sustancia que aporta la materia y la energía necesarias para realizar nuestras funciones vitales”

Para mantener una alimentación saludable se ven involucrados muchos factores, uno de ellos es la economía que afectara la disponibilidad de una alimentación sana. Es necesario que todos los niños mantengan una buena alimentación rica en vitaminas y minerales, por lo que El gobierno realiza un papel fundamental ya que brinda apoyo a los centros educativos, para que ellos les proporcionen a los niños una alimentación que cumpla con todos los nutrientes necesarios.

#### **2.1.5. Características de los espacios saludables**

Los espacios saludables son espacios físicos donde las personas deben de sentirse cómodas. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003) define que

Todos los niños tienen derecho a crecer en un ambiente saludable, esto es, a vivir, estudiar y jugar en lugares sanos. Interviniendo para proteger el entorno de los niños es posible salvar millones de vidas, reducir las enfermedades y conformar un mundo más seguro y saludable para el futuro de nuestros hijos.

Según el Ministerio de Educación de Guatemala (2015) describe los espacios saludables como:

Ambientes físicos definidos como las instalaciones básicas, infraestructura, espacios, equipamientos y provisión de servicios de agua y desechos sólidos, entre otros. Ambiente psicosocial, definido como el entorno que permite el desarrollo humano integral por medio de convivencia, ausencia de violencia, interculturalidad y equidad de género.

Un espacio saludable es el que proporciona tranquilidad, en los centros educativos un espacio saludable debe de brindar tranquilidad, armonía y seguridad.

#### **2.1.6. Higiene y cuidado de los espacios saludables**

Según Koziwe (2005), “la higiene personal se define como “el autocuidado por el que las personas realizan funciones tales como el baño, el aseo personal, la higiene general del cuerpo y el aseo personal” (P.774)

Dueñas (2001) refiere que, “la higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud”. Parada (2011), “brinda normas para mantener la salud del cuerpo, la higiene procura el bienestar del hombre. Enseñándole a preservarse de los agentes que pueden alterar su salud mediante el mantenimiento de su integridad física, intelectual y psíquica”. (p.5)

La higiene es responsabilidad de cada persona, esto ayudará a prevenir enfermedades en el cuerpo y organismo. Es necesario una buena higiene, esto evita muchas enfermedades, por lo que es necesario mantener el hábito de higiene con los niños y dar a conocer la importancia que esto tiene en nuestro cuerpo para mantener una buena salud.

Potter y Perry (2003) sostienen que “la práctica de la higiene es una cuestión de responsabilidad individual, que se adquiere a través del proceso de educación; y corresponde a padres y maestros/as la labor de inculcar hábitos saludables”. (p.8)

### **2.1.7. Escuela saludable**

Con la finalidad de prevenir enfermedades y mantener en un buen estado de salud en las escuelas, se establece diferentes programas que ayudan a mantener una escuela saludable.

La Comisión escolar de Escuelas Saludables de Guatemala (2005) definió.

Como el centro educativo digno que contribuye al desarrollo de competencias básicas para vida, favoreciendo el bienestar biológico, intelectual y social de las y los escolares, por medio de acciones integrales de promoción de la salud”.

Las escuelas saludables ayudan a brindar una alimentación adecuada y balanceada para fortalecer el organismo de cada niño y así prevenir cualquier tipo de enfermedades. El Estado ayuda a las escuelas con programas para brindar una buena alimentación basada en todas las vitaminas y nutrientes necesarios que el niño necesita en su organismo para mantener una buena salud. Las escuelas ayudan a fortalecer los buenos hábitos alimenticios, mismos que se deben de mantener en los hogares. (p.1)

### **2.1.8. Espacio saludable**

Un espacio saludable es mantener un ambiente limpio y adecuado para nuestra salud, para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2003) menciona

Los niños tienen derecho a crecer en un ambiente saludable, esto es, a vivir, estudiar y jugar en lugares sanos. Interviniendo para proteger el entorno de los niños es posible salvar millones de vidas, reducir las enfermedades y conformar un mundo más seguro y saludable para el futuro de nuestros hijos.

Todos deben de ser partícipes para mantener un ambiente en óptimas condiciones esto nos ayuda para que los niños mantengan una buena salud, un mejor rendimiento escolar y un buen desarrollo físico, mental y emocional.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS, 1996) define espacios saludables como:

Escenarios locales donde comparativamente, las condiciones de vida y el estado de salud son más favorables en términos de oportunidades, para el desarrollo individual y colectivo de los diversos grupos que integran la sociedad”. Es por ello que se lleva a cabo el programa Día Mundial de la Salud que inicia en el año 2003 con el tema espacios saludables ellos registran que cada año más de 5 millones de menores mueren por causas de enfermedades e infecciones causadas por el ambiente donde viven, muchas de estas muertes podrían disminuir si estos niños pudieran tener la oportunidad de tener una vivienda, escuela y comunidades con espacios saludables.

Un espacio saludable brinda condiciones de vida saludables, esto favorece al desarrollo saludable y sostenible de cada persona.

## **2.2. Consumo de alimentos**

### **2.2.1. Alimento**

Años atrás la alimentación y la nutrición era un tema que no preocupaba a la sociedad ni a las comunidades, hoy en día con el paso del tiempo la alimentación se ha vuelto un tema y una problemática para la sociedad y el mundo entero.

Los alimentos son sustancias nutritivas, aportan al organismo nutrientes que ayudan al buen funcionamiento de la salud.

En los alimentos las sustancias de estos nutrientes son esenciales para nuestro organismo ellos ayudan a mantener una buena salud, es necesario consumir diariamente estos nutrientes para fortalecer el sistema inmunológico.

### **2.2.2. Clasificación de los alimentos**

Los alimentos se pueden clasificar de distintas formas, dependiendo de su origen pueden ser animal o vegetal. Estos proporcionan nutrientes para el organismo, por lo que es recomendable consumirlos diariamente para que puedan proporcionar los nutrientes necesarios para mantener una buena salud y favorecer al organismo y así poder evitar enfermedades a largo plazo.

Hernández y Sastre (2003) indican que, “es necesario tener un equilibrio y balance ante los grupos alimenticios se debe de consumir solo lo necesario, es importante mantener un nivel balanceado de todos los grupos alimenticios”. (p.13,14)

Clasificación de los alimentos según Hernández y Sastre (2003)

Alimentos plásticos

- Leche y derivados
- Carne, pescado y huevos

#### Alimentos energéticos

- Cereales y derivados
- Patatas
- Grasas y aceites

#### Alimentos fundamentalmente energéticos

- Legumbre
- Frutos secos

#### Alimentos reguladores

- Verduras y hortalizas
- Frutas.

### 2.2.3. Importancia de los alimentos

La palabra “*alimento*” proviene del latín que significa nutrir, hacer crecer, se relaciona con el acto humano de comer; que satisface necesidades biológicas y sociales.

Los alimentos proporcionan grandes cantidades de nutrientes, ellos cumplen una función muy importante en el cuerpo pues son necesarios para la obtención de la energía que se necesita a diario. Hay muchas formas de adquirir los alimentos entre ellos encontramos los procesados, los orgánicos y los naturales.

La guía alimentaria para la población uruguaya (s.f.) define la importancia de alimentación.

Alimentarse significa mucho más que satisfacer el hambre, nutrir el cuerpo o prevenir y tratar enfermedades. Los alimentos proporcionan los nutrientes proteínas, grasas, glúcidos, vitaminas y minerales, necesarios para mantener todas las funciones del cuerpo. Además, los alimentos aportan numerosos compuestos químicos con actividad biológica. Frutas, verduras, leguminosas, nueces y pescados contienen compuestos con propiedades antioxidantes y antiinflamatorias. (p. 8)

Los alimentos son todos aquellos productos que se consumen y brindan nutrientes, vitaminas y mineral para el organismo y este a su vez proporciona la energía que a diario se necesita para realizar nuestras actividades.

#### **2.2.4. Alimentación saludable**

La alimentación saludable juega un papel fundamental en el organismo por eso es necesario mantener una alimentación equilibrada desde los primeros años de vida, para así adquirir buenos hábitos alimenticios. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2005) indica que “los primeros dos años de vida de un niño, una nutrición óptima impulsa un crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo. Además, reduce el riesgo de sobre peso y obesidad y de desarrollar enfermedades no transmisibles más adelante”.

El poder llevar una alimentación saludable permite tener un estilo de vida saludable, estos alimentos cubrirán las necesidades nutricionales que el cuerpo necesita para un adecuado desarrollo y crecimiento.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2005) define

La composición exacta de una alimentación saludable, equilibrada y variada depende de las necesidades de cada persona (por ejemplo, de su edad, sexo, hábitos de vida, ejercicio físico), el contexto cultural, los alimentos disponibles localmente y los hábitos alimentarios. No obstante, los principios básicos de la alimentación saludable son siempre los mismos.

#### **2.2.5. Cantidad de nutrientes en los alimentos**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) define

Alimento como sustancia o producto de carácter natural o artificial apta para el consumo humano. Es cualquier sustancia que aporta la materia y la energía necesarias para realizar nuestras funciones vitales” y nutrientes “son componentes químicos de los alimentos que se pueden utilizar una vez se han ingerido y absorbido. Comprenden los factores dietéticos de carácter orgánico e inorgánico contenidos en los alimentos y que tienen una función específica en el organismo.

Según la Guía alimentaria de Guatemala (2012) establece que existen dos clases de nutrientes: nutrientes mayores (Macronutrientes) y nutrientes menores (Micronutrientes).

- Nutrientes mayores: son aquellos que el cuerpo necesita en mayores cantidades siendo éstos: carbohidratos, proteínas y grasas.

- Nutrientes menores: los que el cuerpo necesita en menores cantidades siendo éstos: vitaminas y minerales. (p.9)

### **2.2.6. Adquisición de hábitos alimenticios**

Los hábitos alimentarios se adquieren a lo largo de la vida. Es necesario llevar una dieta equilibrada y variada, donde se debe de incluir alimentos de todos los grupos en cantidades suficientes para cubrir las necesidades energéticas y nutritivas. Una vida saludable se consigue consumiendo alimentos nutritivos.

La Fundación Española de la Nutrición (2014) establece que la adquisición de hábitos alimentarios “son comportamientos consistentes, colectivos y repetitivos que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales” (s. p.)

El proceso de adquirir los hábitos alimenticios comienza en el hogar con la familia pues es ahí donde se establecen, para ponerlos en práctica a lo largo de la vida. Como decía F. Grande-Covián “Es más fácil que un hombre cambie de religión que de hábitos alimentarios”.

Guatemala es un país con diversidad de culturas por lo que no se acostumbra a tener hábitos alimenticios en la mayoría de las familias. La práctica adecuada de los hábitos ayuda al crecimiento y a mantener una buena salud, por lo que es necesario y recomendable adquirir una alimentación con todos los nutrientes necesarios para el organismo, tomando en cuenta que es en la infancia donde se debe de tener una alimentación completa para el desarrollo y el funcionamiento adecuado del cuerpo.

### **2.2.7. Valor nutritivo y saludable que necesitan los niños**

Los niños en edad escolar necesitan de una alimentación nutritiva y saludable estos deben de tener suficiente energía, mantener vitamina, calcio, hierro, cinc y yodo. Todas las personas que rodean a los niños ayudan a mantener una alimentación saludable entre ellos están:

maestros, padres de familia y personal de cocina deben de trabajar juntamente para que ellos puedan recibir alimentos que su cuerpo necesita y así mantener una buena salud.

Según el Ministerio de Educación de Guatemala –MINEDUC- (2019) Tiene como objetivo:

“Contribuir al desarrollo integral, el acceso, el aprendizaje, el rendimiento escolar, la formación de hábitos alimentarios saludables para los escolares, por medio de una alimentación alimentaria y nutricional y la provisión de una alimentación nutritiva, en un entorno favorable a la nutrición durante el año escolar.”

El Ministerio de Educación establece el valor nutricional en los alimentos, este debe de cubrir entre un cuarto y un tercio de la energía necesaria en la etapa escolar.

## **2.2.8. Los nutrientes que necesita el cuerpo**

### **2.2.8.1. Las proteínas y su función**

Las proteínas juegan un papel fundamental en el organismo por lo que se deben de incluir diariamente en la alimentación, están formadas de aminoácidos que ayudan a los músculos, uñas, cartílagos, piel y cabello estos básicamente están compuestos de proteínas. La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y la Organización Mundial de la Salud (FAO, 2003) indican que la ingesta de proteínas recomendada es del 10 al 15% diariamente.

Las proteínas están presentes en todos los tejidos del organismo y el cuerpo, por lo que Fernández (2003) menciona “Las proteínas constituyen la base de toda célula viva, hasta el punto que, la vida no sería posible sin las proteínas, las tres funciones principales de la materia viva (crecimiento, reproducción y nutrición), están directamente ligadas a ellas”. (p. 10).

Las proteínas cumplen en el organismo funciones importantes para mantener sano al cuerpo, por lo que es necesario y vital que se consuman a diariamente y así mantener un buen estado de salud.

### **2.2.8.2 Los carbohidratos y su función**

Los carbohidratos funcionan como reserva de energía en el organismo es necesario incluirlo en los alimentos de forma constante. La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y la Organización Mundial de la Salud (FAO, 2003) sugiere que “los carbohidratos deberían satisfacer la mayor parte de las necesidades energéticas y representar entre el 55% y el 75% de la ingesta diaria”.

Los carbohidratos junto a las proteínas y grasas brindan al organismo la energía que necesita el cerebro y sistema nervioso, según Ara A. En su guía completa de alimentación y aditivos alimentarios, los carbohidratos, “constituyen una fuente de energía de alto rendimiento, aportan el 90% de calorías totales después de una ingesta de alimenticia de cereales, frutas y hortalizas.” (p.51)

Según la Guía alimentaria de Guatemala (2012) los carbohidratos son los que proporcionan al organismo energía, indispensable para el funcionamiento y desarrollo de las actividades diarias.

### **2.2.8.3. Las grasas y su función**

Las grasas realizan funciones básicas en el organismo, ayudan en la reparación de células y en la absorción de las vitaminas, son necesarias para el cuerpo porque aportan una importante fuente calórica.

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación y la Organización Mundial de la Salud (FAO, 2003) sugiere que las “grasas deberían representar entre el 15% y el 30% de la ingesta energética diaria total, y las grasas saturadas deberían constituir menos del 10% de ese total”.

Las grasas o lípidos son esenciales en nuestro cuerpo para poder mantener un organismo saludable, estos brindan una fuente de energía y aportan los nutrientes esenciales que nuestro organismo necesita para su funcionamiento. Los lípidos representan la parte grasa de los alimentos, su función es también energética, ya que estos son buenos combustibles y además tiene efectos saborizantes, aumentando así el gusto de algunas preparaciones culinarias. (Fernández 2003).

#### **2.2.8.4. Las vitaminas y su función**

Las vitaminas son micronutrientes orgánicos, sin valor energético, necesarias para el hombre en muy pequeñas cantidades y que deben ser aportadas por la dieta, por la alimentación, para mantener la salud.

Matrix J en el documento Nutrición para educadores (s.f) las vitaminas en su mayoría son “nutrientes esenciales, por lo que existen tres vitaminas las cuales son irrelevantemente necesarias para el organismo que son vitamina D3, vitamina K y Acido nicotínico”. (p.117)

Las vitaminas tienen una función importante en el organismo ayudan a la liberación de energía, la cual es necesaria para el cuerpo, se encuentran en alimentos de origen animal y vegetal. Matrix J (s.f) indica en su libro educación para los educadores que las “vitaminas son fundamentales en la regulación de los procesos metabólicos, actuando como catalizadores en la reacción bioquímicas, asociadas a las enzimas correspondientes” (p.121)

Según la Guía alimentaria de Guatemala (2012) las vitaminas ayudan a regular las diferentes funciones del organismo. El cuerpo humano sólo las necesita en pequeñas cantidades, pero si no se consumen, afectan la salud del individuo. Las vitaminas se encuentran en pequeñas cantidades en casi todos los alimentos, principalmente en frutas, hierbas, verduras y productos de origen animal. (p. 10)

Las vitaminas son esenciales para el organismo, son nutrientes que ayudan a la regulación de diferentes funciones en el cuerpo. Ellas poseen sustancias orgánicas que ayudan al funcionamiento de él organismo, las encontramos en los alimentos y son necesarias para nuestro cuerpo.

#### **2.2.8.5. Los minerales y su función**

Matrix J. en el documento Nutrición para educadores (s.f) define los minerales como:

El organismo necesita de minerales, estos son de vital importancia en el cuerpo porque ayuda a la formación de huesos y a la producción de hormonas. Por lo que es necesario mantener una dieta que nos pueda brindar los nutrientes necesarios que el organismo necesita diariamente. (p.16)

Según la Guía alimentaria de Guatemala (2012) los minerales al igual que las vitaminas, se necesitan en pequeñas cantidades. Estos forman parte de los tejidos y participan en funciones específicas del organismo. Los minerales también están presentes en pequeñas cantidades en muchos alimentos, especialmente en los de origen animal. (p. 10)

Para mantener nuestro cuerpo en buen estado de salud, es necesario conocer que alimentos contienen vitaminas y minerales, mantener una alimentación balanceada para el fortalecimiento del organismo.

#### **2.2.8.6. El agua y su función**

En el documento Fundamentos de Nutrición (2006) define agua

Está ampliamente distribuida en los alimentos, aproximadamente, el 95% de peso de las frutas y las verduras corresponde a agua, mientras que en las carnes y el queso es el 50%”.

El agua es un nutriente esencial para la vida, realiza funciones vitales para él, pues participa en reacciones químicas corporales, actúan como medio de transporte de nutrientes en el plasma, regula la temperatura corporal, y hace parte de la estructura química de compuestos que forman las células, los tejidos y los órganos.

El agua es la sustancia más importante para el cuerpo humano, porque realiza funciones importantes en el organismo, es un nutriente esencial pues es medio de transporte de nutrientes, ayuda a la estructura química de compuestos que forman las células, los tejidos y los órganos. (p.6)

El consumo de agua es vital para el organismo, el ser humano está compuesto por un 60% de agua, el cuerpo necesita diariamente de las propiedades del agua las células necesitan de agua para realizar todas las funciones en nuestro organismo.

### **2.3. Trastornos ocasionados por la alimentación inadecuada**

#### **2.3.1. La desnutrición**

La desnutrición ocurre cuando no se recibe una alimentación adecuada, afecta a muchos niños en el área rural donde se encuentran muchas familias de escasos recursos, la falta de alimentos es la mayor causa de desnutrición. Por lo que El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2019) María Claudia Santizo, Oficial de Nutrición en UNICEF Guatemala define

La situación de la infancia en Guatemala no es buena. **Tenemos un 34% de mortalidad infantil. Nuestro principal problema es la desnutrición crónica.** Las principales causas de la mortalidad infantil son la neumonía y las enfermedades diarreicas agudas y el 54% de estas enfermedades están asociadas a algún grado de desnutrición. Es el problema básico de la infancia, que trae muchas consecuencias y perpetúa todo el ciclo de la pobreza. La deserción escolar es muy alta y en gran parte no se debe a la falta de oportunidades, sino a las propias consecuencias de la desnutrición: disminuye la capacidad de concentración de los niños y terminan desertando de la escuela. **En Guatemala el 49,8% de los niños sufre desnutrición crónica, esto es, 1 de cada 2.** Es el primer lugar en América Latina y el sexto en el mundo en cuanto a desnutrición infantil.

La Organización Mundial de la Salud (OMS 2016) define la desnutrición como:

La desnutrición comprende el retraso del crecimiento (estatura inferior a la que corresponde a la edad), la emaciación (peso inferior al que corresponde a la estatura), la insuficiencia ponderal (peso inferior al que corresponde a la edad) y las carencias o insuficiencias de micronutrientes (falta de vitaminas y minerales importantes). El otro es el del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas con el régimen alimentario (cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cánceres).

Dr. Gómez (2003) presenta en su artículo, salud pública de México

La desnutrición es la pérdida total del peso en el organismo, se llama desnutrido a un niño que ha perdido mínimo del 15% de su peso. Llama desnutrición de primer grado a toda pérdida de peso que no pase del 25% del peso que el paciente debería tener, para su edad; llamamos desnutrición de segundo grado cuando la pérdida de peso fluctúa entre el 25 y el 40%, y, finalmente llamamos desnutrición de tercer grado, a la pérdida de peso del organismo más allá del 40%.

La desnutrición es una enfermedad que afecta a miles de personas en todo el mundo, cada día las cifras de niños con desnutrición van en aumento. La falta de nutrientes, vitaminas y minerales hace que el organismo no funcione adecuadamente y es ahí donde comienzan los niños a padecer de muchas enfermedades.

La desnutrición afecta la salud, esta enfermedad se produce debido a que no se ingiere la cantidad necesaria de alimentos energéticos y proteínas, estos alimentos son de mucha importancia en el organismo, cumplen una función importante en el cuerpo. Las personas más

vulnerables para esta enfermedad son los niños, por lo que se debe de mantener una buena nutrición desde su nacimiento.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, 2011) estima que, en el mundo en desarrollo, cerca de 200 millones de niños menores de 5 años sufren desnutrición crónica, cuyos efectos se harán sentir durante el resto de sus vidas. Además, en torno al 13% de los niños menores de 5 años padece desnutrición aguda, que requiere tratamiento inmediato y atención médica urgente.

#### **2.3.1.1. Causas de la desnutrición**

En esta época es muy frecuente encontrar casos de desnutrición en cualquier comunidad, existen muchas causas del porque ocurre esto, pero una de ellas es la falta de alimentación en los hogares y esto ocurre por la falta de empleo. Todo esto conlleva a tener un número elevado de niños desnutridos.

Para el Fondo de las Naciones Unidas y la Infancia (UNICEF, 2019) Oficial de Nutrición en Guatemala define que las causas de la desnutrición como:

Se debe a varios factores: por un lado, la **falta de alimentos**; y por otro, **los hábitos alimenticios**. Las madres piensan que los niños lloran porque les duele el estómago, no por hambre, lo que solucionan introduciendo aguas caseras. Cuando los niños las toman, se llenan y no tienen deseos de mamar porque se llenaron. Así empieza todo el círculo, ya que la madre comienza a no producir suficiente leche. Además, la alimentación complementaria es muy tardía y no es adecuada ni en cantidad ni en calidad.

Es necesario hacer conciencia a los padres de familia sobre importancia que tiene la alimentación balanceada para evitar enfermedades desde temprana edad causadas por la mala alimentación.

#### **2.3.1.2. Consecuencias de la desnutrición**

Para la Organización Mundial de la Salud (2016) define las consecuencias de la desnutrición.

Muchas familias no tienen recursos para adquirir suficientes alimentos nutritivos, como frutas y verduras frescas, legumbres, carne o leche, o no tienen acceso a ellos. Por lo que, en abril de 2016, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó una resolución en la que se proclamaba el Decenio de Acción de las Naciones Unidas sobre la Nutrición de 2016 a 2025. El Decenio tiene el objetivo de catalizar los compromisos políticos que desembocan en actuaciones mensurables contra todas las formas de malnutrición. La

finalidad es que todas las poblaciones tengan acceso a dietas más sanas y sostenibles para erradicar todas las formas de malnutrición en el mundo entero.

Según el Dr. Willermo Chávez. En su blog (Desnutrición crónica y sus efectos más visibles) expone las causas de la desnutrición son efectos notables en la talla, porque retrasa el comportamiento normal de crecimiento, pero también en el aprendizaje, dado que el desarrollo del cerebro de estos niños y niñas, no es igual a los que tienen las personas con una nutrición adecuada.

La desnutrición afecta a muchas familias, el no poder dar una alimentación balanceada con vitaminas y minerales que el organismo para permanecer saludable hace que comience la desnutrición en muchos niños y esto trae consigo efectos muy notables en su crecimiento, peso, talla y rendimiento escolar.

### **2.3.2. El sobrepeso y obesidad**

La obesidad y el sobrepeso se definen como una enfermedad de alta prevalencia en casi todo el mundo, esto afecta al organismo, es una acumulación de grasa corporal que afecta nuestra salud.

Todo niño que padece obesidad y sobrepeso tiende a seguir siendo obesos de adulto y corren el riesgo de padecer enfermedades a temprana edad, esta situación ocurre por la malnutrición, y en la mayoría de los casos se debe por los malos hábitos alimenticios que se tienen en el hogar.

La Organización Mundial de la Salud (OMS,2016) indica que

Según las estimaciones unos 41 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso o eran obesos. Si bien el sobrepeso y la obesidad se consideraban antes un problema propio de los países de ingresos altos, actualmente ambos trastornos aumentan en los países de ingresos bajos y medianos, en particular en los entornos urbanos.

En 2016 había más de 340 millones de niños y adolescentes (de 5 a 19 años) con sobrepeso u obesidad.

La prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes (de 5 a 19 años) ha aumentado de forma espectacular, del 4% en 1975 a más del 18% en 2016. Este aumento ha sido similar en ambos sexos: un 18% de niñas y un 19% de niños con sobrepeso en 2016.

Mientras que en 1975 había menos de un 1% de niños y adolescentes de 5 a 19 años con obesidad, en 2016 eran 124 millones (un 6% de las niñas y un 8% de los niños).

A nivel mundial, el sobrepeso y la obesidad están vinculados con un mayor número de muertes que la insuficiencia ponderal. En general, hay más personas obesas que con peso inferior al normal.

El sobrepeso y la obesidad son enfermedades que se caracterizan por la acumulación de grasa en los tejidos del cuerpo trayendo consecuencias perjudiciales para nuestra salud.

Según William A. (2012). El término obesidad proviene del latín *obesitas* que significa “a causa de que yo como”. Así obesidad y sobrepeso se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, pero una supone mayor acumulación de grasa que la otra.

#### **2.3.2.1. Causas del sobrepeso y la obesidad**

Según la Organización Mundial de la Salud (2020) explica que la causa fundamental del sobrepeso y la obesidad es un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas. Esto se debe a la ingesta de alimentos de alto contenido calórico ricos en grasas que afecta al organismo si no se tiene las precauciones necesarias.

Se debe de tener una buena alimentación desde temprana edad y una actividad física diaria para mantener nuestro cuerpo con buena salud.

#### **2.3.2.2. Consecuencias del sobrepeso y la obesidad**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) el Índice de Masa Corporal – IMC- elevado es un importante factor de riesgo de enfermedades no transmisibles, como las siguientes:

- Las enfermedades cardiovasculares (principalmente las cardiopatías y los accidentes cerebrovasculares), que fueron la principal causa de muertes en 2012; la diabetes;

- Los trastornos del aparato locomotor (en especial la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones muy discapacitante), y algunos cánceres (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones y colon).

## **2.4. Fundamentación legal**

Es necesario que, para toda investigación, previo a realizar un proyecto en el ámbito educativo, es fundamental respaldar con las bases legales lo que respalda la ejecución del mismo, con el objetivo de establecer las leyes, acuerdos, decretos u otro instrumento legal que respalde la implementación del comedor escolar y así poder enseñar buenos hábitos a los niños de nivel preprimaria, de la Escuela Oficial de Párvulos, colonia nueva vida.

### **2.4.1. Constitución de la República de Guatemala de fecha 31 de mayo de 1985**

La carta magna conocida como la ley suprema del país de Guatemala, en donde se encuentran plasmados todos los derechos y obligaciones que se deben de cumplir todos los guatemaltecos e Instituciones del país.

Indica en la sección cuarta

“Educación”, artículos 71 y 72 señala que:

Artículo 71. Se garantiza la libertad de enseñanza y de criterio docente. Es obligación del Estado proporcionar y facilitar educación a sus habitantes sin discriminación alguna. Se declara de utilidad y necesidad públicas la fundación y mantenimiento de centros educativos culturales y museos.

Artículo 72. La educación tiene como fin primordial el desarrollo integral de la persona humana, el conocimiento de la realidad y cultura nacional y universal.

Se declaran de interés nacional la educación, la instrucción, formación social y la enseñanza sistemática de la Constitución de la República y de los derechos humanos.

En estos artículos se sostiene la importancia de la educación en Guatemala, es necesario conocer que es el Estado es quien está obligado a facilitar el proceso de educación a todos los ciudadanos, reconociendo que todos tienen los mismos derechos y desarrollo integral. Según el Artículo 99. “El Estado velará porque la alimentación y nutrición de la población reúna los requisitos mínimos de salud”. En sus Artículos 93 al 96 indica que la salud es un derecho fundamental para toda persona sin discriminación alguna. (Const., 1985). Es necesario

mantener una buena alimentación y nutrición a los niños, para contribuir al normal desarrollo y crecimiento de los mismo, por ello es necesario ofrecer una alimentación variada y equilibrada que contengan los nutrientes necesarios para el organismo y así poder prevenir enfermedades para el cuerpo.

### **2.2.2 Ley Nacional de Educación Decreto Legislativo No. 12-91**

Esta ley proporciona una educación basada en principios culturales, espirituales y humanos que ayudaran a los niños a formarse y prepararse para la convivencia social, cultivando y fomentando en ellos cualidades físicas, morales intelectuales, espirituales y cívicas, enseñándoles valores para que aprendan a respetar a cada persona humana y a la naturaleza.

**ARTICULO 36.** Obligaciones de los Educadores. Son obligaciones de los educadores que participan en el proceso educativo, las siguientes:

- b. Respetar y fomentar el respeto para con su comunidad en torno a los valores éticos y morales de ésta última.
- c. Participar activamente en el proceso educativo.
- i. Colaborar en la organización y realización de actividades educativas y culturales de la comunidad en general.

**ARTICULO 37.** Obligaciones de los Directores. Son obligaciones de los Directores de centros educativos las siguientes:

- c. Asumir conjuntamente con el personal a su cargo la responsabilidad de que el proceso de enseñanza-aprendizaje se realice en el marco de los principios y fines de la educación.
- d. Responsabilizarse por el cuidado y buen uso de los muebles e inmuebles del centro educativo.

### **2.4.3 Ley de Alimentación Escolar Decreto Número 16-2017**

Esta ley garantiza que todos los niños y niñas puedan tener una alimentación sana y nutritiva en todos los centros educativos públicos del país. Por lo que en sus objetivos garantiza la alimentación escolar, alimentación saludable y el bienestar en la salud, con la finalidad de formar los hábitos alimenticios saludables en los niños, a través de acciones de educación alimentaria y nutricional y el suministro de alimentos nutritivos durante todo el ciclo escolar, para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje.

Los objetivos de esta Ley son los siguientes:

**Artículo 1.** Objeto. La presente ley tiene por objeto garantizar la alimentación escolar, promover la salud y fomentar la alimentación saludable de la población infantil y adolescente que asiste a establecimientos escolares públicos o privados con la finalidad que aprovechen su proceso de enseñanza aprendizaje y la formación de hábitos alimenticios saludables de los estudiantes, a través de acciones de educación alimentaria y nutricional y el suministro de alimentos de los estudiantes durante el ciclo escolar, de acuerdo a la presente Ley y su reglamento.

**Artículo 2.** Objetivos específicos.

a. Ejecutar acciones tendientes a mejorar el estado nutricional y desarrollo académico de los estudiantes que asisten a centros educativos públicos o privados.

b. Promover hábitos alimentarios saludables en toda la población, iniciando en los estudiantes de nivel escolar, facilitando la educación pertinente, incluyendo a los padres de familia.

3 c. Favorecer a los estudiantes que concurren a estos establecimientos para que tengan la posibilidad de incorporar alimentos y bebidas nutritivamente adecuados, estableciendo que los mismos estén disponibles en las tiendas, cafeterías y comedores que se encuentren dentro de los centros educativos.

**Artículo 28.** Infraestructura para la alimentación escolar. El Ministerio de Educación gestionara con las municipalidades del país los requerimientos de infraestructura de apoyo a la alimentación escolar, quienes utilizaran fondos propios, así como de las transferencias que el Ministerio de Finanzas Publicas les realiza producto del situado constitucional, IVA-Paz, Fonpetrol y de los Consejos de Desarrollo Departamental, para el financiamiento correspondiente. Asimismo, gestionará con otros Ministerios, la infraestructura necesaria para el Programa de Alimentación Escolar.

Es necesario estimular el gusto por los alimentos en los niños y fortalecer diariamente la formación de hábitos alimenticios, para garantizar una alimentación variada y equilibrada, que le permita obtener al niño los nutrientes necesarios y una buena salud. Las escuelas dan un gran aporte a los niños y niñas, ya que ayudan a fortalecer el rendimiento académico de los mismos, el suministro de alimentos que proporcionan en la escuela ayuda a la nutrición de los estudiantes.

#### **2.4.4 Acuerdo Gubernativo No. 183-2018. Reglamento de la Alimentación Escolar**

El presente reglamento tiene como propósito verificar el cumplimiento de la ley de alimentación escolar.

**Artículo 2.** La alimentación escolar debe ser saludable en calidad y cantidad adecuada, con pertinencia cultural, orientada al consumo local; con la participación de la comunidad educativa de centros educativos públicos y privados durante el ciclo escolar.

**Artículo 3. Objetivos.**

1. Dar operatividad a la Ley de Alimentación Escolar en el ámbito público y privado;
2. Establecer lineamientos para proporcionar la alimentación escolar adecuada en cantidad y calidad, cumpliendo con los requerimientos nutricionales de los escolares en los niveles de preprimaria y primaria de los centros educativos públicos y privados durante el ciclo escolar;
3. Establecer procedimientos para implementar los huertos escolares pedagógicos como herramienta para la educación alimentaria y nutricional, con enseñanza de buenas prácticas agropecuarias, siempre y cuando se tenga la disponibilidad de infraestructura y recursos para implementarlos;
4. Establecer los procesos de capacitación permanente dirigida a las Organizaciones de Padres de Familia -OPF- de centros educativos públicos en temas de administración, salud, alimentación y nutrición; y,
5. Designar las dependencias y mecanismos para la formulación de un listado de alimentos saludables y nutritivos para el Programa de Alimentación Escolar.

**Artículo 40. Proceso de gestión de requerimientos de infraestructura básica para la alimentación escolar.** Los directores de los centros educativos públicos en coordinación con su Organización de Padres de Familia -OPF-, enviarán la lista de necesidades en materia de infraestructura y servicios básicos, que consiste en comedores, cocinas, baños y lavamanos y proyectos de introducción de agua en apoyo a la alimentación escolar, a la Dirección Departamental de Educación correspondiente quien a su vez, se encargarán de la gestión ante Consejo Municipal de Desarrollo -COMUDE- y ante el Concejo Municipal para que puedan ser proyectos priorizados dentro del financiamiento de los recursos provenientes del situado constitucional, de los Consejos de Desarrollo Departamentales, IVA-Paz y Fonpetrol. Para los casos en los cuales el proceso de gestión sea con otros Ministerios y agencias de cooperación nacional e internacional, será el Despacho Superior del Ministerio de Educación a través de la Dirección de Cooperación Nacional e Internacional -DICONIME- quien realice dichas acciones.

Este reglamento hace énfasis en la importancia que tiene una buena alimentación de calidad, esto con el fin de ayudar al desarrollo escolar en los estudiantes, una alimentación saludable y nutritiva ayudara a obtener resultados positivos en los centros educativos.

Es necesario seguir una línea alimenticia equilibrada y saludable para los niños, pues de esto dependerá que se mantenga en una buena salud.

## **2.4.5 Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional**

La Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional –SINASA tiene como objetivo velar por la seguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca.

Según Decreto Número 32-2005. En su capítulo II establece los objetivos donde establece la importancia alimentaria y nutricional para el desarrollo humano.

Artículo 7. Objetivos. El objetivo fundamental del SINASAN es establecer y mantener, en el contexto de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, un marco institucional estratégico de organización y coordinación para priorizar, jerarquizar, armonizar, diseñar y ejecutar acciones de seguridad Alimentaria y Nutricional –SAN- a través de planes, siendo sus objetivos principales:

a. Impulsar acciones encaminadas a la erradicación de la desnutrición y reducción de enfermedades carenciales y por exceso en todo el territorio nacional y la eliminación de la transmisión intergeneracional de la desnutrición, creando y fortaleciendo condiciones que contribuyan a que toda la población acceda a oportunidades de desarrollo humano digno.

b. Diseñar e implementar acciones eficaces y oportunas de disponibilidad de productos básicos de la alimentación y asistencia alimentaria a los grupos de población que padecen desnutrición, complementadas con programas de desarrollo comunitario y seguridad alimentaria y nutricional;

c. Impulsar los objetivos de la Política Nacional de SAN del Estado guatemalteco en los planes estratégicos, programas y proyectos sectoriales orientados al desarrollo socioeconómico del país.

Estos incisos, asumen un gran propósito en el que impulsan acciones para poder controlar la desnutrición y así poder reducir enfermedades causadas por la mala alimentación, El Sistema de Seguridad Alimentaria y Nutrición vela porque toda la población pueda adquirir una alimentación rica y balanceada que contenga todas las vitaminas, minerales y nutrientes que necesita el cuerpo para mantener una buena salud.

Esta ley tiene como propósito implementar programas para contribuir al desarrollo de las comunidades y así contribuir al desarrollo nutricional de la población

## **Capítulo III**

### **3. Plan de acción**

#### **3.1 Identificación**

Universidad de San Carlos de Guatemala.

Centro Universitario de El Progreso.

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Carné: 201441622

Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Línea de acción: Educación, ambiente saludable y hábitos alimenticios.

#### **3.2 Título**

Habilitación de área de comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida.

#### **3.3. Problema**

¿Cómo habilitar un espacio para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida?

#### **3.4 Hipótesis-acción**

Si se gestiona y se organiza un área para fortalecer un ambiente saludable, entonces se puede habilitar un espacio para que los niños puedan adquirir dignamente sus alimentos.

#### **3.5 Ubicación geográfica**

Barrio El Porvenir, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso

### **3.6 Justificación**

La ejecución del proyecto se llevará a cabo porque, según los resultados obtenidos del diagnóstico que se realizó en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, se evidenció que no existe un comedor donde los niños puedan adquirir sus alimentos de una forma adecuada.

El comedor escolar es un espacio que juega un papel muy importante dentro de la escuela; lugar que contribuye a desarrollar hábitos y actitudes saludables. Todos los seres humanos poseen hábitos alimenticios que ayudan a mantener una condición física y mental. Para fortalecer los conocimientos de padres de familia y docentes se llevará a cabo una capacitación en donde una nutricionista dará a conocer la importancia de los hábitos alimenticios en los niños de cuatro a seis años, mismos que deben ser ricos en vitaminas y minerales, pues es la edad oportuna en donde se comienza a establecer hábitos alimenticios saludables en los niños.

### **3.7 Objetivos**

#### **a. Generales**

- Fomentar el desarrollo de hábitos alimenticios saludables a través del diseño de un área donde los niños adquieran sus alimentos para beneficiar el desarrollo físico y mental.

#### **b. Específicos**

- Habilitar comedor escolar a través de la gestión de recursos materiales para favorecer la ingestión de los alimentos de los niños de preprimaria.
- Elaborar una guía didáctica sobre el cuidado de la nutrición que favorezcan la salud y el crecimiento de los niños en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- Capacitar a padres de familia a través de un taller de aprendizaje sobre la alimentación nutritiva que contribuye al desarrollo integral de los niños de educación preprimaria.
- Establecer un plan de sostenibilidad mediante acuerdo con la directora del establecimiento para garantizar el uso de la guía alimenticia en el comedor escolar.

### **3.8 Metas**

- 5 mesas con sus bancas para los niños.
- 1 guía alimenticia.
- 1 capacitación a docentes y padres de familia sobre la importancia de los hábitos alimenticios.

### **3.9 Beneficiarios**

#### **a. Directos**

- Director
- Docentes
- Estudiantes
- Padre de familia

#### **b. Indirectos**

- Personas particulares
- Miembros de la comunidad
- Personas de otras comunidades

### **3.10 Actividades**

- Elaboración de las mesas y sillas que se necesitan para la habilitación del comedor.
- Entrega del plan donde están detalladas todas las actividades que se llevarán a cabo con la ejecución del proyecto.
- Autorización del plan.
- Capacitación a padres de familia y docentes en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Rural Mixta, barrio El Porvenir municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso, sobre la importancia de la alimentación adecuada en los niños.
- Realización de las mesas y sillas correspondientes en el espacio asignado.

- Visita el centro educativo y determinar el área donde se trabajará la ejecución del proyecto.
- Pintado de mesas y sillas.
- Instalación de mesas y sillas en el espacio correspondiente al comedor.
- Pintado de una pared para darle ambiente al comedor.
- Material didáctico de frutas y vegetales en la pared.
- Construcción de una galera para tiempo de lluvia no se mojen los niños.
- Elaboración de guía-alimenticia.
- Entrega del proyecto y guía-alimenticia.

### **3.11 Técnicas metodológicas**

- Observación
- Gestión
- Trabajo en equipo
- Utilización de un experto

### **3.12 Tiempo de realización**

#### *Tabla 12*

#### *Cronograma*

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES			Julio					Noviembre					Marzo					Abril					Mayo					Junio					Julio				
			Semana					Semana					Semana					Semana					Semana					Semana									
AÑO			2019					2019					2020					2020					2020					2020					2020				
No.	Actividades	Responsable	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.	Visita el centro educativo y determinar el área donde se trabajará la ejecución del proyecto.	➤ AsesorEPS ➤ Epesista ➤ Directora	█																																		
2.	Realización de las mesas y sillas correspondientes en el espacio asignado.	➤ Epesista						█	█	█	█	█																									
3.	Visita el centro educativo para colocación de la galera.	➤ Epesista											█																								
4.	Visita el centro educativo para pintar las mesas, bancas y pared.	➤ Epesista																█																			
5.	Autorización del plan de acción.	➤ Epesista ➤ AsesorEPS																					█														
6.	Elaboración de cuestionario para padres de familia.	➤ Epesista																																			



### **3.13 Responsables**

- Epesista
- Capacitador nutricionista
- Directora
- Docentes

### **3.14 Recursos**

- Humanos
- Asesor del Ejercicio Profesional Supervisado
- Autoridades educativas del centro educativo
- Estudiantes
- Colaboradores
- Capacitador nutricionista
- Epesista
- Soldador en infraestructura metálica
- Pintor
- Diseñadora

#### **• Materiales**

- Computadora
- Papel bond
- Cañonera
- Mesa
- Sillas
- Marcadores
- Lapiceros
- Impresora
- Pintura
- Madera
- Tornillos

- Lijas
- Brochas
- Metro
- Piedrín
- Tijeras
- Pegamento
- Hojas de colores
- Foami
- Pegamento de madera
- Pegamento blanco
- Cámara fotográfica
- Escobas

- **Materiales para el proyecto**

- Comedor escolar el cual cuenta con cinco mesas y diez bancas de madera pintadas de colores para los preescolares.

- **Físicos**

- Edificio del centro educativo
- Espacio del centro educativo que tienen 10 metros de largo por 2.40 de ancho

### 3.15 Presupuesto

- **Q 6,908.00**

**Tabla 13**

*Presupuesto*

Presupuesto				
No.	Descripción	Cantidad	Sub total	Financiamiento
				Aporte Propio
				Instituciones

<b>1</b>	juegos de mesas y bancos de madera	5	Q 2,100	X	
<b>2</b>	Piedrín	1 metro	Q 180.00	X	
<b>3</b>	Carpintero	1	Q 600.00	X	
<b>4</b>	Pintor	1	Q 1,100.00	X	
<b>5</b>	Soldador	1	Q 1,600.00	X	
<b>6</b>	Diseñadora	1	Q 400.00	X	
<b>7</b>	Capacitadora de nutrición	1			X
<b>8</b>	Gasolina para diversos tramites		Q 150.00	X	
<b>9</b>	Refacciones		Q150.00	X	
<b>10</b>	Sub total				Q6,280.00
<b>11</b>	Imprevistos				Q628.00
<b>12</b>	Total				Q6,908.00

*Nota:* elaboración propia.

### 3.16 Evaluación



#### Lista de cotejo

El siguiente instrumento de evaluación servirá para calificar aspectos importantes que se encuentran plasmados en el plan de acción.

Instrucciones: Se le presentan una serie de preguntas a calificar, puede marcar con una X el aspecto que considere prudente según su criterio.

Aspecto	Si	No	Comentario
¿Es completa la identificación institucional de la epesista?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿El problema es el priorizado en el diagnóstico?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿La ubicación de la intervención es precisa?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿La hipótesis-acción es la que corresponde al problema priorizado?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera provocar con la intervención?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir logro del objetivo general?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicos?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿Las actividades propuestas están orientadas al logro de los objetivos específicos?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
¿Los beneficiarios están bien identificados?	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

---

¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	<b>X</b>
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	<b>X</b>
¿Se determinó en el presupuesto el reglón de imprevistos?	<b>X</b>
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitaran la ejecución del presupuesto?	<b>X</b>

---

*Nota:* tomado del manual de propeúetica.

## Capítulo IV

### 4. Sistematización

#### 4.1. Ejecución del proyecto

El 06 de marzo del 2019, se tuvo una reunión en las instalaciones de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. A las 7:45 horas había acordado entrevistarme con la directora del establecimiento, señora Ana Vicenta Aldana Sánchez, que, en una primera impresión se observa que es una persona amable, colaboradora, junto con su equipo de trabajo que está conformado por 5 docentes, todos brindaron el apoyo necesario para poder realizar en el centro educativo el proyecto.

Fue muy satisfactorio ver como poco a poco todos los docentes de la escuela fueron brindando su apoyo e involucrándose en el proyecto que les será de mucha utilidad, pues la directora estaba trabajando para ver de qué manera gestionaba para llevar a cabo la habilitación del comedor, fue muy gratificante el poder ver la emoción que expresaban al enterarse que se trabajaría en la habilitación del comedor; pues era un proyecto en el que ella estaba trabajando por muchos meses atrás.

Este proyecto se realizó según los resultados obtenidos del diagnóstico, tomando en cuenta que el comedor escolar resolvería muchos problemas que ocasionaban, cada vez que los niños tenían que consumir sus alimentos dentro del salón de clases, este proyecto favorecería de gran manera a los estudiantes y docentes del centro educativo, poniendo en práctica los hábitos alimenticios, higiene y sobre todo brindándoles una alimentación saludable.

El proyecto tenía como objetivo la habilitación del área del comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños, permitirá obtener un lugar digno donde puedan adquirir sus alimentos de una forma ordenada y, con un espacio amplio.

Para la ejecución del proyecto se trabajó un plan de acción el que fue entregado al asesor para su respectiva revisión, luego fue enviado el plan de regreso, pues necesitaban hacerse algunas correcciones, se trabajó en lo indicado y se obtuvo la aprobación del mismo para poder llevar a cabo la ejecución del proyecto.

Fue necesaria y de gran importancia, impartir una capacitación a la directora y a la Organización de Padres de Familia-OPF- sobre, la alimentación adecuada que se brinda a los niños en casa y en la escuela.

Entre algunas de las actividades realizadas en la escuela fueron habilitar el espacio que la directora brindó dentro del centro educativo para lo que sería el comedor escolar. Fue necesaria la contratación de varias personas que ayudaron en la ejecución del proyecto, lo primero fue la contratación de un soldador para techar una parte del corredor pues estaba al aire libre y pegaba el sol. Con el apoyo de un pintor se procedió a pintar todas las mesas y bancas que servirían para que los niños puedan adquirir sus alimentos, de igual forma se pintó una pared donde se colocara el nombre del comedor y el material didáctico adecuado para la vista de los niños.

El proyecto fue realizado, ejecutado y finalizado satisfactoriamente, realizando todas las actividades estipuladas para dicho proyecto. El poder ver la alegría con la que la directora y los docentes recibían el comedor dejó una huella implacable, el ser parte de un cambio educativo es muy satisfactorio, quedando complacida como persona y estudiante, al ser parte de este cambio en beneficio de los estudiantes de la escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

#### **Tabla 14**

*Cronograma de actividades planeadas y ejecutadas en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida.*

Universidad de San Carlos de Guatemala.

Centro Universitario de El Progreso.

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Carné: 201441622

Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES			Julio					Noviembre					Marzo					Abril					Mayo					Junio					Julio				
			Semana					Semana					Semana					Semana					Semana					Semana					Semana				
AÑO			2019					2019					2020					2020					2020					2020					2020				
No.	Actividades	Responsable	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1.	Visita el centro educativo y determinar el área donde se trabajará la ejecución del proyecto.	➤ AsesorEPS ➤ Epesista ➤ Directora	█																																		
2.	Realización de las mesas y sillas correspondientes en el espacio asignado.	➤ Epesista						█	█	█	█	█																									
3.	Visita el centro educativo para colocación de la galera.	➤ Epesista											█																								
4.	Visita el centro educativo para pintar las mesas, bancas y pared.	➤ Epesista																█																			
5.	Autorización del plan de acción.	➤ Epesista ➤ AsesorEPS																					█														
6.	Elaboración de cuestionario para padres de familia.	➤ Epesista																																			



## 4.2. Sistematización

El 19 de febrero de 2019 dio inicio la primera inducción de la propedéutica con la presentación del quienes conformaban el equipo del Ejercicio Profesional Supervisado- EPS- Licda. Mirna Ferrera, coordinadora de la carrera de pedagogía , fue la encargada de dar las palabras de bienvenida, posterior Licda. Ana Luisa García, coordinadora de EPS explicó las fases de cómo se conforma el informe, explicó el plan del diagnóstico y que se utilizaría el Manual de Propedéutica de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, y el libro de Proyectos de Bidel Méndez, como guía para realizar todas las etapas.

La segunda reunión se llevó acabo el 26 de febrero del 2019 dando, la bienvenida el Lic. Marvin Leónidas Medina, inició con la siguiente pregunta ¿Qué es el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-? Luego explicó la estructura del diagnóstico y el normativo de Normas American Psychological Association –APA- para poderla aplicar en todas las etapas del informe.

El 05 de marzo del 2019, se explicó la estructura de la fundamentación, plan de acción, sistematización y la evaluación. Quedando plasmado en algunos compañeros donde realizarían su Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-.

El 06 de marzo de 2019, se entregó la carta de solicitud a la directora del establecimiento seño Ana Vicenta Aldana Sánchez, para ver la posibilidad de realizar el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-.

El 12 de marzo 2019, se llevó a cabo una reunión donde la directora del establecimiento necesitaba que llegará al establecimiento para entregar la carta, en donde autorizaba que podría ejercer el Ejercicio Profesional Supervisado –EPS-. Ese día se dio el primer recorrido por el centro educativo junto con la directora para visualizar y verificar las carencias que la escuela tenía con el propósito de apoyar en el mejoramiento de las mismas.

El 05 al 09 de abril 2019, se realizó otra visita al centro educativo para observar, tomar fotografías, analizar y tomar nota de las necesidades que padecía el centro educativo.

Se trabajó en la hipótesis-acción, los instrumentos y la presentación del informe para su aprobación y se comenzó a trabajar con la información obtenida del centro educativo en el diagnóstico. En ese mismo mes, se obtuvo la aprobación de los instrumentos por parte del asesor.

Todo el mes de mayo se tomó para realizar el vaciado de los instrumentos; con la información obtenida del centro educativo, según el vaciado, se realizó la pregunta problematizadora de las carencias del centro educativo, la elaboración del análisis de viabilidad y factibilidad, la matriz de priorización y la solución propuesta como viable factible. Determinando que en el centro educativo el problema más importante para solucionar era: el comedor infantil.

El 10 de julio del 2019, se realizó otra visita al centro educativo para dejar definido el área donde se ejecutaría el proyecto.

En octubre se comenzó a trabajar en la elaboración del proyecto dando paso a otra etapa; donde el objetivo era dejar habilitado el área del comedor para los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

En el mes de marzo 2020, se realizó otra visita al centro educativo para la colocación de una galera que serviría para el comedor escolar, el pintado de mesas y bancas y una pared que se encontraba en mal estado.

En marzo se autorizó el plan de acción, en ese mismo mes se trabajó el material didáctico que se colocó en la pared para dar un ambiente diferente a los niños.

En el mes de junio se trabajó en los cuestionarios que les paso a los padres de familia de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta.

Todo el mes de julio, se inició con la elaboración de la guía, luego fue enviada para su aprobación, se realizó la capacitación con la Organización de Padres de Familia –OPF- sobre la importancia de hábitos alimenticios.

El proyecto fue entregado satisfactoriamente el 30 de julio del 2020 a la directora, docentes y padres de familia; se entregó la guía didáctica a la directora la cual servirá para el cuidado de una alimentación saludable.

### 4.3. Productos y logros

**Tabla 15**

*Productos y logros del -EPS-, efectuados en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio Guastatoya, departamento de El Progreso.*

Productos	Logros
Apoyo financiero	Con el apoyo del señor Marvin Ramos Juárez, se pudo lograr la ejecución del proyecto en el centro educativo.
Comedor escolar	Los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, tienen un espacio digno, donde se reúnen a comer; el comedor es una herramienta formativa donde ponen en práctica los valores sociales, culturales, interviene la alimentación y la salud.
Capacitación a directora y padres de familia	La directora y padres de familia, se les explicó la importancia de una buena alimentación y nutrición que se debe de tener en los niños.

---

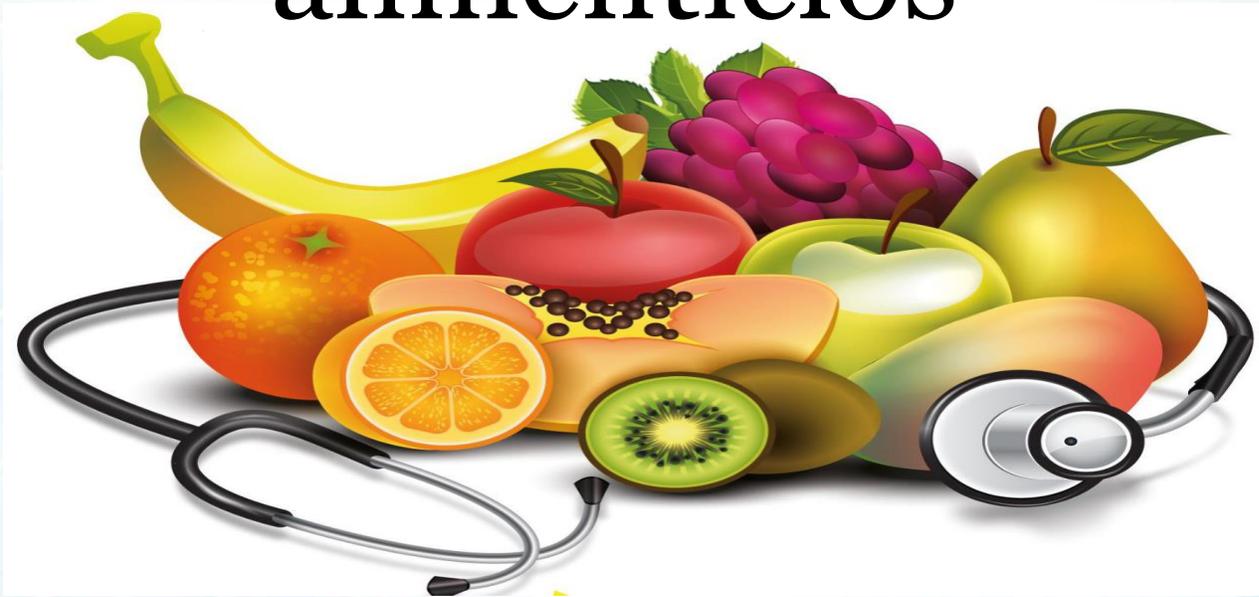
Guía didáctica sobre el fortalecimiento de hábitos alimenticios.

A la directora y los docentes se les hizo entrega de una herramienta didáctica, que les servirá para ponerla en práctica con los niños, logrando las competencias e indicador de logro que indica el CNB para el mejoramiento de los hábitos y el fortalecimiento de los alimentos.

---

Centro Universitario de El Progreso –CUNPROGROGRESO-  
Universidad de San Carlos de Guatemala –USAC-

# Guía para el fortalecimiento de los hábitos alimenticios



Bianca Elizabeth Vargas Martínez

# Índice

	Página
Introducción-----	03
Objetivos-----	04
 Capítulo I	
Base Legal-----	05-10
 Capítulo II	
Importancia de una alimentación saludable-----	11-20
 Capítulo III	
Actividades y hojas de trabajo-----	21-33
 Capítulo IV	
Recetario toma de los menús del Ministerio de Educación-----	34-40
Conclusiones-----	41
Recomendaciones-----	42
Referencias1-----	43

# Introducción

Es importante brindar una buena alimentación a los niños para obtener un buen rendimiento escolar, por lo que es de mucha importancia conocer que alimentos nos brindan los nutrientes y vitaminas necesarias que necesita el organismo para funcionar en perfectas condiciones. Por lo que se realizó un aporte pedagógico, dejando una guía alimenticia con el objetivo de apoyar la alimentación de los estudiantes de nivel preprimaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia nueva vida, Guastatoya, El Progreso.

Es necesario que padres de familia y docentes se unan para enseñar a los niños la importancia que tiene el consumo de todo tipo de alimentos nutritivos, así se estará fomentando el hábito alimenticio y esto ayudara a mantener una buena salud.



### Objetivo General:

- ✓ Diseñar una guía alimenticia, como herramienta didáctica que ayude a cultivar hábitos saludables en el consumo de alimentos en los niños de la Escuela Oficial Mixta de preprimaria.

### Objetivo Específicos

- ✓ Identificar la importancia de una alimentación saludable, utilizando actividades de la guía que ayuden a mejorar la salud de los niños de preprimaria.
- ✓ Proveer una guía didáctica para los docentes y estudiantes utilizando el comedor escolar, donde apliquen correctamente el material educativo diseñado para que conozcan los alimentos que proporcionan energía y vitaminas al cuerpo.
- ✓ Brindar a los docentes y padres de familia, información y actividades contenidas en la guía para lograr una dieta sana y nutritiva.



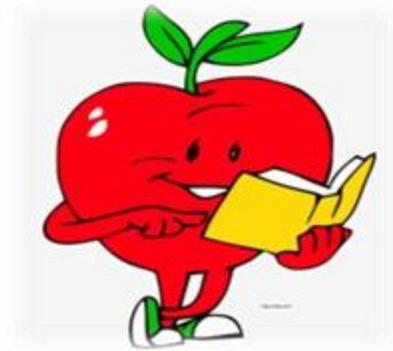
# Capítulo I



## Capítulo I

### 1. Base Legal

Para garantizar una buena alimentación escolar es necesario establecer la base legal la que nos ayudará a fomentar una alimentación saludable y así promover una buena salud a los estudiantes, por lo cual se dejan establecidas las leyes y acuerdos que servirán a los docentes como guía para establecer una mejor alimentación en los niños de la Escuela Oficial de Párvulos, colonia nueva vida, Guastatoya, El Progreso.



#### 1.1 Constitución Política de la República de Guatemala

La Carta Magna conocida como la ley suprema del país de Guatemala, en donde se encuentran plasmados todos los derechos y obligaciones que se deben de cumplir todos los guatemaltecos e Instituciones del país.

Se declaran de interés nacional la educación, la instrucción, formación social y la enseñanza sistemática de la Constitución de la República y de los Derechos Humanos.



En los artículos 71 y 72 se sostiene la importancia de la educación en Guatemala, es necesario conocer que es el Estado quien está obligado a facilitar el proceso de educación a todos los ciudadanos, reconociendo que todos tienen los mismos derechos y desarrollo integral.

Según el Artículo 99. “El Estado velará porque la alimentación y nutrición de la población reúna los requisitos mínimos de salud”. En sus Artículos 93 al 96 indica que la salud es un derecho fundamental para toda persona sin discriminación alguna. (Const., 1985). Es necesario mantener una buena alimentación y nutrición a los niños, para contribuir al normal desarrollo y crecimiento de los mismo, por ello es necesario ofrecer una alimentación variada y equilibrada que contengan los nutrientes necesarios para el organismo y así poder prevenir enfermedades para el cuerpo.



## 1.2 Ley de Alimentación Escolar Decreto Número 16-2017

Esta ley garantiza que todos los niños y niñas puedan tener una alimentación sana y nutritiva en todos los centros educativos públicos del país.

Por lo que en sus objetivos garantiza la alimentación escolar, alimentación saludable y el bienestar en la salud.

Los objetivos de esta Ley son los siguientes:



Artículo 1. Objeto. La presente Ley tiene por objeto garantizar la alimentación escolar, promover la salud y fomentar la alimentación saludable de la población infantil y adolescente que asiste a establecimientos escolares públicos o privados con la finalidad que aprovechen su proceso de enseñanza aprendizaje y la formación de hábitos alimenticios saludables de los estudiantes, a través de acciones de educación alimentaria y nutricional y el suministro de alimentos de los estudiantes durante el ciclo escolar, de acuerdo a la presente Ley y su reglamento.



## Artículo 2. Objetivos específicos.

- a. Ejecutar acciones tendientes a mejorar el estado nutricional y desarrollo académico de los estudiantes que asisten a centros educativos públicos o privados.
- b. Promover hábitos alimentarios saludables en toda la población, iniciando en los estudiantes de nivel escolar, facilitando la educación pertinente, incluyendo a los padres de familia.
- 3 c. Favorecer a los estudiantes que concurren a estos establecimientos para que tengan la posibilidad de incorporar alimentos y bebidas nutritivamente adecuados, estableciendo que los mismos estén disponibles en las tiendas, cafeterías y comedores que se encuentren dentro de los centros educativos.

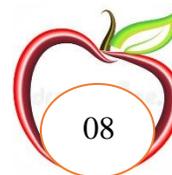
### 1.3. Acuerdo Gubernativo No. 183-2018. Reglamento de la Alimentación Escolar

El presente reglamento tiene como propósito verificar el cumplimiento de la ley de alimentación escolar.

**Artículo 2.** La alimentación escolar deber ser saludable en calidad y cantidad adecuada, con pertinencia cultural, orientada al consumo local; con la participación de la comunidad educativa de centros educativos públicos y privados durante el ciclo escolar.

#### Artículo 3. Objetivos.

1. Dar operatividad a la Ley de Alimentación Escolar en el ámbito público y privado;
2. Establecer lineamientos para proporcionar la alimentación escolar adecuada en cantidad y calidad, cumpliendo con los requerimientos nutricionales de los escolares en los niveles de preprimaria y primaria de los centros educativos públicos y privados durante el ciclo escolar;



3. Establecer procedimientos para implementar los huertos escolares pedagógicos como herramienta para la educación alimentaria y nutricional, con enseñanza de buenas prácticas agropecuarias, siempre y cuando se tenga la disponibilidad de infraestructura y recursos para implementarlos;
4. Establecer los procesos de capacitación permanente dirigida a las Organizaciones de Padres de Familia -OPF- de centros educativos públicos en temas de administración, salud, alimentación y nutrición; y,
5. Designar las dependencias y mecanismos para la formulación de un listado de alimentos saludables y nutritivos para el Programa de Alimentación Escolar.

Este reglamento hace énfasis en la importancia que tiene una buena alimentación de calidad, esto con el fin de ayudar al desarrollo escolar en los estudiantes, una alimentación saludable y nutritiva ayudara a obtener resultados positivos en los centros educativos.

Es necesario seguir una línea alimenticia equilibrada y saludable para los niños, pues de esto dependerá que se mantenga en una buena salud.

#### **1.4. Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional**

La Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional –SINASA tiene como objetivo velar por la seguridad alimentaria y nutricional de la población guatemalteca.

Según decreto Número 32-2005. En su capítulo II establece los objetivos donde establece la importancia alimentaria y nutricional para el desarrollo humano.

Artículo 7. Objetivos. El objetivo fundamental del SINASAN es establecer y mantener, en el contexto de la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, un marco institucional estratégico de organización y coordinación para priorizar, jerarquizar, armonizar, diseñar y ejecutar acciones de seguridad Alimentaria y Nutricional –SAN- a través de planes, siendo sus objetivos principales:



a. Impulsar acciones encaminadas a la erradicación de la desnutrición y reducción de enfermedades carenciales y por exceso en todo el territorio nacional y la eliminación de la transmisión intergeneracional de la desnutrición, creando y fortaleciendo condiciones que contribuyan a que toda la población acceda a oportunidades de desarrollo humano digno;

b. Diseñar e implementar acciones eficaces y oportunas de disponibilidad de productos básicos de la alimentación y asistencia alimentaria a los grupos de población que padecen desnutrición, complementadas con programas de desarrollo comunitario y seguridad alimentaria y nutricional;

c. Impulsar los objetivos de la Política Nacional de SAN del Estado guatemalteco en los planes estratégicos, programas y proyectos sectoriales orientados al desarrollo socioeconómico del país.

Estos incisos, asumen un gran propósito en el que impulsan acciones para poder controlar la desnutrición y así poder reducir enfermedades causadas por la mala alimentación, El Sistema de Seguridad Alimentaria y Nutrición vela porque toda la población pueda adquirir una alimentación rica y balanceada que contenga todos las vitaminas, minerales y nutrientes que necesita el cuerpo para mantener una buena salud.

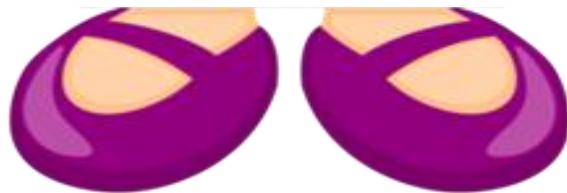
Esta ley tiene como propósito implementar programas para contribuir al desarrollo de las comunidades y así contribuir al desarrollo nutricional de la población.



## Capítulo II



### Importancia de una alimentación saludable





- Alimento
- Importancia de los alimentos.
- Alimentación saludable
- Clasificación de los alimentos
- Hábitos alimenticios.
- Nutrición.
- Importancia de una buena nutrición.

# Los alimentos

Los alimentos son sustancias nutritivas aportan al organismo nutrientes que ayudan al buen funcionamiento de la salud.



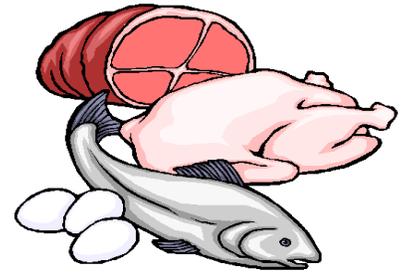
## Importancia de los alimentos

Para la Seguridad Alimentaria y Nutricional (2020) se debe de educar sobre hábitos de alimentación según el contexto y con pertinencia cultural a través de las etapas y procesos del ser humano desde la concepción y el embarazo, en el hogar a través de los padres de familia y en la escuela a través de los maestros, todo de una manera continua e integral.

**Los carbohidratos** Según la Guía Alimentaria de Guatemala (2012) son los que proporcionan al organismo energía, indispensable para el funcionamiento y desarrollo de las actividades diarias.



**Las proteínas** juegan un papel fundamental en el organismo por lo que se deben de incluir diariamente en la alimentación. El cuerpo necesita de las proteínas para nuestros músculos, uñas, piel y cabello. Las encontramos en carnes, pollo, huevos, frijoles y queso.



**Los minerales** según Matrix J. (s.f.) El organismo necesita de minerales, estos son de vital importancia en el cuerpo porque ayuda a la formación de huesos y a la producción de hormona. (p.16)



**Las Vitaminas** se encuentran en pequeñas cantidades en casi todos los alimentos, principalmente en frutas, hierbas, verduras y productos de origen animal. la Guía Alimentaria de Guatemala (2012, p. 10)



**El agua** es la sustancia más importante para el cuerpo humano, porque realiza funciones importantes en el organismo, es un nutriente esencial pues es medio de transporte de nutrientes, ayuda a la estructura química de compuestos que forman las células, los tejidos y los órganos. Fundamentos de Nutrición (2006, p.6).



# Alimentación saludable

Una buena alimentación es fundamental para el organismo ya que este necesita de muchos nutrientes para poder desarrollarse adecuadamente. Estos nutrientes deben de incluir proteínas, carbohidratos, grasas, agua y minerales. (Vásquez Gladis 2006).

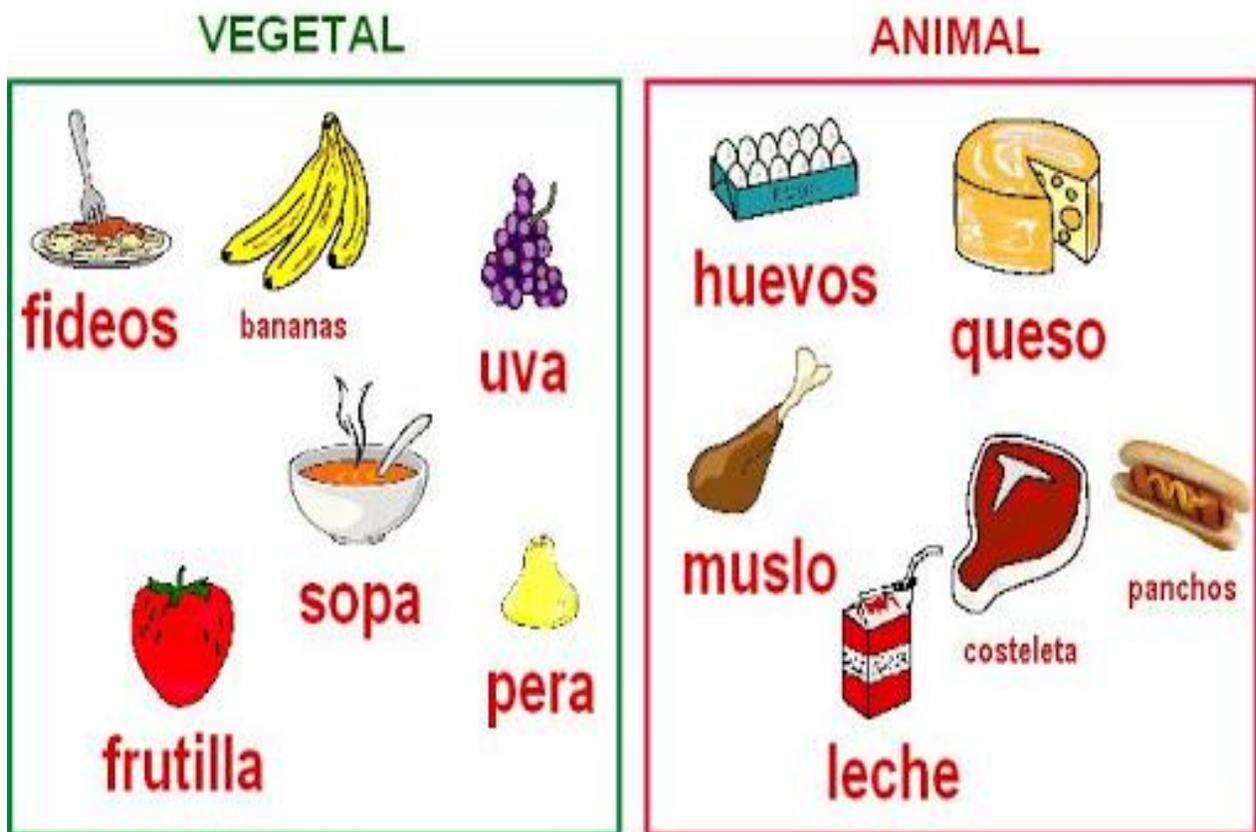


La Organización Mundial de la Salud 2018, nos indica que las frutas y verduras nutren a todos los órganos y sistemas del cuerpo.



# Clasificación de los alimentos

Los alimentos se pueden clasificar de distintas formas, dependiendo de su origen pueden ser animal o vegetal. Estos proporcionan nutrientes para el organismo, por lo que es recomendable consumirlos diariamente para que puedan proporcionar los nutrientes necesarios para mantener una buena salud y favorecer al organismo y así poder evitar enfermedades a largo plazo.



**Los alimentos energéticos**, nos reponen las fuerzas que perdemos al caminar o jugar. Contienen carbohidratos y los encontramos en pan, aceite, mantequilla papa, y cereales.



**Los alimentos constructores**, contienen proteínas, nos ayudan para el crecimiento y construcción y reparación de los músculos y huesos. Los encontramos en leche, carne, huevos, frijol y pescado



**Los alimentos regulares** son los que contienen una gran cantidad de vitaminas, las encontramos en frutas y verduras.



**Los alimentos fundamentalmente energéticos** nos ayudan recuperar fuerzas las encontramos en frutos seco y legumbre.



# Hábitos alimenticios

Los hábitos alimentarios se adquieren a lo largo de la vida. Es necesario incluir alimentos de todos los grupos energéticos, constructores y reparadores en cantidades suficientes para cubrir las necesidades energéticas y nutritivas. Una vida saludable se consigue consumiendo alimentos que contengan carbohidratos, proteínas, vitaminas y agua.

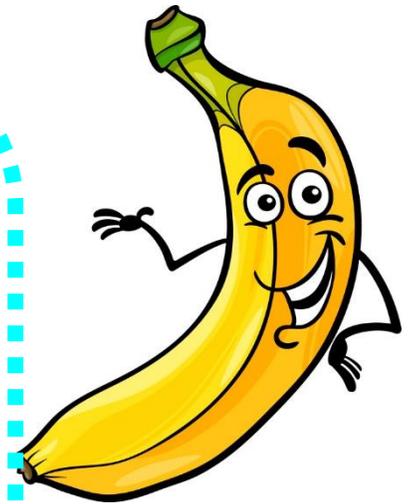
Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2005) indica que “los primeros dos años de vida de un niño, una nutrición óptima impulsa un crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo. Además, reduce el riesgo de sobre peso y obesidad y de desarrollar enfermedades no transmisibles más adelante”.



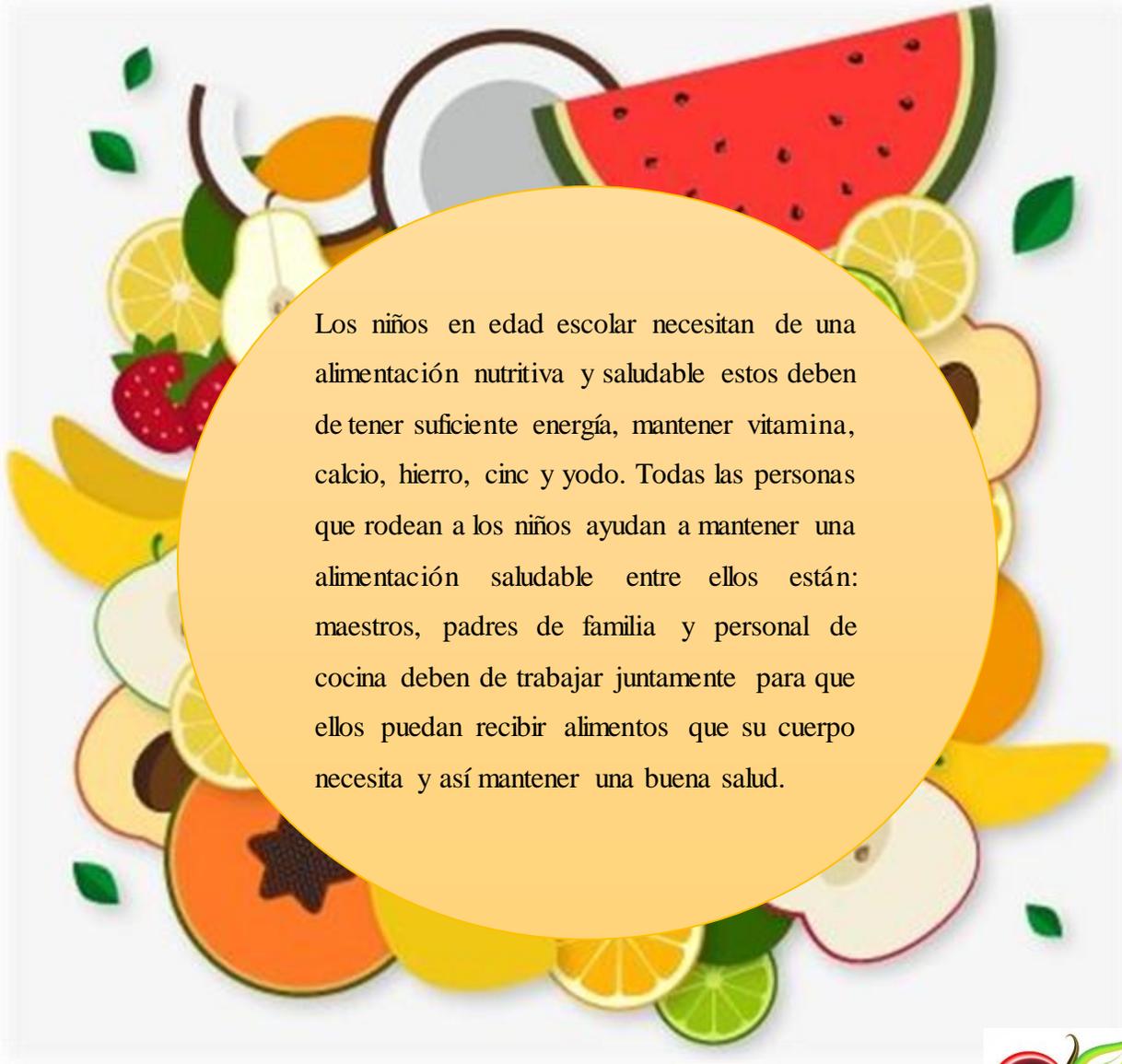
# Nutrición

Según el Ministerio de Educación de Guatemala –MINEDUC- (2019) Tiene como objetivo:

“Contribuir al desarrollo integral, el acceso, el aprendizaje, el rendimiento escolar, la formación de hábitos alimentarios saludables para los escolares, por medio de una alimentación alimentaria y nutricional y la provisión de una alimentación nutritiva, en un entorno favorable a la nutrición durante el año escolar.”



# Importancia de una buena nutrición



Los niños en edad escolar necesitan de una alimentación nutritiva y saludable estos deben de tener suficiente energía, mantener vitamina, calcio, hierro, cinc y yodo. Todas las personas que rodean a los niños ayudan a mantener una alimentación saludable entre ellos están: maestros, padres de familia y personal de cocina deben de trabajar juntamente para que ellos puedan recibir alimentos que su cuerpo necesita y así mantener una buena salud.

## Capítulo III



Actividades y  
hojas de trabajo



21

Se tomarán las competencias e indicador de logro del área de ciencias naturales del CNB, según sea la actividad a realizar con los estudiantes, tomando en cuenta que se estará trabajando por etapas.

Estas actividades tienen como propósito que los estudiantes puedan identificar, analizar y conocer la importancia que tiene el comer todo tipo de frutas, verduras, carnes, embutidos, legumbre y frutos secos.

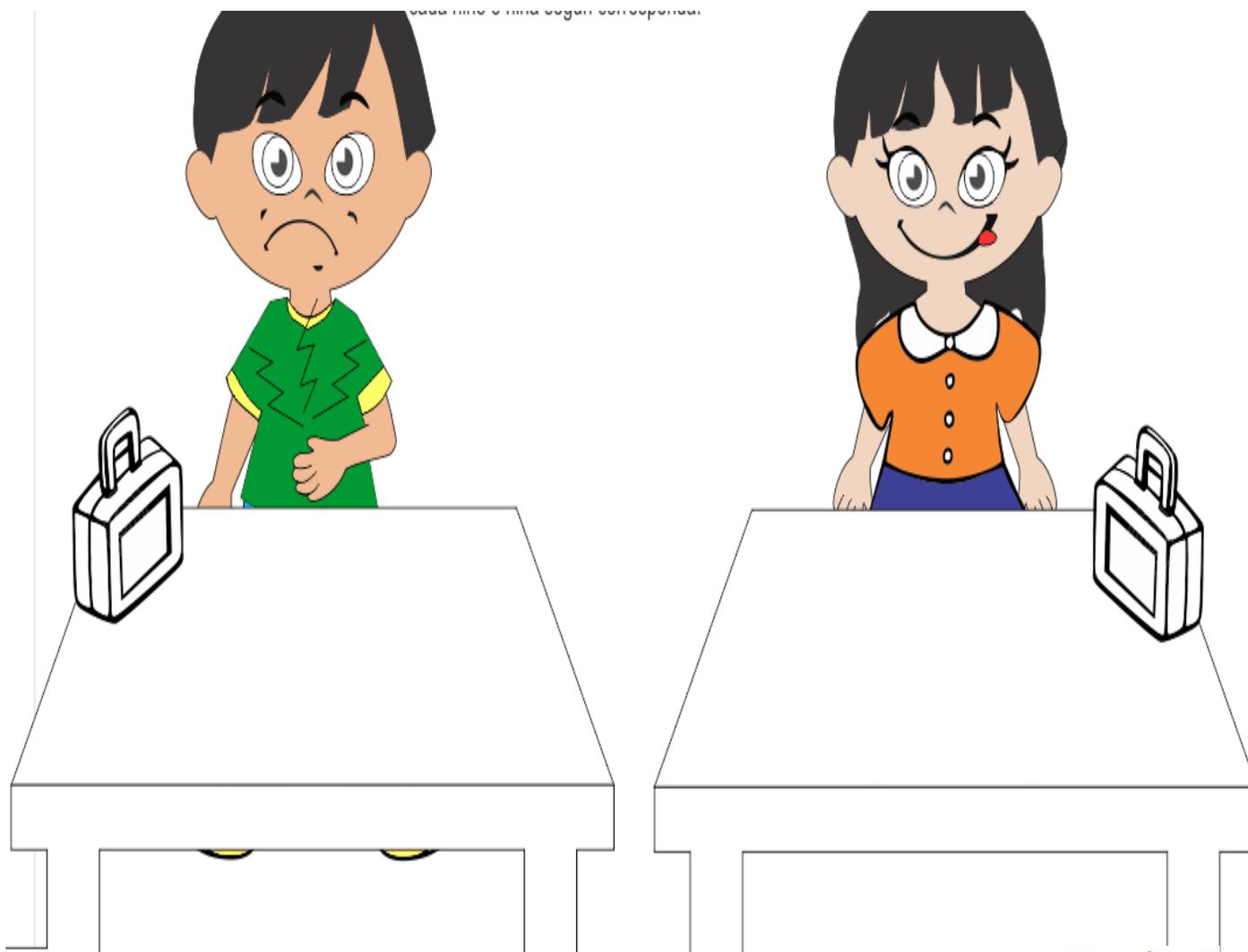


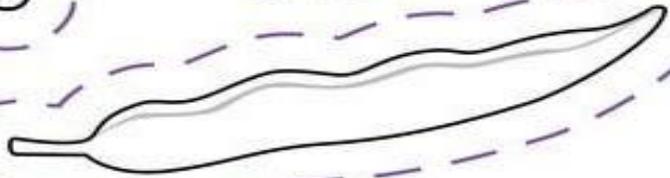
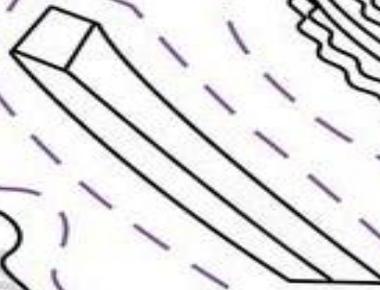
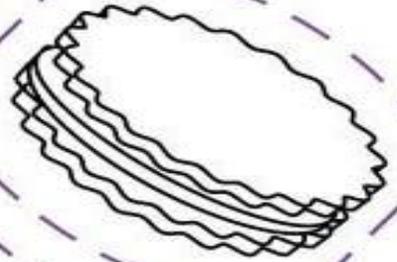
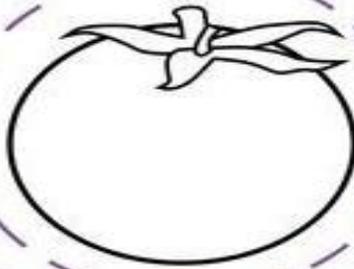
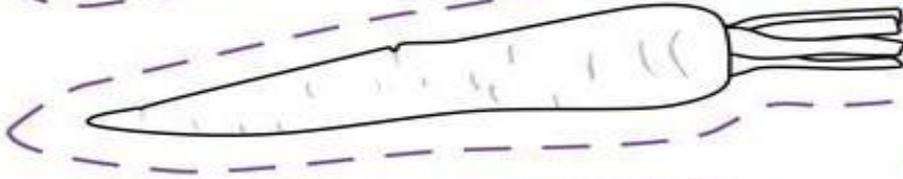
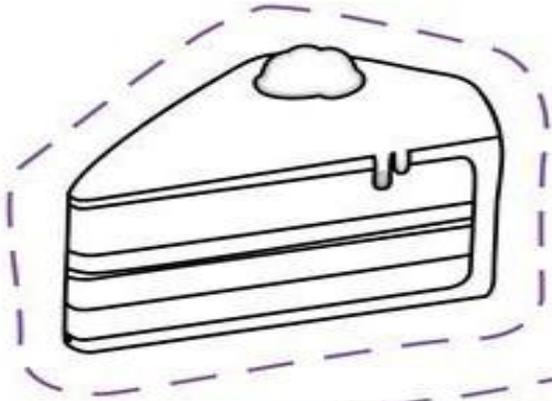
**Competencia:** 4. Realiza, sin y con orientación, actividades de autoayuda y tareas de su casa y de la escuela, demostrando respeto por las normas de convivencia social.

**Indicador de logro:** 4.1 Practica hábitos de aseo personal, alimenticios y de vestuario.

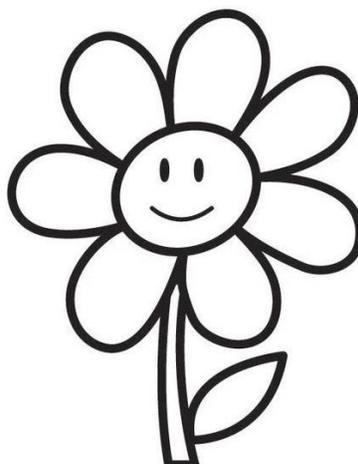
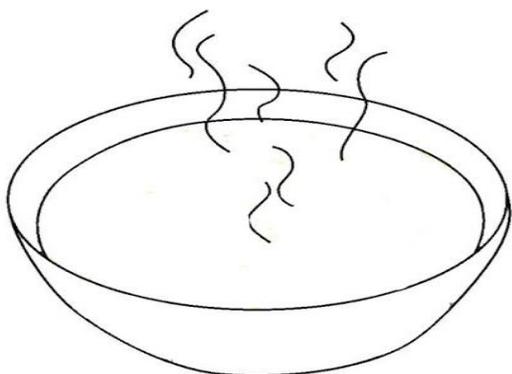
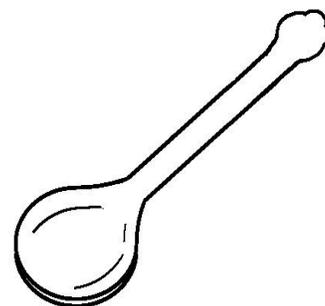
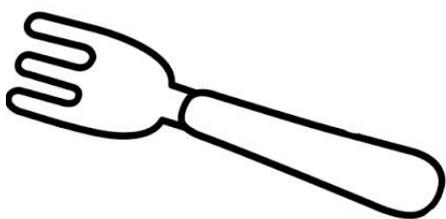
### Hoja de trabajo

**Instrucciones:** recorta, pinta y pega las figuras de los alimentos en las mesas de cada niño o niña según corresponda.





**Instrucciones:** pinta y encierra en un círculo del color que tú quieras todos los utensilios que utilizas a la hora de comer.

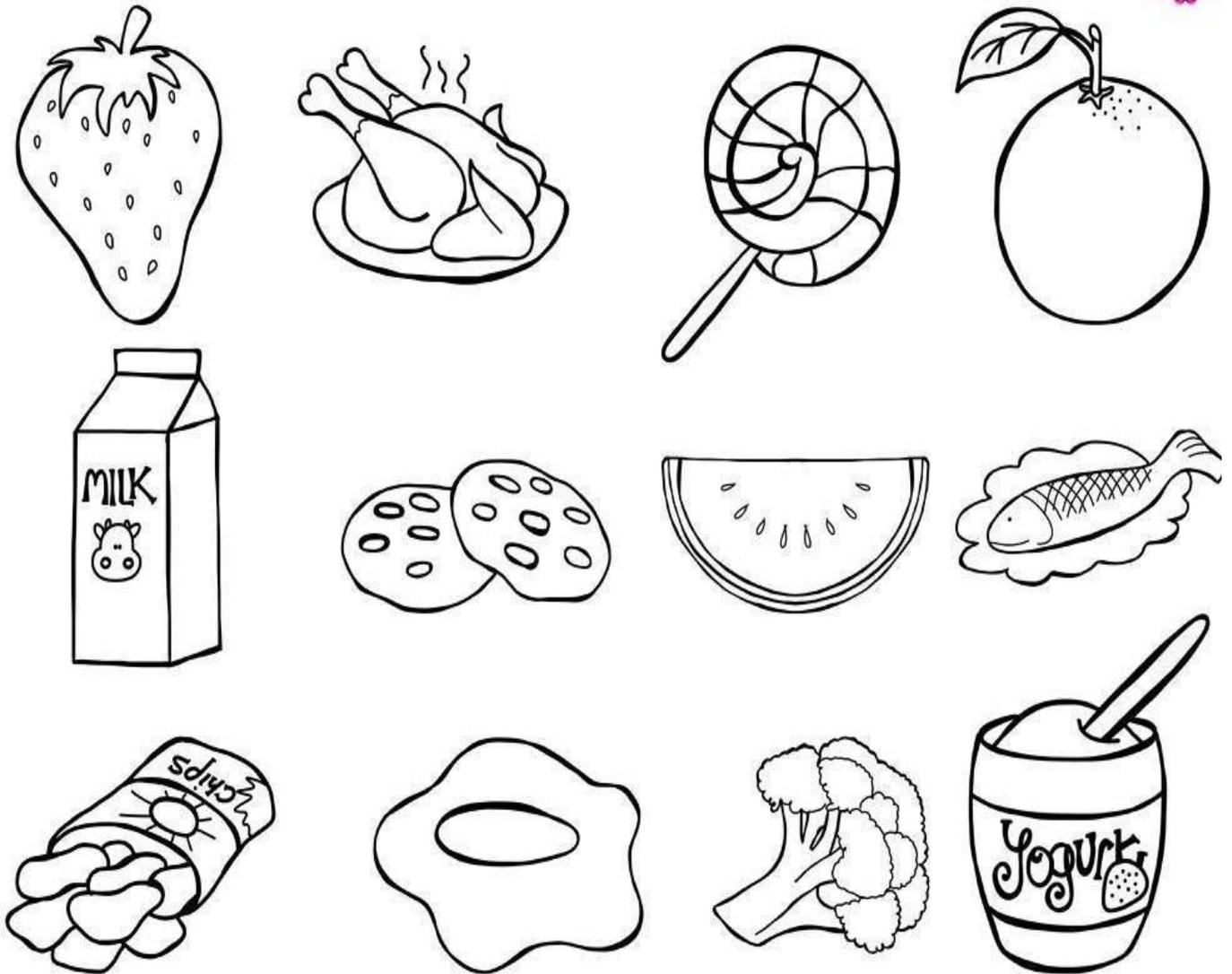


**Competencia:** 4. Realiza de forma autónoma diferentes roles y tareas en su casa y en la escuela evidenciando conocimiento de las normas de convivencia social.

**Indicador de logro:** 4.1 participa en actividades que desarrollan su autonomía personal y le permiten la convivencia en su entorno socio cultural.

Hoja de trabajo

**Instrucciones:** colorea los alimentos del desayuno.



**Instrucciones:** colorea los alimentos que son saludables para tu cuerpo y pégalos donde corresponde.



Saludable



Chatarra

Lizeth  
Caldern  
Ed. Especial



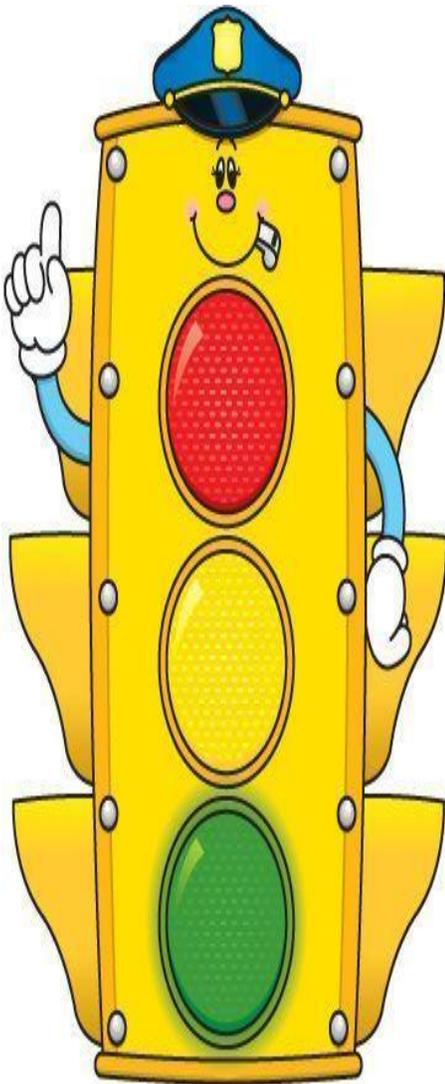


**Competencia:** 4. Realiza actividades que le son asignadas en su familia, escuela y comunidad.

**Indicador de logro:** 4.3. Muestra preferencia por los alimentos nutritivos que se producen en su comunidad.

Hoja de trabajo

**Instrucciones:** pinta la luz del semáforo según sea el alimento.

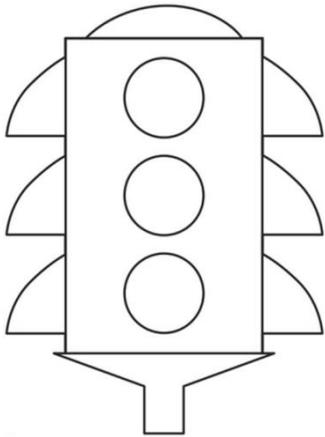
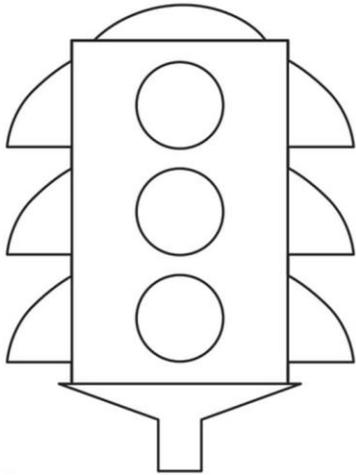
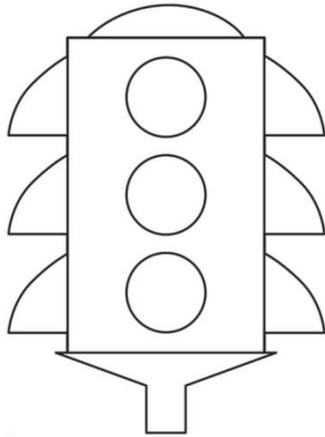


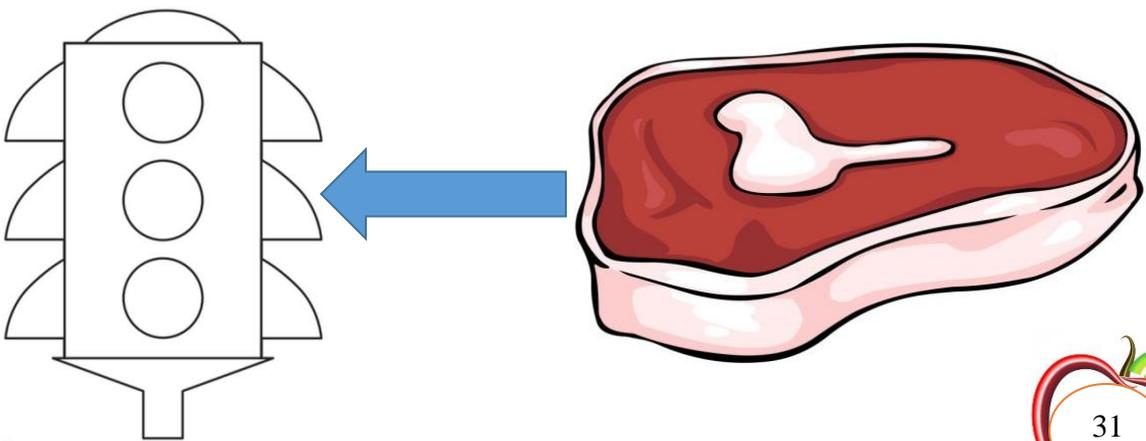
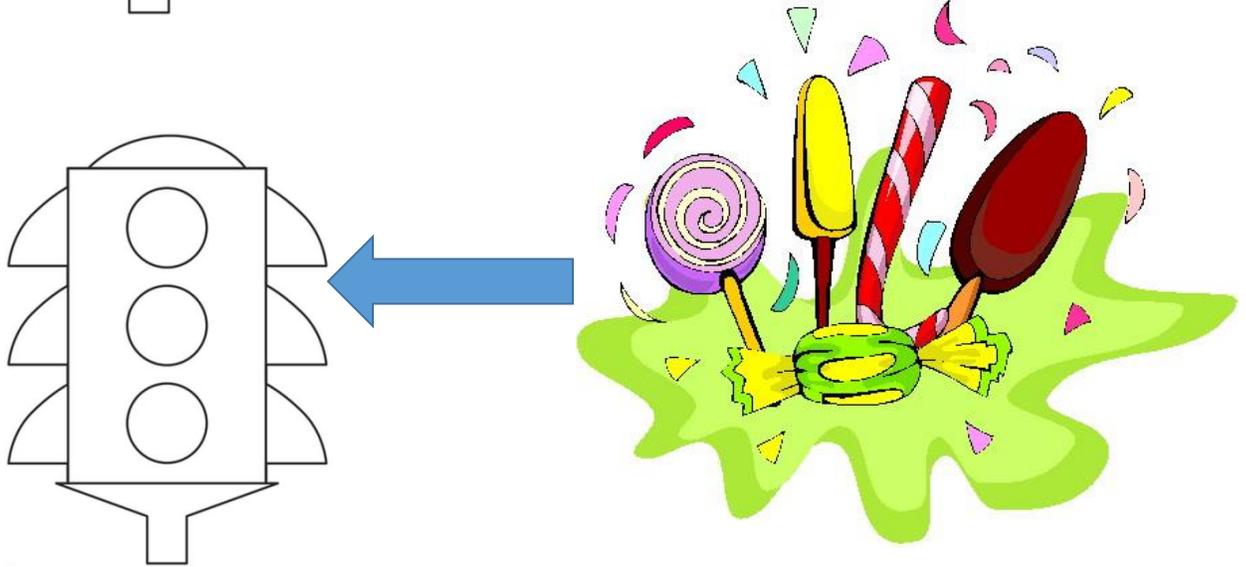
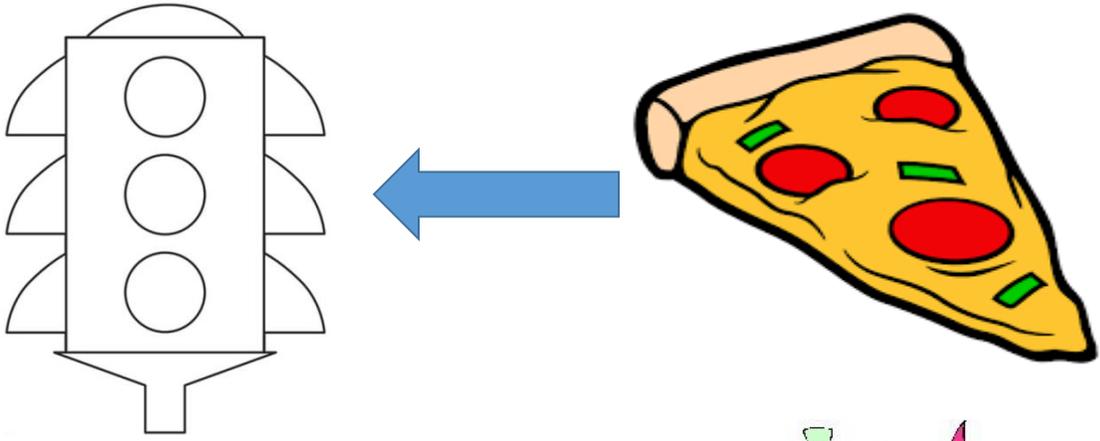
**Rojo:** alimentos que más te gustan comer

**Amarrillo:** los alimentos que no debes de consumir todos los días, pues afectarían tu salud.

**Verde:** alimentos que se pueden consumir diariamente







**Instrucciones:** pinta, recorta y pega el niño que deposita la basura en su lugar.



Instrucciones: recorta y pega en tu cuaderno la comida que es buena para nuestra salud.



# Capítulo IV



Recetario tomado de los  
menús del ministerio de  
Educación



34



Fresco de melón  
Fruta de temporada

PICADO DE VERDURA Y CARNE (1/2 TAZA)		
Ingrediente	Medida	Preparación
Papa	2 libras	1. Lavar, picar en trozos pequeños y cocer los ejotes, la zanahoria y las papas. 2. Lavar y picar finamente la cebolla, el chile pimiento y el ajo. 3. En un sartén con aceite, sofreír las verduras y mezclar con los ejotes y papas cocidos. 4. Agregar la carne molida al sofrito de verduras y sazonar. 5. Servir el picado de verdura con carne en dos tortillas.
Carne de res molida	2 libras	
Ejote	2 libras	
Zanahoria mediana	4 unidades	
Cebolla mediana	1 libra	
Ajo	Cabeza	
Aceite	1 taza	
Chile pimiento rojo	1 unidad	
Sal	3 cucharadas	





Limonada

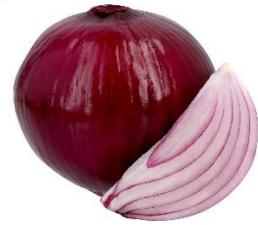
Fruta de temporada

**SOPA DE POLLO (1 TAZA)**

Ingrediente	Medida	Preparación
Zanahoria mediana	2 unidades	1. Lavar y desinfectar las verduras. Picar en cubos pequeños cebolla, tomate, ajo y apio. Agregar estas verduras al agua y sazonar con sal. 2. Cuando hierva el agua con las verduras agregar el pollo crudo en trozos iguales y esperar a que se cocine bien. 3. Lavar y escurrir el arroz y poner a sofreír y cocer con un poco de cebolla picada, ajo y sal. 4. Pelar y picar en cubos medianos la zanahoria, el güisquil y la papa agregarlo al pollo. 5. Cuando el pollo, las verduras y el arroz estén cocidos agregar cilantro y hierbabuena picada y servir.
Tomate maduro	½ libra	
Cebolla mediana	½ libra	
Pollo entero con hueso sin piel	4 libras	
Papa	3 libras	
Güisquil grande	3 unidades	
Sal	Al gusto (Máximo 4 cucharadas)	
Arroz blanco	2 libras	
Cilantro manojito mediano	½ manojito	
Hierbabuena	½ manojito	
Apio	½ unidad	
Ajo	1 cabeza	
Aceite	1 taza	



36



Fresco de mango  
Fruta de temporada

**TAYUYO TORTEADO DE FRIJOL CON REPOLLO Y SALSA (1 TAYUYO)**

Ingrediente	Medida	Preparación
Maíz en grano	3 libras	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Limpiar, lavar y cocer los frijoles con ½ cebolla y 3 dientes de ajo. Cuando estén cocidos, molerlos o licuarlos. Luego freírlos con 1 taza de aceite y dejar enfriar.</li> <li>2. Preparar la masa de maíz con agua y sal.</li> <li>3. Formar el tayuyo poniendo en el centro el frijol colado.</li> <li>4. Cocer los tayuyos de ambos lados a fuego lento en el comal o sartén.</li> <li>5. Lavar los vegetales. Poner a cocer el tomate y la cebolla con sal y pimienta. Cuando estén cocidos, licuar o machacarlos para obtener una salsa.</li> <li>6. Poner al fuego la salsa, sazonar y hervir hasta que espese. Picar en tiras pequeñas y delgadas el repollo y desinfectarlas.</li> <li>7. En una olla con aceite, freír el repollo con el laurel y el tomillo. Sazonar con sal y agregar 1 taza de agua segura para cocerlo al vapor</li> <li>8. Servir el tayuyo con un poco de salsa y repollo encima.</li> </ol>
Frijol	2 libras	
Tomate maduro mediano	3 libras	
Cebolla	½ libra	
Aceite vegetal	1 taza	
Ajo	½ cabeza	
Chile pimiento	2 unidades	
Laurel y tomillo	Al gusto	
Repollo	1 unidad	
Sal	Al gusto (Máximo 4 cucharadas)	

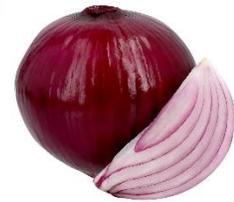
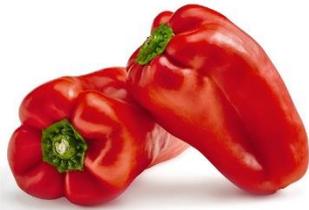




Fresco de Naranja  
Fruta de temporada

PLÁTANO COCIDO CON FRIJOLES Y QUESO (1/2 PLÁTANO Y ¼ DE TAZA DE FRIJOL)		
Ingrediente	Medida	Preparación
Plátano mediano	20 unidades	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavar el plátano, partirlo a la mitad y ponerlo a cocer con las rajadas de canela.</li><li>2. Limpiar, lavar, cocer y colar los frijoles.</li><li>3. Picar finamente la cebolla y sofreír en el aceite, agregar los frijoles y dejar hervir para que espesen.</li><li>4. Servir medio plátano con frijol y un trozo de queso fresco.</li></ol> 
Queso fresco	2 libras	
Frijol negro	2 libras	
Aceite	1 Taza	
Sal	Al gusto (Máximo 4 cucharadas)	
Cebolla mediana	½ libra	
Canela en raja	1 raja	





Fresco de Jamaica  
Fruta de temporada

FIDEOS CON SALSA Y CREMA (1 TAZA)		
Ingrediente	Medida	Preparación
Espagueti	8 paquetes de 200 gr	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una olla grande hervir agua y poner a cocer la pasta con un poco de sal durante 10 minutos, cuando esté cocida, escurrirla.</li> <li>2. Limpiar el pollo y cocerlo en agua con un poco de sal. Cuando ya ese cocido, escurrirlo y luego desmenuzarlo.</li> <li>3. Lavar y picar en cubos pequeños el chile pimiento y la cebolla.</li> <li>4. Licuar o machacar los tomates y la cebolla cuando estén cocidos.</li> <li>5. Poner a cocer o sofreír el tomate y la cebolla con sal y pimienta.</li> <li>6. Luego agregar la pasta y sazonar con sal.</li> <li>7. Agregar crema a la pasta y mezclar.</li> <li>8. Servir con queso fresco espolvoreado.</li> </ol>
Queso fresco	1 libra	
Pollo entero con hueso, sin piel (blanco o amarillo)	2 libras	
Crema	½ litro	
Chile pimiento rojo	3 unidades	
Cebolla mediana	½ libra	
Tomate	2 libras	
Pimienta en polvo	Al gusto	
Aceite	½ taza	
Sal	Al gusto (Máximo 4 cucharadas)	





Fresco de Jamaica

Fruta de temporada

### HUEVO CON FRIJOL Y SALSA (1 HUEVO Y ½ CUCHARON DE FRIJOL)

Ingrediente	Medida	Preparación
Huevo mediano	40 Unidades	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Partir los huevos en un recipiente, agregar sal y batirlos. En un sartén agregar aceite y cocinarlos. Agregar los huevos en agua hirviendo.</li><li>2. Poner a cocer o sofreír el tomate y la cebolla con sal y el chile pimiento. Licuar o machacar los tomates, el chile pimiento y la cebolla cuando estén cocidos.</li><li>3. Poner al fuego y dejar hervir durante 5 minutos</li><li>4. Limpiar, lavar y cocer los frijoles. Cuando estén cocidos, licuarlos o molerlos y freírlos con cebolla picada hasta que espesen.</li><li>5. Servir un poco de huevo con frijoles y salsa.</li></ol>
Frijol	2 libras	
Cebolla mediana	½ libra	
Aceite	1 taza	
Tomate	2 libras	
Chile pimiento	2 unidades	
Sal	Al gusto (Máximo 4 cucharadas)	



# Conclusiones

- ✓ Se elaboró una guía con información y actividades pedagógicas para los estudiantes del centro educativo, con la finalidad de poner en práctica las competencias por grado establecidas en el CNB de nivel preprimario.
- ✓ Se realizó un taller sobre la importancia de la buena alimentación con la directora y Organización de Padres de Familia para mejorar los hábitos alimenticios en el centro educativo.
- ✓ Se entregó la guía alimentaria a la directora del establecimiento educativo como herramienta a utilizar en el comedor escolar.



# Recomendaciones

- ❖ A los docentes, que cuiden y utilicen el comedor escolar, mismo que les servirá para el fortalecimiento de hábitos en los estudiantes.
- ❖ A los estudiantes, que utilicen de forma correcta el comedor, pues este ayudara y brindara un mejor espacio donde puedan adquirir mejor sus alimentos.
- ❖ A la directora, supervisar constantemente el uso y cuidado del comedor escolar, aplicar las actividades pedagógicas incluidas en la guía por la Epesista.



# Referencias

- ❖ Guía Alimentaria para Guatemala (2002) Recomendada para una alimentación saludable. Recuperada de <https://www1.paho.org/gut/dmdocuments/guias-alimentarias-corregida.pdf>
- ❖ Ley Escolar de Alimentación (Decreto Número 16-2017 Art. 1,2).
- ❖ Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (Decreto No. 32-2005 Art. 7).
- ❖ Matrix J. (2005, Nutrición para Educadores. Fundación Universitaria Iberoamericana. Recuperado de. [https://books.google.com.gt/books?id=Ow5O1EQzqHAC&printsec=frontcover&dq=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix+J.+%20\(2005\).+Nutrici%C3%B3n+para+educadores&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKewiB0b\\_OxerlAhUNIKwKHSOeDbQQ6AEIJAA#v=onepage&q=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix%20J.%20\(2005\).%20Nutrici%C3%B3n%20para%20educadores&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=Ow5O1EQzqHAC&printsec=frontcover&dq=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix+J.+%20(2005).+Nutrici%C3%B3n+para+educadores&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKewiB0b_OxerlAhUNIKwKHSOeDbQQ6AEIJAA#v=onepage&q=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix%20J.%20(2005).%20Nutrici%C3%B3n%20para%20educadores&f=false)
- ❖ Ministerio de Educación de Guatemala, Curriculum Nacional Base, Nivel Preprimaria (2008) Área de Medio Social y Natural.
- ❖ Organización Mundial de la Salud –OMS- (2005).
- ❖ Reglamento de Alimentación Escolar (Acuerdo Gubernativo No. 183-2018 Art. 2,3,4).



#### 4.4. Presentación de datos de cuestionario aplicado a padres de familia de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Se presenta de forma tabular, gráfica y con su descripción que respalda la implementación de los cuestionarios pasados a 48 padres de familia, de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

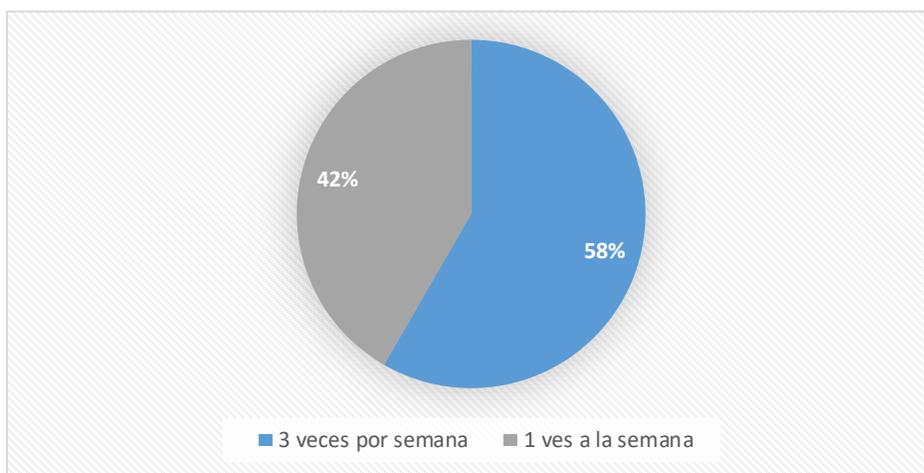
Tomando en consideración los datos obtenidos de los cuarenta y ocho (48) padres de familia a quienes se le aplicó el siguiente cuestionario, a las tres etapas del nivel de Pre primaria. A continuación, se presenta los siguientes resultados.

**Tabla 16**

*Frecuencia que tienen los niños de ingerir frutas en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Qué tan frecuente come su hijo(a) frutas en casa?	
1 vez a la semana	20
3 veces a la semana	28

*Nota:* elaboración propia



*Figura 6 Gráfica sobre la frecuencia de ingerir frutas en casa. Elaboración propia.*

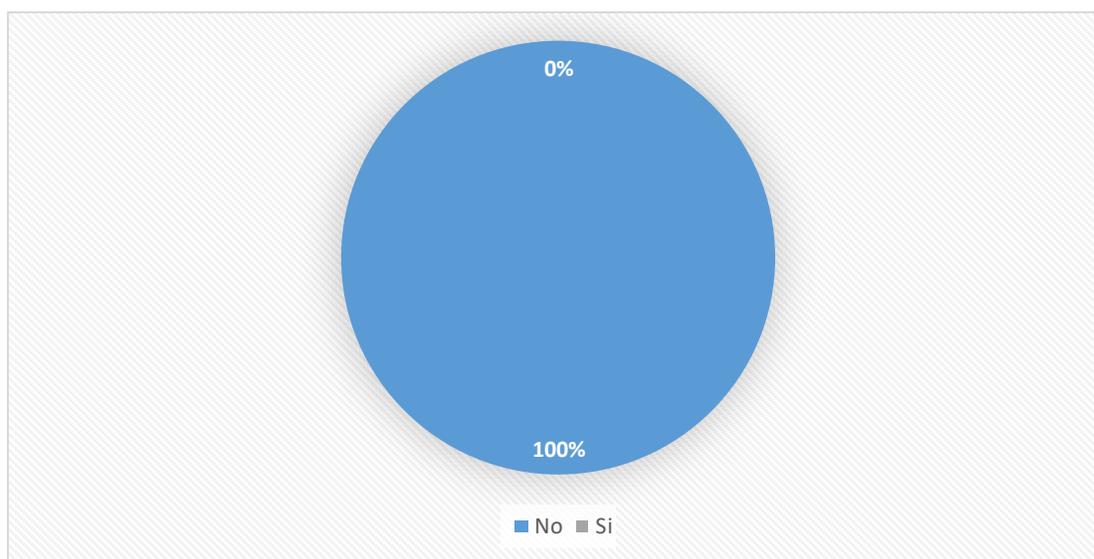
Los padres de familia indicaron, la frecuencia con que comen sus hijos frutas. Un 28 de los padres indicaron que 3 veces por semana les dan fruta a los niños y un 20 solo 1 vez a la semana, siendo un total de 48 padres de familia.

**Tabla 17**

*Participación en algunas capacitaciones.*

<b>Pregunta</b>	
¿Ha participado en algún taller sobre el tema “nutrición” para brindar sus hijos (as) una buena alimentación?	
Sí	0
No	48

*Nota:* elaboración propia



*Figura 7 Datos sobre capacitaciones para mantener una buena salud. Elaboración propia.*

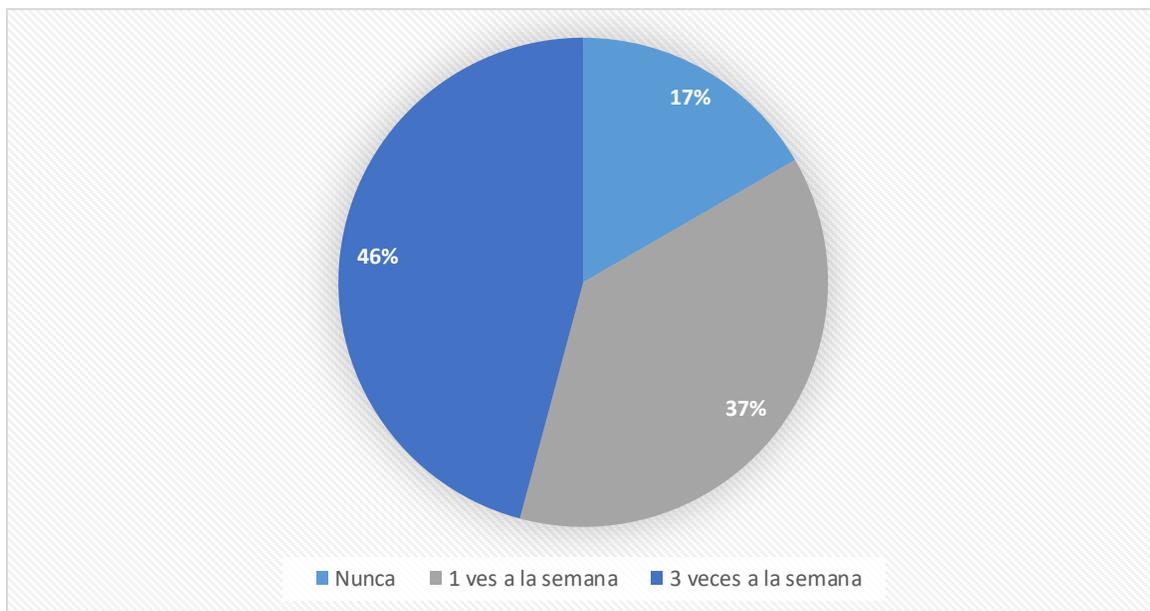
Los padres de familia indicaron que no han asistido a ningún tipo de capacitación, sobre nutrición para ayudar a mejorar la nutrición de los niños.

**Tabla 18**

*Frecuencia de ingerir ensaladas en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Qué tan frecuente comen ensaladas (lechuga, remolacha, zanahoria, entre otros)?	
Nunca	8
1 vez a la semana	18
3 veces a la semana	22

*Nota: elaboración propia*



*Figura 8 Gráfica sobre ingerir ensaladas en casa. Elaboración propia.*

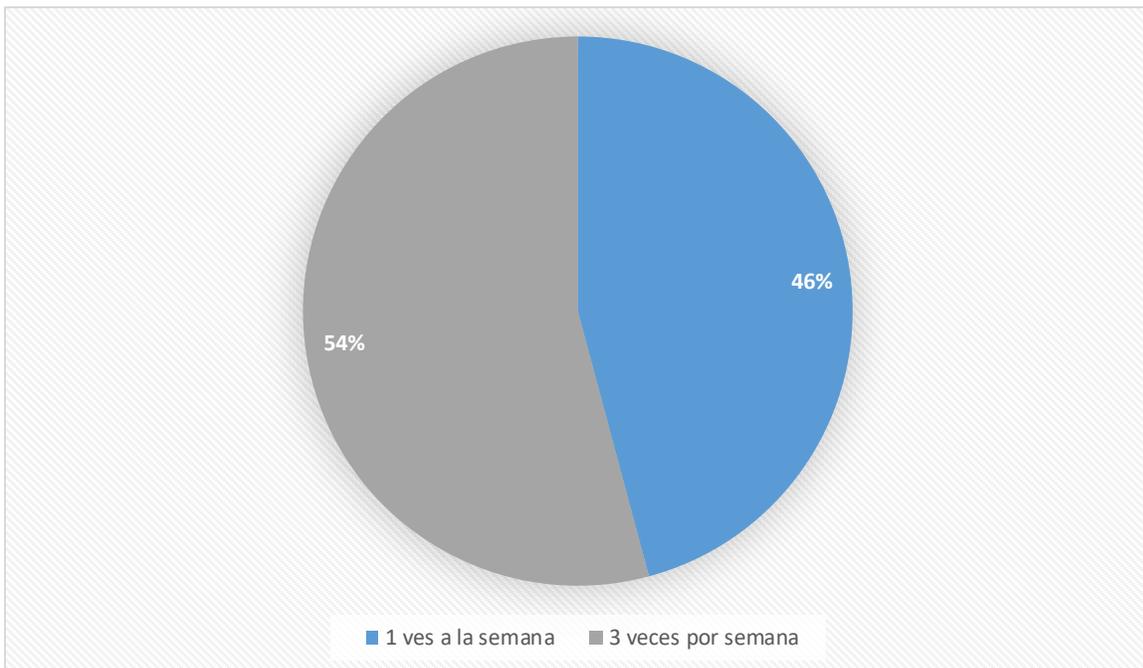
En cuanto al consumo de ingerir ensaladas, los 48 padres de familia indicaron, 22 de ellos ingieren ensaladas 3 veces a la semana, un 18 solo 1 vez a la semana y 8 de ellos nunca lo hacen.

**Tabla 19**

*Frecuencia de ingerir verduras cocidas en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas veces por semana sus hijos ingieren verduras cocidas?	
1 vez a la semana	22
3 veces a la semana	26

*Nota:* elaboración propia



*Figura 9 Datos sobre la frecuencia de consumir verduras cocidas. Elaboración propia.*

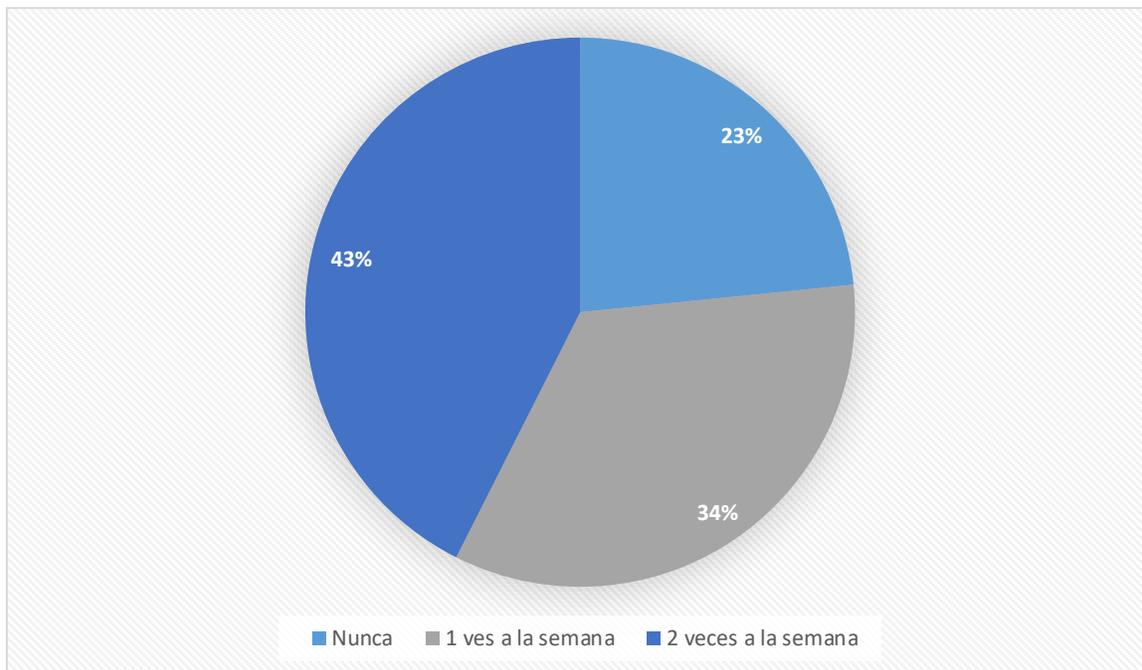
El cuestionario pasado a 48 padres de familia, revela que 22 de ellos les brindan verdura cocidas a sus hijos 3 veces a la semana, y 26 de ellos solo 1 vez a la semana.

**Tabla 20**

*Frecuencia de ingerir jugos naturales en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Qué tan frecuente sus hijos ingieren jugos naturales?	
Nunca	11
1 vez a la semana	16
3 veces a la semana	20

*Nota: elaboración propia*



*Figura 10 Gráficas sobre la frecuencia de ingerir jugos naturales. Elaboración propia.*

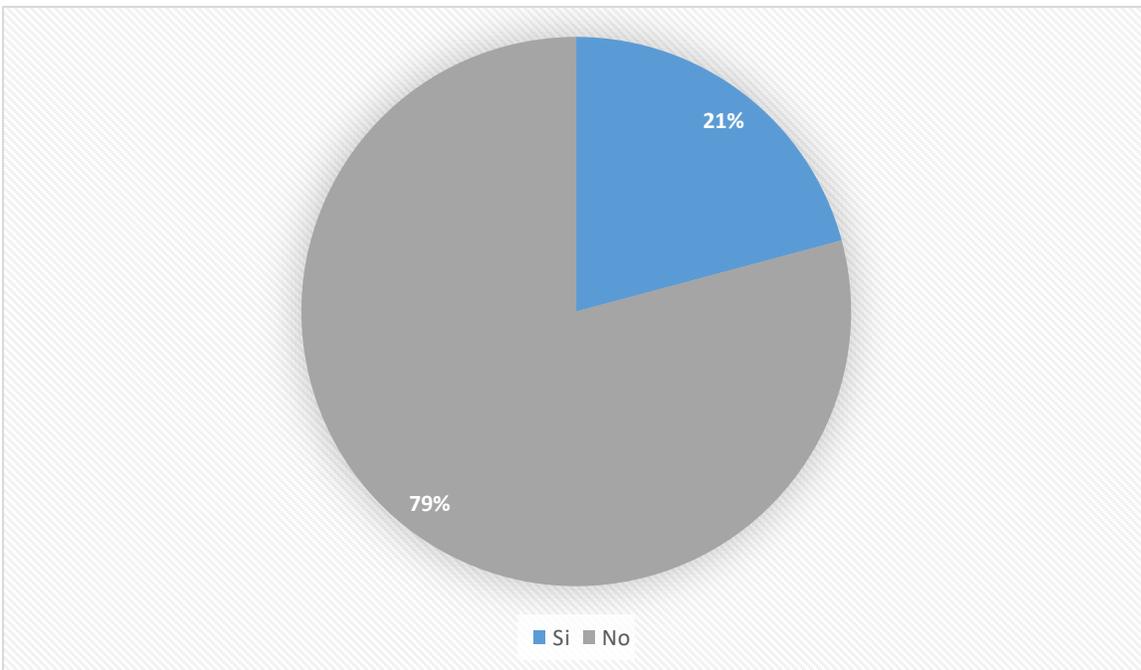
Según los datos obtenidos de las encuestas pasadas a los 48 padres de familia, 20 respondieron que 3 veces a la semana sus hijos ingieren jugos naturales, 16 solo 1 vez a la semana y 11 nunca toman jugos naturales en casa.

**Tabla 21**

*Su hijo con qué frecuencia lleva fruta a la escuela*

<b>Pregunta</b>	
¿Lleva su hijo(a) algún tipo de fruta a la escuela?	
Sí	10
No	38

*Nota:* elaboración propia



*Figura 11 Datos sobre la frecuencia de llevar frutas a la escuela. Elaboración propia.*

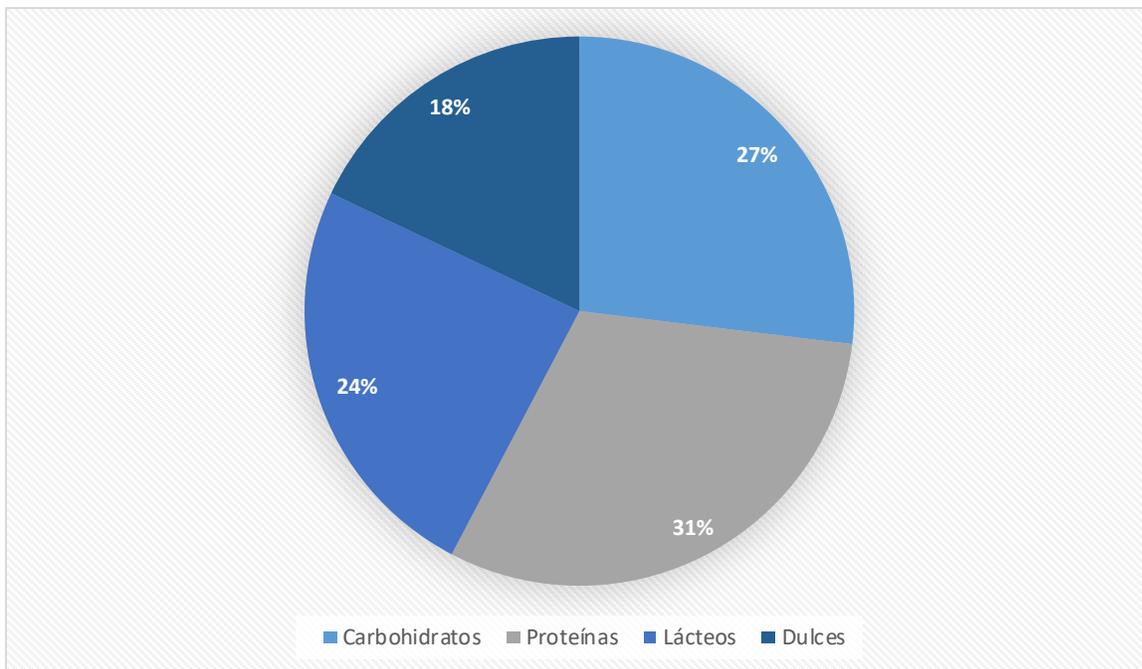
Se evaluó la frecuencia en la que los niños llevan fruta a la escuela, y 38 padres de familia indicaron que sus hijos no llevan a la escuela ningún tipo de fruta, y 10 indicaron que sí llevan fruta al centro educativo.

**Tabla 22**

*Alimentos nutritivos que ingiere su hijo encasa.*

<b>Pregunta</b>	
Marque con una X los alimentos que brinda a su hijo (a) en casa	
Carbohidratos	42
Proteínas	48
Lácteos	39
Dulces	28

*Nota:* elaboración propia



*Figura 12 Datos sobre el consumo de grupos de alimentos. Elaboración propia.*

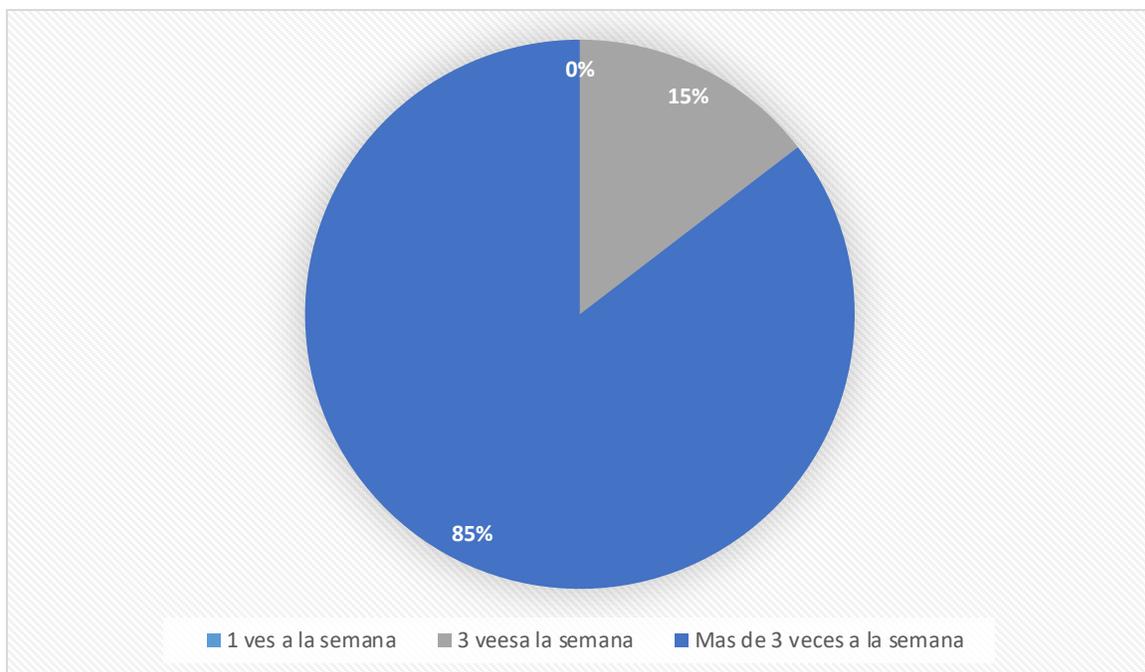
En cuanto al consumo de carbohidratos, proteínas, lácteos y dulces, el cuestionario relevó que, de los 48 padres de familia, todos les brindan carbohidratos a sus hijos, 42 les proporcionan proteínas, 39 lácteos y 28 les brindan dulces. En general podemos observar que se mantiene un nivel bueno en la alimentación de los niños.

**Tabla 23**

*Frecuencia de ingerir carbohidratos en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas veces a la semana come su hijo(a) carbohidratos?	
1 vez a la semana	0
3 veces a la semana	7
Más de 3 veces a la semana	41

*Nota:* elaboración propia



*Figura 13 Datos sobre el consumo de carbohidratos. Elaboración propia.*

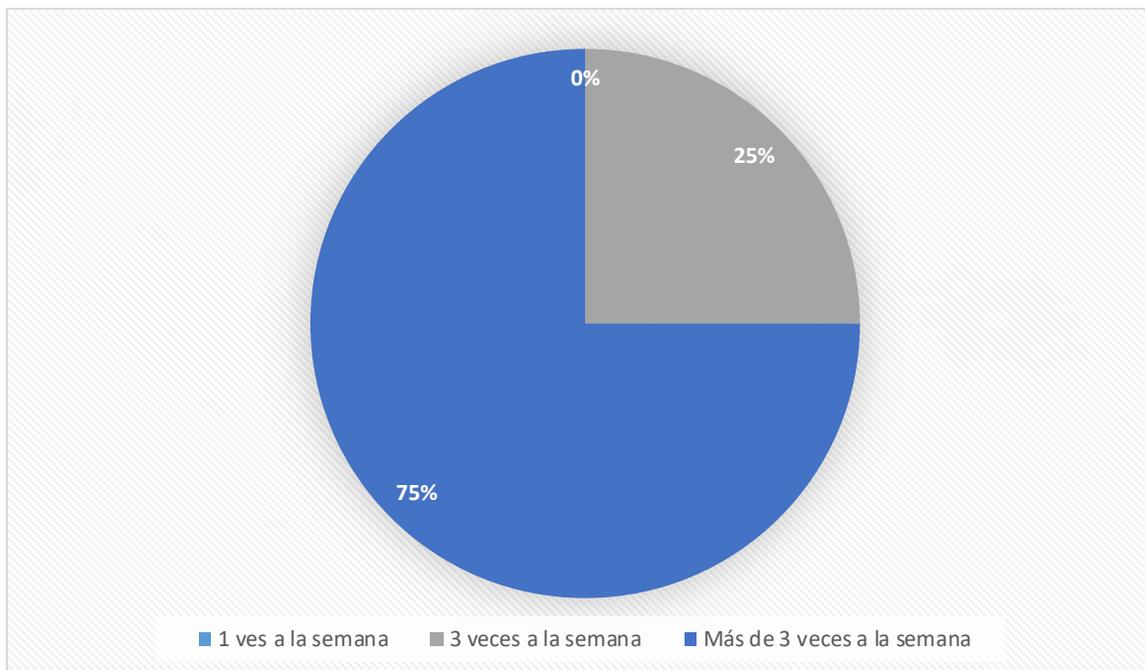
En cuanto al consumo de carbohidratos los padres de familia indicaron que, 41 de ellos les brindan a sus hijos carbohidratos más de 3 veces a la semana, y 7 solo 3 veces a la semana.

**Tabla 24**

*Frecuencia de ingerir proteínas en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas veces a la semana les brinda a sus hijos proteínas?	
1 ves a la semana	0
3 veces a la semana	12
Más de 3 veces a la semana	36

*Nota:* elaboración propia



*Figura 14 Datos sobre el consumo de proteínas. Elaboración propia.*

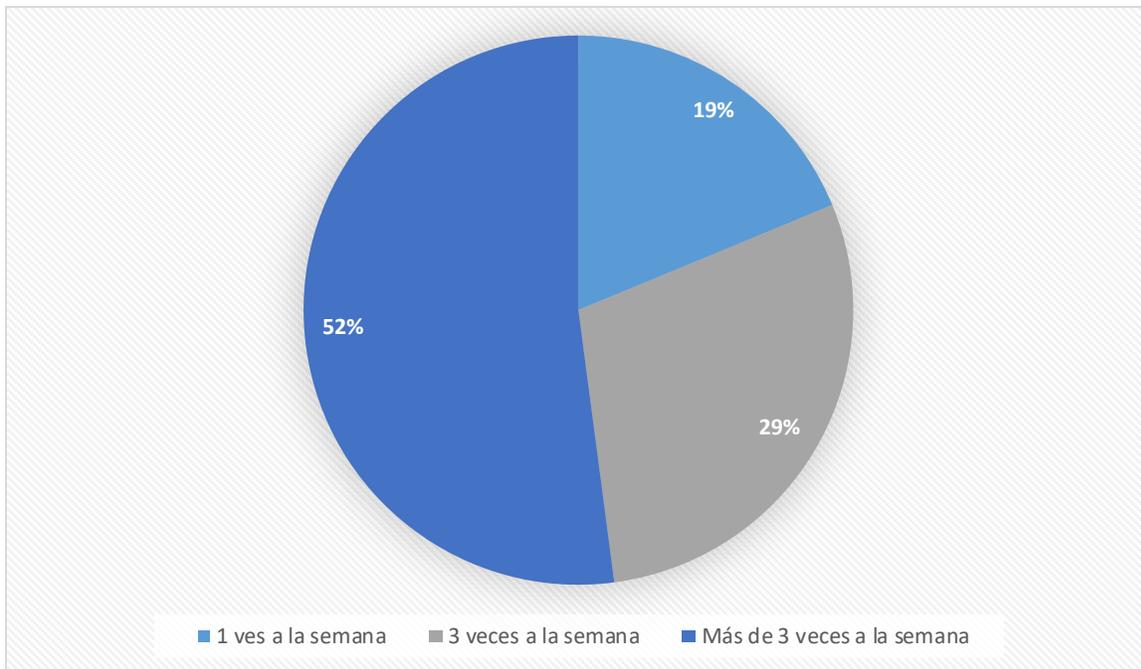
En cuanto a ingerir proteínas los padres de familia indicaron que, 36 de ellos les brindan a sus hijos proteínas más de 3 veces a la semana, 12 solo 3 veces a la semana y nadie lo hace 1 vez a la semana.

**Tabla 25**

*Frecuencia de ingerir lácteos en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Con que frecuencia ingiere su hijo (a) lácteos?	
1 vez a la semana	9
3 veces a la semana	14
Más de 3 veces a la semana	25

*Nota:* elaboración propia



*Figura 15 Datos sobre el consumo de ingerir lácteos. Elaboración propia.*

En cuanto al consumo de lácteos los padres de familia indicaron que, 25 de ellos les brindan a sus hijos proteínas más de 3 veces a la semana, 14 solo 3 veces a la semana y 9 lo hacen 1 vez a la semana.

**Tabla 26**

*Hábitos alimenticios que se practican en casa.*

Pregunta	
¿Describa cuáles son los hábitos alimenticios que se practican en casa?	
Lavado de manos antes y después de comer	46
Ingiera sus alimentos en la mesa	35
Recoge su plato después de comer	42
Cepilla los dientes después de cada comida	39
Da las gracias después de cada tiempo de comida	48

Nota: elaboración propia

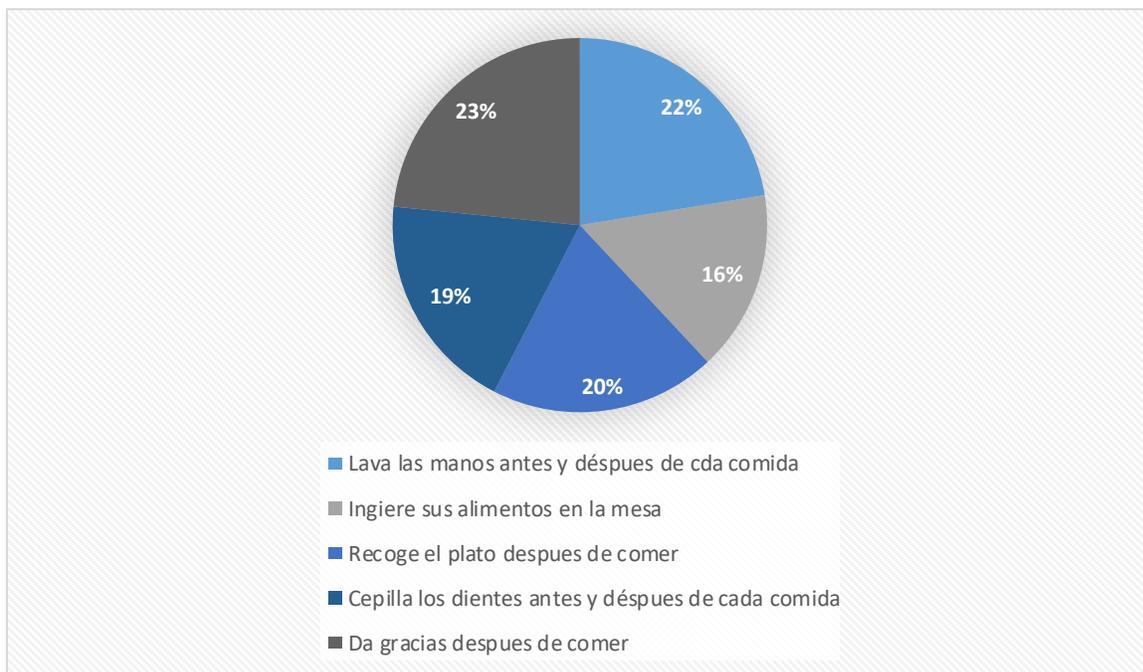


Figura 16 Datos sobre los hábitos alimenticios. Elaboración propia.

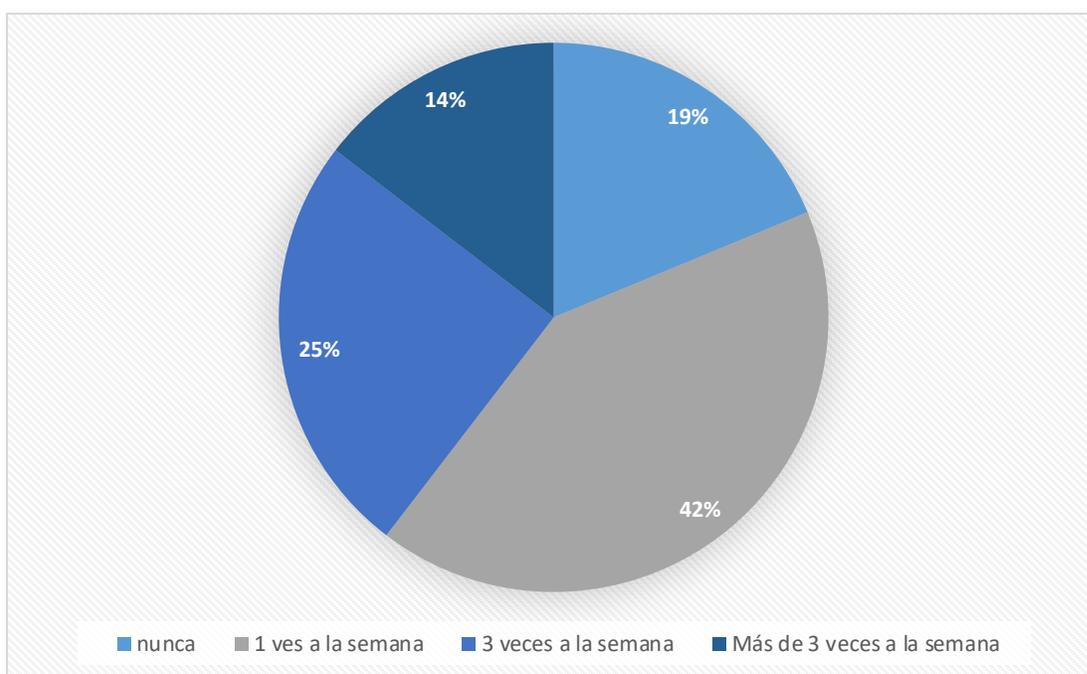
Los hábitos alimenticios que se practican en casa, de 48 padres de familia encuestados 48 de ellos dijeron que sus hijos dan gracias después de cada tiempo de comida, 46 indicaron que sus hijos se lavan las manos antes y después de comer, 42 recogen sus platos, 39 cepillan los dientes después de cada comida y un 35 ingieren sus alimentos en la mesa.

**Tabla 27**

*Frecuencia de ingerir legumbres y frutos secos en casa.*

<b>Pregunta</b>	
¿Con qué frecuencia ingiere su hijo (a) legumbres y frutos secos?	
Nunca	9
1 vez a la semana	20
3 veces a la semana	12
Más de 3 veces a la semana	7

*Nota:* elaboración propia



*Figura 17 Datos sobre la frecuencia de consumir legumbres y frutos secos. Elaboración propia.*

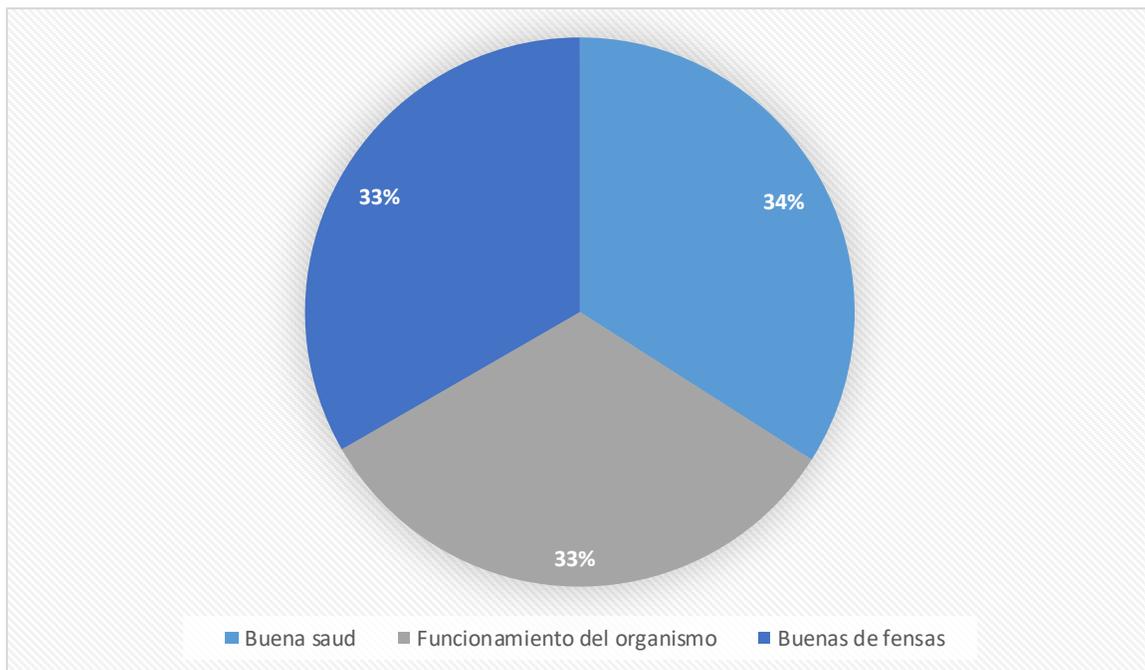
Para determinar el consumo de legumbres y frutos secos. Los datos obtenidos del cuestionario dirigido a 48 padres de familia, indicaron que, 20 de ellos brindan 1 vez a la semana, 12 solo 3 veces a la semana, 7 más de 3 veces a la semana y 9 de ellos nunca les dan a ingerir legumbres y frutos secos.

**Tabla 28**

*Importancia de comer saludable.*

Pregunta	
¿Por qué es importante que su hijo (a) consuma una alimentación saludable?	
Buena salud	48
Buen funcionamiento del organismo	46
Buenas defensas	47

*Nota:* elaboración propia



*Figura 18 Datos sobre la frecuencia de comer saludable. Elaboración propia.*

La importancia de consumir una alimentación saludable en casa, de 48 padres de familia encuestados 48, de ellos respondieron que les brindan a sus hijos una alimentación saludable, para mantener una buena salud, 47 para tener buenas defensas y 46 para el buen funcionamiento del organismo.

**Tabla 29**

*Clases de frutas y verduras que ingieren los niños en casa.*

Frutas		Verduras	
Manzana	40	Papa	48
Bananos	42	Tomate	44
Peras	5	Cebolla	40
Naranjas	18	Puerro	38
Sandias	47	Güisquil	36
Ciruelas	8	Macuy	25
Papaya	26	Chipilín	25
Melocotones	38	Acelga	8
Fresas	30	Espinaca	4
Uvas	35	Brócoli	18
Kiwi	4	Coliflor	16
Piña	24	Zanahoria	40
Mangos	46	Güicoy	30
Melocotón	38	Elote	42
Nance	8	Yuca	36
Otros:		Otros:	

*Nota:* elaboración propia

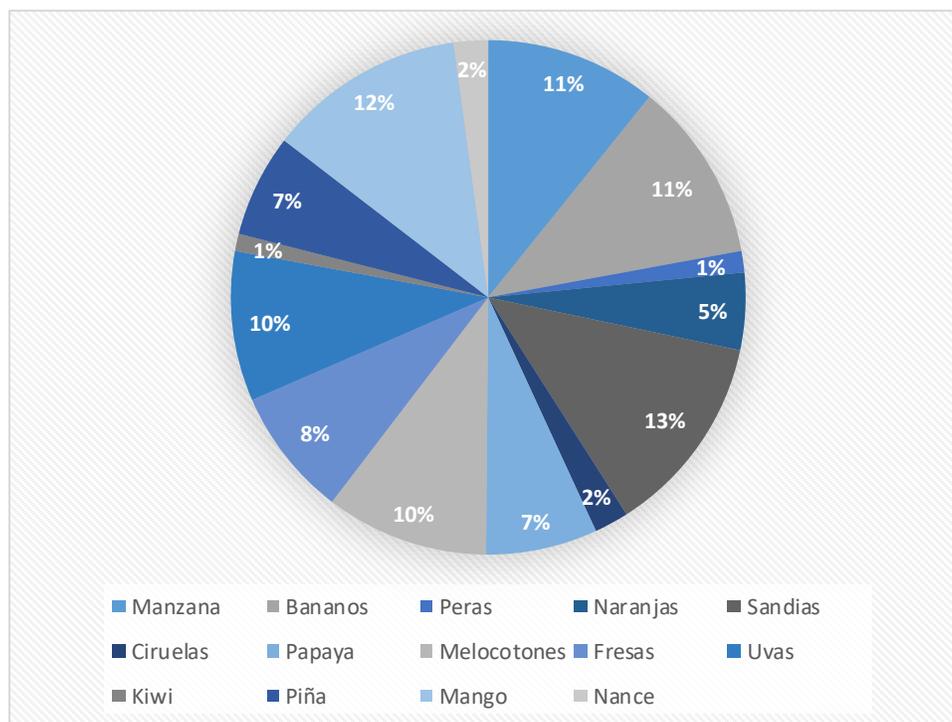


Figura 19 . Datos consumir frutas y verduras. Elaboración propia.

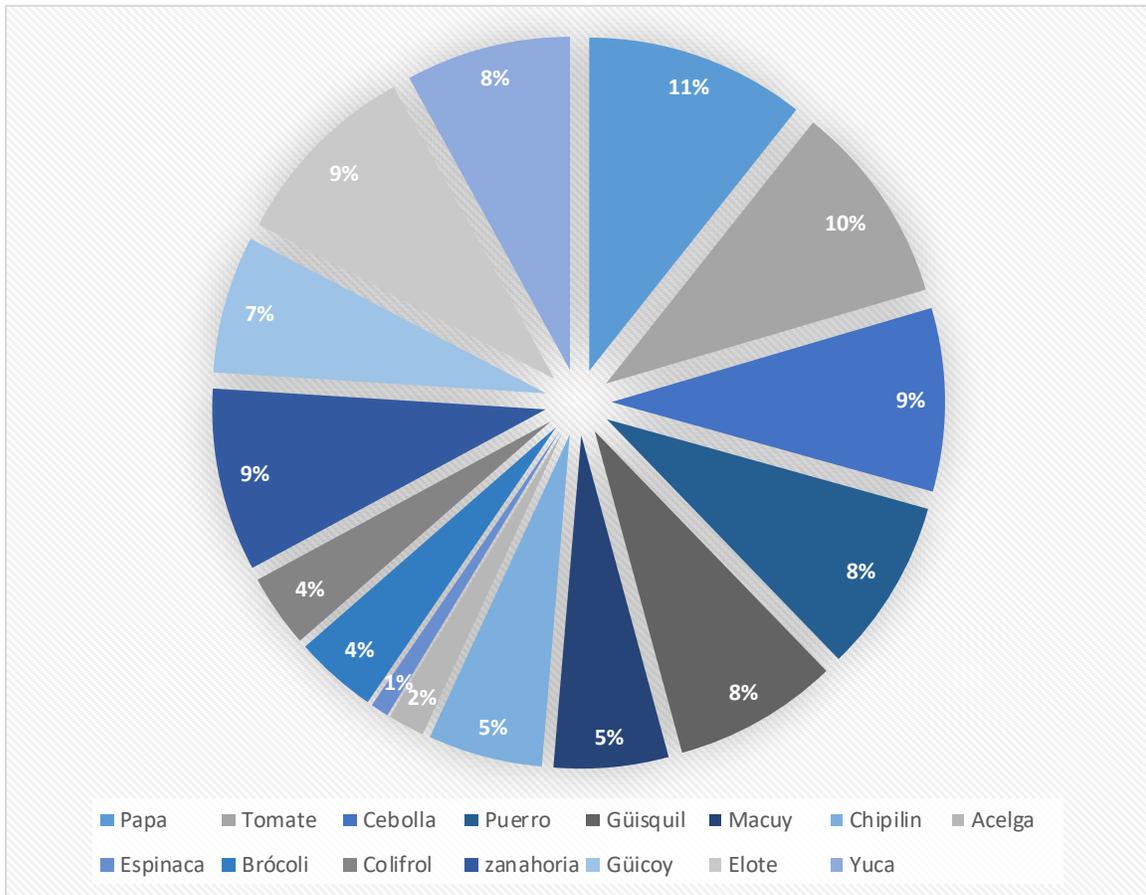


Figura 20 Datos consumir frutas y verduras. Elaboración propia.

Al consumo de frutas y verduras los padres de familia indicaron que, los niños en casa ingieren más frutas que verduras. Se puede observar que en la gráfica los niños prefieren las frutas que las verduras.

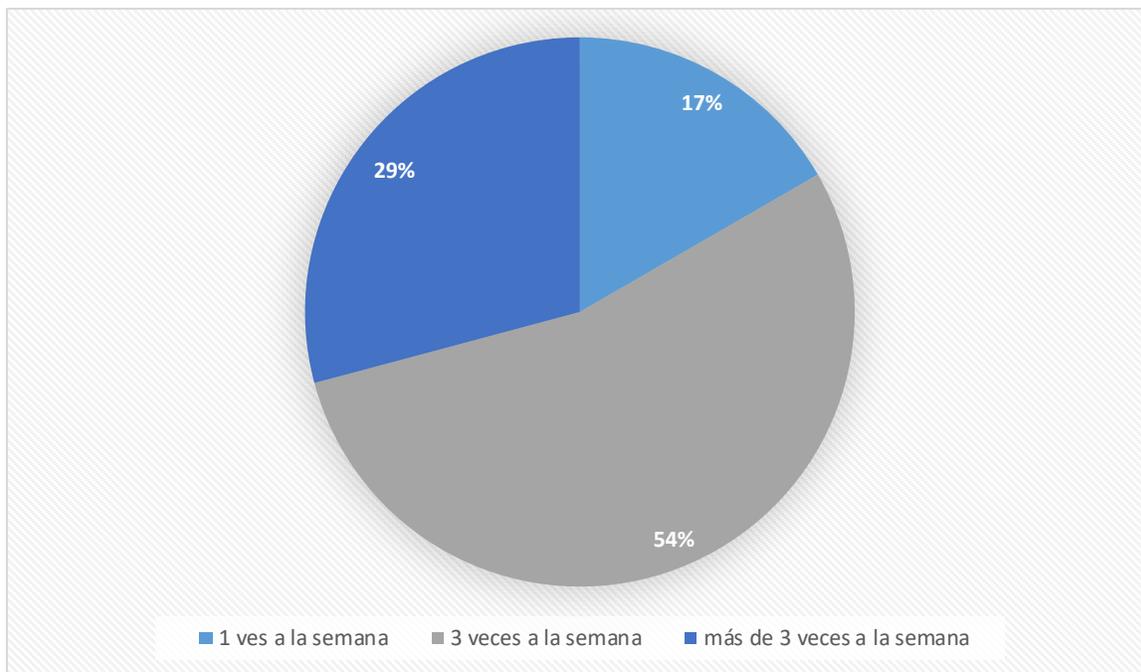
Análisis del cuestionario dirigido a padres de familia de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso que se aplicó después de, la capacitación sobre el “fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños”.

**Tabla 30**

*Consumo de frutas.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas frutas consumió su hijo la semana pasada en casa?	
1 vez a la semana	8
3 veces a la semana	26
Más de 3 veces a la semana	14

*Nota:* elaboración propia



*Figura 21 Datos del consumo de frutas. Elaboración propia.*

Los padres de familia indicaron que, al consumo de frutas, los niños en casa ingieren frutas de todo tipo. Se pudo observar que en general los niños tienen un gusto particular por las frutas.

**Tabla 31**

*Fortalecimiento de hábitos alimenticios.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cree usted que la guía proporcionada por la epesista servirá para la fortalecer los hábitos alimenticios en sus hijos?	
Sí	48
No	0
Si su respuesta es sí, indique por que	
La guía servirá de apoyo a la hora de brindar los alimentos a los niños.	
Para fortalecer los hábitos alimenticios	
Es un instrumento para los docentes	
Están las leyes, que amparan la alimentación de los niños	

Nota: elaboración propia

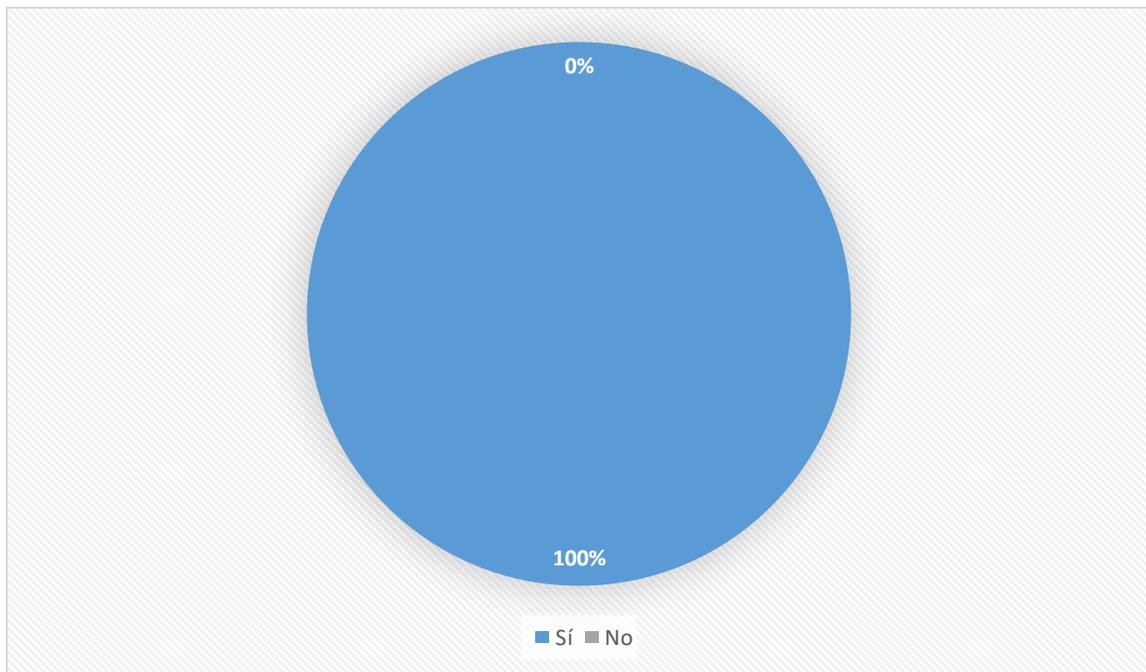


Figura 22 Datos sobre la importancia de fortalecer los hábitos alimenticios. Elaboración propia.

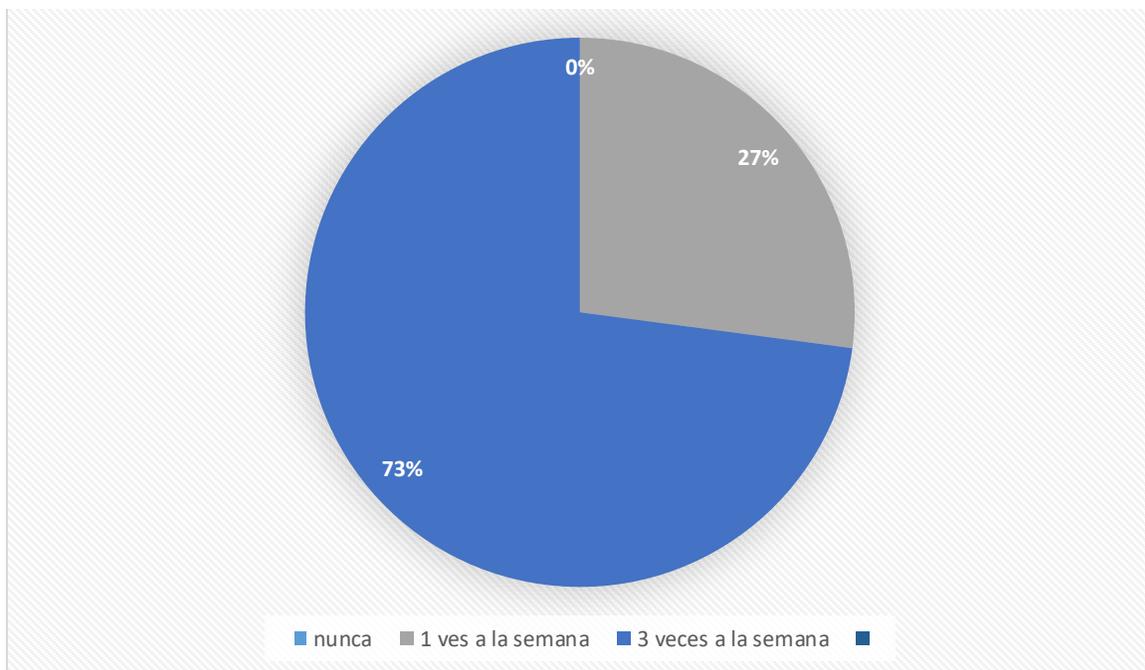
Según los datos obtenidos de la encuesta que se les entregó a 48 padres de familia, en donde todos indicaron que la guía proporcionada por la epesista servirá para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en la Escuela Oficial de Párvulos.

**Tabla 32**

*Consumo de verduras cocidas.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas veces por semana comió su hijo verduras cocidas?	
Nunca	0
1 vez a la semana	13
3 veces a la semana	35

*Nota:* elaboración propia



*Figura 23 Datos sobre el consumo de ingerir verduras cocidas. Elaboración propia.*

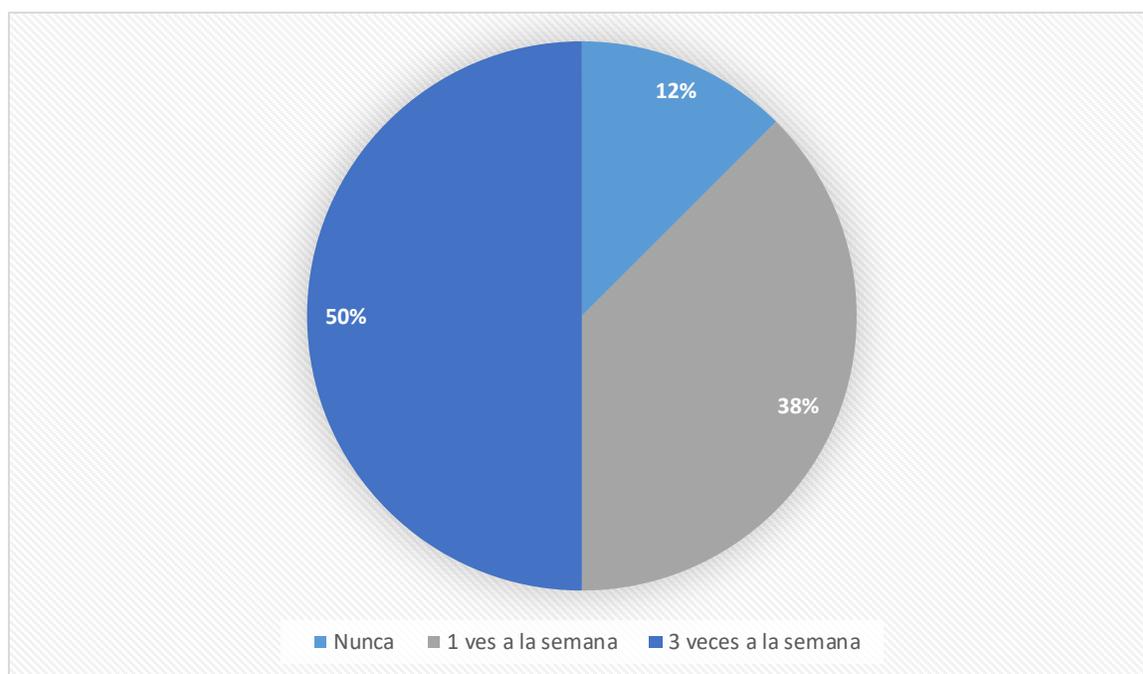
Esta grafica muestra que, de 48 padres de familia encuestados, 10 de ellos les brindan verduras cocidas a sus hijos una vez a la semana y 32 les proporcionan más de tres veces a la semana.

**Tabla 33**

*Importancia de ingerir jugos naturales.*

<b>Pregunta</b>	
¿Cuántas veces a la semana usted le brindó jugos naturales a su hijo?	
Nunca	6
1 vez a la semana	18
3 veces a la semana	24

*Nota:* elaboración propia



*Figura 24 Datos sobre el consumo jugos naturales. Elaboración propia.*

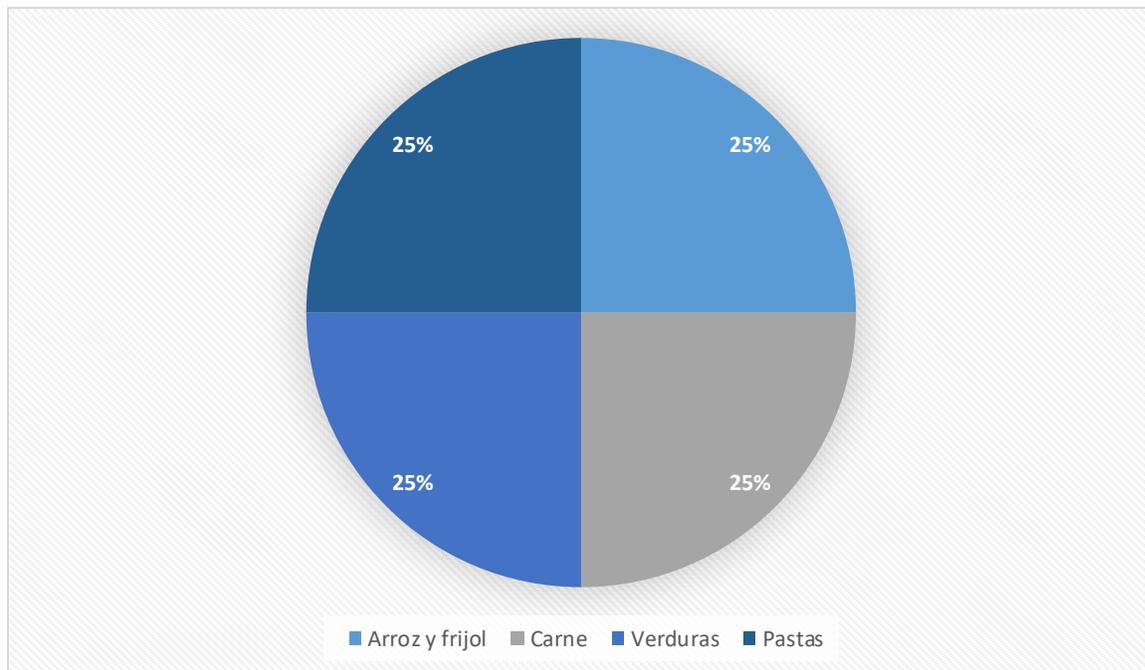
Según los datos obtenidos de la encuesta proporcionada después de la capacitación a 48 padres de familia, 24 respondieron que 3 veces a la semana sus hijos ingieren jugos naturales, 18 solo 1 vez a la semana y 6 nunca toman jugos naturales en casa.

**Tabla 34**

*Alimentos que proporcionan energía.*

Pregunta
Escriba 4 alimentos que brindan energía.
Arroz y frijol
Carne
Verduras
Pastas

*Nota:* elaboración propia



*Figura 25 Datos sobre el consumo de alimentos que brindan energía. Elaboración propia.*

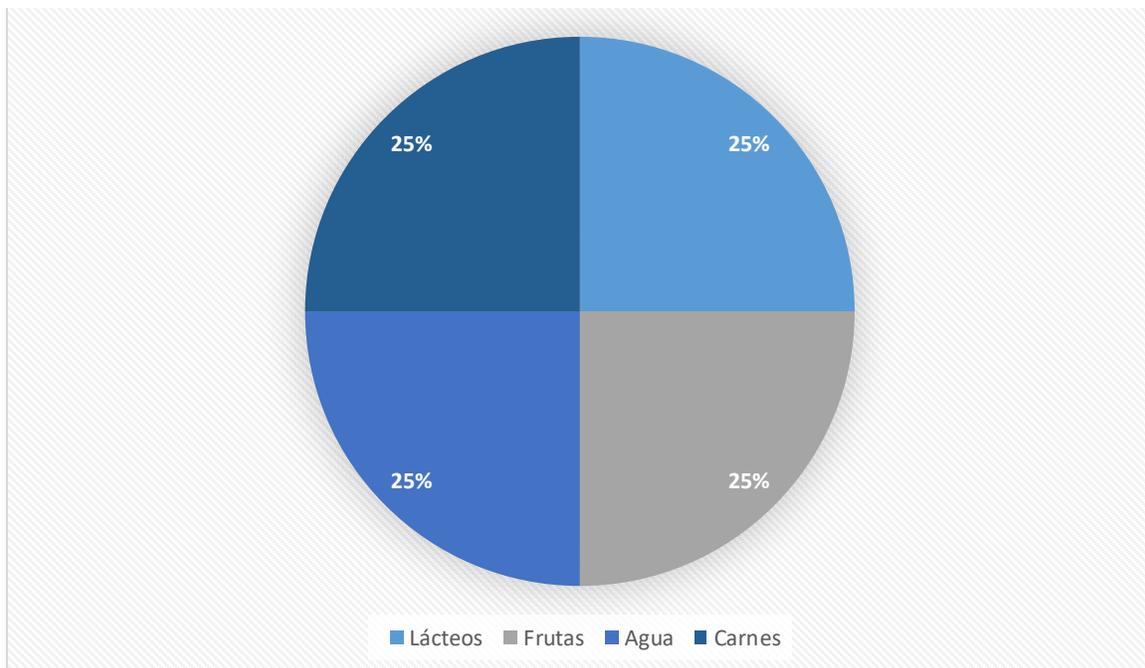
Esta gráfica indica que los padres de familia les brindan a sus hijos alimentos para que les proporcione la energía necesaria para el buen funcionamiento del organismo.

**Tabla 35**

*Alimentos que ayudan al crecimiento.*

Pregunta
Escriba 4 alimentos que ayudan a los niños para el crecimiento.
Lácteos
Frutas
Agua
Carnes

*Nota:* elaboración propia



*Figura 26 Datos sobre el consumo de alimentos que ayudan al crecimiento. Elaboración propia.*

Según los datos obtenidos de la encuesta dirigida a 48 padres de familia después de la capacitación, indicaron que les brindan alimentos que contengan las vitaminas y minerales necesarios para un buen desarrollo físico.

**Tabla 36**

*Alimentos que proporciona a su hijo.*

Pregunta	
Recordatorio de los alimentos que su hijo ingirió el día de ayer.	
Desayuno	Leche con cereal Huevos con frijoles
Merienda	Fruta
Almuerzo	Carnes Verdura Pastas Agua o fresco natural Tortilla
Merienda	Yogurt Fruta
Cena	Huevo Salchicha Lácteos Frijol

Nota: elaboración propia

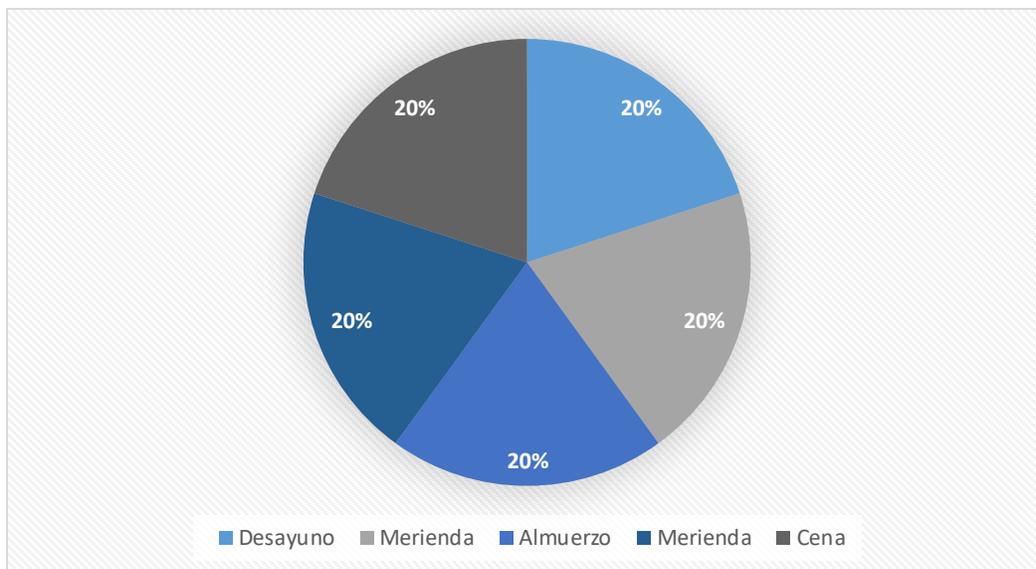


Figura 27 Datos sobre alimentos que proporciona a sus hijos. Elaboración propia.

Los padres de familia indicaron que les proporcionan alimentos ricos en vitamina que ayudan al funcionamiento del organismo, ricos en vitaminas, minerales y proteínas que ayudan al buen funcionamiento del cuerpo.

**Tabla 37**

*Alimentos que ingiere su hijo.*

La semana pasada que alimentos consumió su hijo.			
Carbohidratos	Proteínas	Frutas	Agua
➤ Fideos	➤ Carne	➤ Banana	➤ Frescos naturales
➤ Pan	➤ Huevos	➤ Sandia	
➤ Cereal	➤ Leche	➤ Manzana	
➤ Frijoles	➤ Queso	➤ Melocotones	
➤ Arroz	➤ Pollo	➤ Melón	

Nota: elaboración propia

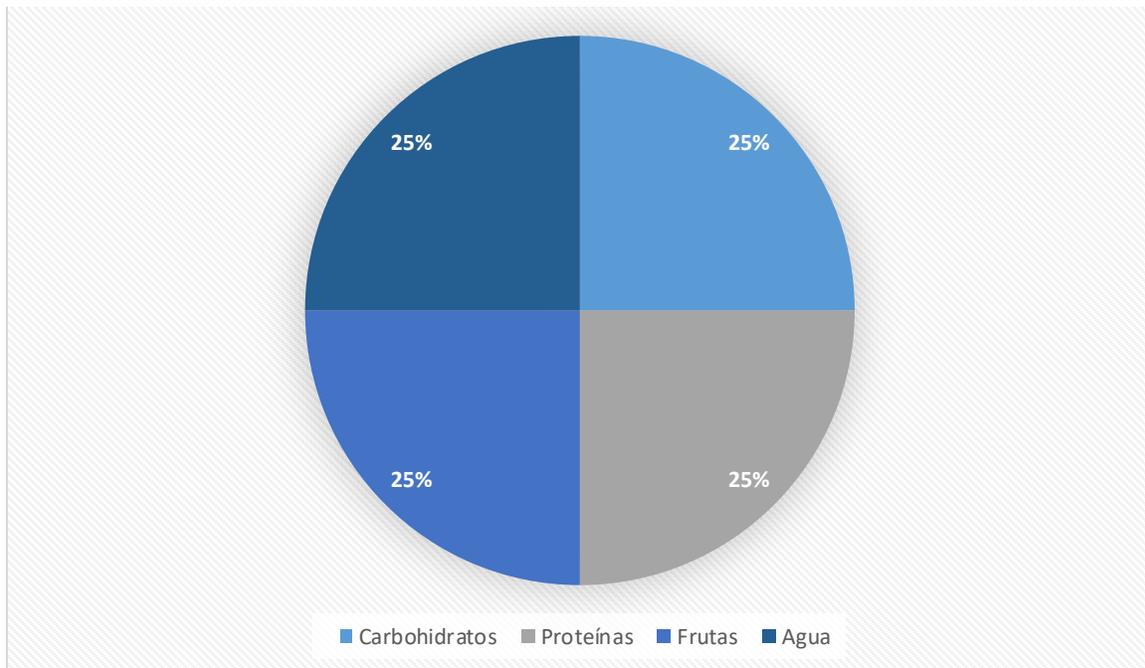


Figura 28 Datos sobre los alimentos que consumió su hijo. Elaboración propia.

Según los datos obtenidos, los padres de familia proporcionan a sus hijos los carbohidratos, proteínas, frutas y agua en cantidades necesarias que el cuerpo necesita para su funcionamiento.

#### 4.4.1. Evidencia



Figura 29 Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



Figura 30 Entrega y presentación de la guía sobre fortalecimientos de hábitos alimenticios a los docentes de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

## Capítulo V

### 5. Evaluación del proceso

En el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado-EPS-, se realizan distintas actividades, con el propósito de contribuir al mejoramiento de un problema en alguna institución. Por lo que la escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso, se habilitó el comedor escolar para los niños con el objetivo que puedan tener un espacio amplio, cómodo y digno, donde puedan adquirir sus alimentos. Todas las fases que se realizan y se presentan requieren de actividades evaluadas por medio de una lista de cotejo, con el propósito de verificar si son cumplidas.

#### 5.1. Diagnóstico

Para la elaboración de la fase del diagnóstico primero se elabora el plan, teniendo varias actividades, metas, objetivos y la elaboración del FODA; esto se lleva a cabo con el fin de tener información verídica de la institución educativa. Se realiza un análisis de la información obtenida, para verificar las deficiencias que presenta la institución, y poder dar solución a los problemas encontrados mediante el análisis de viabilidad y factibilidad.

**Tabla 38**

*Evaluación del diagnóstico*

Aspecto	Si	No	Comentario
¿Se presentó el plan del diagnóstico?	X		
¿Los objetivos del plan fueron pertinentes?	X		
¿Las actividades programadas para realizar el diagnóstico fueron suficientes?	X		
¿Las técnicas de investigación previstas fueron apropiadas para efectuar el diagnóstico?	X		
¿Los instrumentos diseñados y utilizados fueron apropiados a las técnicas de investigación?	X		
¿El tiempo calculado para realizar el diagnóstico fue suficiente?	X		
¿Se obtuvo colaboración de personas de la institución para la realización del diagnóstico?	X		
¿Las fuentes consultadas fueron suficientes para la elaboración del diagnóstico?	X		

¿Se obtuvo la caracterización del contexto en que se encuentra la institución?	X
¿Se determinó el listado de carencias, deficiencias y debilidades?	X
¿Fue correcta la problematización de carencias, deficiencias y debilidades?	X
¿Fue adecuada la priorización del problema a investigar?	X
¿La hipótesis acción es pertinente al problema a investigar?	X
¿Se presentó el listado de las fuentes consultadas?	X
<b>Total</b>	<b>14</b>

*Nota:* Tomado del manual de propedéutica (2018).

## 5.2 Fundamentación teórica

La fase de la fundamentación teórica es la que respalda el proyecto, teniendo seleccionada la hipótesis-acción se tiene definido el tema a tratar, respaldado con la base legal, aportes propios y con citas directas e indirectas de acuerdo a la guía de Normas APA. Para verificar si se realizó la fundamentación, con los aportes adecuados, se presenta la siguiente evaluación.

**Tabla 39**

*Evaluación de la fundamentación teórica*

Aspecto	Si	No	Comentario
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en el problema?	X		
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?	X		
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?	X		
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?	X		
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?	X		

¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?	X
Total	5

*Nota:* Tomado del manual de propedéutica (2018).

### 5.3. Plan de acción

En esta fase se definen todos los elementos necesarios para el cumplimiento del proyecto, abarcando los siguientes elementos ¿qué? ¿dónde? ¿cuándo? ¿para qué? entre otros. Para verificar si se logró abarcar con todos los elementos necesarios, para el plan de acción, se deja la siguiente evaluación.

**Tabla 40**

*Evaluación del plan de acción*

Aspecto	Si	No	Comentario
¿Es completa la identificación institucional de la epesista?	X		
¿El problema es el priorizado en el diagnóstico?	X		
¿La hipótesis-acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	X		
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera provocar con la intervención?	X		
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicos?	X		
¿Los beneficiarios están bien identificados?	X		
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X		
¿El tiempo asignado a cada actividad es apropiado para su realización?	X		
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X		
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X		

¿Se determinó en el presupuesto el renglón de imprevistos?	X
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X
<b>Total</b>	<b>15</b>

*Nota:* Tomado del manual de propedéutica (2018)

#### 5.4. Sistematización

A esta etapa corresponde describir cada actividad determinada en el cronograma, además de contar las experiencias vividas durante la ejecución de la intervención del proyecto, todo lo que se realizó durante el EPS y las lecciones aprendidas en lo personal y profesional.

La siguiente evaluación es para verificar si se realizaron las actividades de la sistematización.

**Tabla 41**

*Evaluación de la sistematización*

Aspecto	Si	No	Comentario
¿Se da con claridad un panorama de la experiencia vivida en el EPS?	X		
¿Los datos surgen de la realidad vivida?	X		
¿Es evidente la participación de los involucrados en el proceso de EPS?	X		
¿Se valoriza la intervención ejecutada?	X		
¿Las lecciones aprendidas son valiosas para futuras intervenciones?	X		
<b>Total</b>	<b>5</b>		

*Nota:* Tomado del manual de propedéutica (2018).

## 5.5 Información final del EPS

El informe final son todas las partes que conforman el EPS, donde se puede observar los capítulos que conforman el informe cumpliendo con las normas que sugiere el manual de propedéutica y Normas APA

, razón por la cual se deja una lista de cotejo para evaluar el informe.

**Tabla 42**

*Evaluación del informe final*

Aspecto	Si	No	Comentario
¿La portada y los preliminares son los indicados para el informe del EPS?	X		
¿Se siguieron las indicaciones en cuanto a tipo de letra e interlineado?	X		
¿Se presenta correctamente el resumen?	X		
¿Cada capítulo está debidamente desarrollado?	X		
¿En los apéndices aparecen utilizados los instrumentos de investigación?	X		
¿En los apéndices aparecen aplicados los instrumentos de evaluación?	X		
¿En el caso de citas, se aplicó un solo sistema?	X		
¿El informe está desarrollado según las indicaciones dadas?	X		
¿Las referencias de las fuentes están dadas con los datos correspondientes?	X		
Total	9		

*Nota:* Tomado del manual de propedéutica (2018).

## Conclusiones

- Se realizó un aporte pedagógico a la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, sobre la habilitación de un comedor escolar para los niños de nivel pre primario; fue necesario la implementación de diferentes instrumentos de investigación como la rúbrica a la directora del establecimiento y un cuestionario dirigido a padres de familia, necesario para la habilitación del comedor escolar, como apoyo para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños.
- La implementación de la guía didáctica sobre el cuidado de una alimentación nutritiva y saludable para los niños de nivel pre primario, complementará la habilitación del comedor escolar, en virtud que la guía contiene información detallada sobre la base legal, conceptos básicos sobre la importancia de una alimentación saludable, actividades y hojas de trabajo especificadas para cada nivel, y un recetario que se tomó de los menús que proporciona el Ministerio de Educación, para todos los centros educativos de educación pre primaria.
- La capacitación dirigida a padres de familia y docentes, enfatizó la importancia que tiene el consumo de alimentos saludables, para mantener una buena salud en los escolares, brindándoles los nutrientes necesarios que el cuerpo necesita, para el buen funcionamiento del organismo.
- La habilitación de un espacio dentro del centro educativo, para uso de comedor escolar necesita mantenerse en buenas condiciones por lo que se estableció un plan de sostenibilidad para que pueda ser de utilidad por muchos años.

## **Plan de sostenibilidad**

“Habilitación del área del comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la Escuela oficial de Párvulos anexa escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso”.

### **Identificación**

#### **Lugar**

Municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso barrio El Porvenir

#### **Responsables**

- Directora
- Organización de Padres de Familia –OPF-.
- Epesista coordinadora del proyecto

### **Justificación**

En esta investigación que se realizó en el centro educativo, a través del diagnóstico, se pudieron observar muchas carencias que fueron analizadas con la ayuda de los instrumentos que se implementaron, quedando establecido el proyecto habilitación del área del comedor escolar, para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la escuela Oficial de Párvulos anexa escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Se realizaron actividades para establecer que el proyecto fuera el indicado según las necesidades del centro educativo; este proyecto tiene como finalidad brindar una alimentación saludable para los niños, por lo que surge la necesidad de un plan de sostenibilidad para que pueda funcionar por mucho tiempo dicho proyecto.

La directora adquiere este compromiso para que el proyecto se mantenga en buenas condiciones, pues es un beneficio para que los niños tengan un lugar digno donde puedan adquirir sus alimentos.

## **Objetivo General**

Establecer el plan de sostenibilidad con el compromiso de cuidar el proyecto, dándole el mantenimiento necesario y mantenerlo en buen estado para beneficio de los estudiantes.

## **Objetivo Específico**

Implementar un plan de sostenibilidad para el cuidado necesario del proyecto, adquiriendo el compromiso la directora del establecimiento.

La directora supervisara que los docentes motiven a los estudiantes a hacer buen uso del comedor y poder adquirir sentido de pertinencia con el mismo.

Con apoyo de la directora se realizarán acciones de mantenimiento involucrando a docentes y padres de familia para mantener en buen estado el comedor.

## **Descripción**

El proyecto de “Habilitación de área del comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El progreso”. Fue realizado con éxito en dicho establecimiento, siempre teniendo en cuenta la gestión y colaboración que se realizaron en su momento para llevar a cabo el proyecto que favorecerá a más de cincuenta niños. Se obtuvo como resultado el espacio físico para la implementación del comedor y el aporte pedagógico la realización de una guía que, servirá de apoyo para poder cumplir con una alimentación nutritiva, por lo que es necesario contar con un plan de sostenibilidad para darle seguimiento a lo establecido en el centro educativo, comprometiéndose la directora, docentes y padres de familia a brindarle el mantenimiento necesario para tener el comedor en buenas condiciones y así los niños puedan tener un lugar para adquirir sus alimentos.

### **Sostenibilidad institucional**

Se podrá conseguir un aporte para el mantenimiento del comedor, por parte de la municipalidad de Guastatoya, siendo la intermediaria la directora del establecimiento, tomando en cuenta que la municipalidad brinda apoyo a los centros educativos.

### **Sostenibilidad financiera**

La directora del centro educativo quedara encargada de que el comedor se mantenga en buenas condiciones para que los niños puedan adquirir los alimentos en un ambiente adecuado.

### **Sostenibilidad ambiental**

Con la implementación del comedor se colaborará con el medio ambiente pues no se utilizan platos, vasos, tenedores y servidoras desechables, el propósito de esto es apoyar al medio ambiente, esto se lleva acabo con la ayuda de los padres de familia y a los estudiantes, siempre es necesario hacer conciencia de lo importante que es cuidar del medio ambiente.

### **Sostenibilidad social**

Esto se realizará al compromiso que adquiere la directora y la Organización de Padres de Familia –OPF-, con el objetivo que se cumpla una alimentación nutritiva y mantener en buenas condiciones el comedor escolar.

## **Actividades**

- Compartir la guía alimenticia para ayudar a bienestar de una buena alimentación nutritiva.
- La directora verificara que se brinde una alimentación nutritiva a los niños.
- Observar por parte de la directora que se mantenga en buen estado el comedor.
- Redactar un acta donde quedara plasmado la entrega del proyecto y que la directora adquiere el compromiso de mantenerlo en buen estado.

## **Recursos**

### **Humanos**

- Estudiantes
- Directora
- Docentes
- Padres de familia
- Colaboradores
- Epesista

### **Materiales**

- Guía alimenticia
- Comedor escolar habilitado con cinco mesas y diez bancas, instalado en el centro educativo.

### **Financiero**

Para llevar a cabo la realización del proyecto en el centro educativo se deberán realizar gestiones económicas, que servirán para dejar en excelentes condiciones el comedor, para que los niños puedan adquirir sus alimentos en un ambiente agradable.

Se dejará en físico e impreso una guía alimenticia donde puedan guiarse a la hora de brindar la alimentación a los niños.

La directora adquiere el compromiso de mejorar las instalaciones del comedor, gestionando fondos o solicitando apoyo a la municipalidad.

Carta de compromiso



Escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM  
Colonia Nueva Vida, Jornada Matutina  
Guastatoya, El Progreso

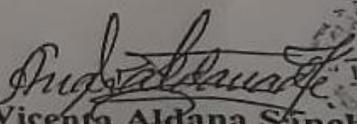
Guastatoya, 06 de agosto 2020

Yo Ana Vicenta Aldana Sánchez, quien me identifico con numero de DPI: 2506615350201, en calidad de directora de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso. Me comprometo a darle continuidad y mejorar el proyecto "Habilitación de área de comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida", que fue entregado el 30 de julio del presente año.

Por lo que doy fe del compromiso que adquiero, con el comedor escolar para mantenerlo en buenas condiciones y poder utilizarlo por muchos años.

Sin más que agregar

Atentamente,

  
**Ana Vicenta Aldana Sánchez**  
Directora del establecimiento



## Referencias

- *Guía Alimentaria para Guatemala* (2002) Recomendada para una alimentación saludable. Recuperada de  
<https://www1.paho.org/gut/dmdocuments/guias-alimentarias-corregida.pdf>
  
- *Ley Escolar de Alimentación* (Decreto Número 16-2017 Art. 1,2).
  
- *Ley del Sistema Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional* (Decreto No. 32-2005 Art. 7).
  
- Matrix J. (2005, *Nutrición para Educadores*. Fundación Universitaria Iberoamericana. Recuperado de.  
[https://books.google.com.gt/books?id=Ow5O1EQzqHAC&printsec=frontcover&dq=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix+J.+%20\(2005\).+Nutrici%C3%B3n+para+educadores&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKewiB0b\\_OxerIAhUNIKwKHSOeDbQQ6AEIjAA#v=onepage&q=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix%20J.%20\(2005\).%20Nutrici%C3%B3n%20para%20educadores&f=false](https://books.google.com.gt/books?id=Ow5O1EQzqHAC&printsec=frontcover&dq=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix+J.+%20(2005).+Nutrici%C3%B3n+para+educadores&hl=es419&sa=X&ved=0ahUKewiB0b_OxerIAhUNIKwKHSOeDbQQ6AEIjAA#v=onepage&q=%EF%83%98%09%EF%83%98%09Mataix%20J.%20(2005).%20Nutrici%C3%B3n%20para%20educadores&f=false)
  
- Mazariegos, M. (2017) *Guía de normas APA para la división de desarrollo académico*.
  
- Mazariegos, M. (2017) *Guía de redacción y estilo de la división de desarrollo académico –DDA-* de la Universidad de San Carlos de Guatemala.
  
- Méndez Pérez, J. B. (2018). *Proyectos, elementos propedéuticos*. 5ª. Edición. Imprenta Ediciones Superación, Guatemala.
  
- Ministerio de Educación de Guatemala, *Curriculum Nacional Base, Nivel Preprimaria* (2008) Área de Medio Social y Natural.
  
- *Organización Mundial de la Salud –OMS-* (2005).

- *Reglamento de Alimentación Escolar* (Acuerdo Gubernativo No. 183-2018 Art. 2,3,4).
  
- Universidad de San Carlos de Guatemala. (2017). *Normativo del Ejercicio profesional supervisado de la carrera de licenciatura en pedagogía con especialización de administración educativa. CUNPROGRESO.*

# Apéndices

## **Apéndice A: Plan de Diagnóstico**

Universidad San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario de El Progreso  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Carnet: 201441622  
Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez

### **1. Título**

Plan del diagnóstico de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

### **2. Ubicación**

Barrio El Porvenir, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

### **3. Objetivos**

#### ➤ General

Identificar las necesidades básicas por las que atraviesa la escuela, a través de un proceso de investigación, y con la aplicación de diferentes instrumentos de evaluación, priorizar para dar solución a un problema técnico pedagógico.

#### ➤ Específicos

- Elaborar instrumentos para recopilar información del centro educativo y posterior a análisis de datos.
- Identificar las carencias por las cuales atraviesa el centro educativo.
- Enumerar las lista carencias del centro educativo por medio de la observación y la entrevista.

#### **4. Justificación**

Previo a obtener el título académico de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, es necesario llevar a cabo el Ejercicio Profesional Supervisado-EPS- para poder contribuir con la comunidad.

Para dar inicio al EPS, es necesario llevar a cabo algunas actividades, dentro del establecimiento para obtener información que será de gran ayuda para efectuar el diagnóstico, en la escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso; esta información se obtendrá a través de los diferentes instrumentos que nos servirán para obtener información verídica del centro educativo.

La escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, será el centro de análisis para efectuar dicho proyecto, tomando en cuenta las diferentes necesidades con las que cuenta el centro educativo, y así poder contribuir al mejoramiento de una necesidad que será de beneficio para los docentes, estudiantes y padres de familia en el proceso educativo.

#### **5. Actividades**

- Efectuar las visitas correspondientes de presentación, entrega de solicitud.
- Carta de aceptación en el establecimiento.
- Conversar con la directora de la escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM, para obtener información sobre el establecimiento.
- Elaboración de instrumentos que nos servirán de apoyo para obtener información del centro educativo.
- Aplicación de los instrumentos revisados y aprobados al centro educativo.
- Observar y analizar información recogida del centro educativo.
- Analizar la problemática por medio de las necesidades con las que cuenta el centro educativo.
- Priorización y seleccionar un problema.

- Realización de hipótesis acción.
- Presentación del informe de diagnóstico para su aprobación.
- Iniciar el diagnóstico con la información obtenida del centro educativo.

### **Metas**

- Elaboración de tres instrumentos
- Una lista de carencia o necesidades
- Un plan de diagnóstico
- Un cronograma de actividades a realizar
- Un plan de diagnóstico

### **6. Tiempo**

Tiempo para realizar el diagnóstico: del 21 al 29 de abril.

### **7. Cronograma del Plan del Diagnóstico:**

Universidad de San Carlos de Guatemala

Centro Universitario de El Progreso

Departamento de Pedagogía

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Escuela Oficial de Párvulos anexa a EOUM

Barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Directora: Ana Vicenta Aldana Sánchez

**Tabla 43**

*Cronograma de actividades del plan de Diagnóstico*

Febrero a Abril (del 06 al 11 )																												
No.	Actividades	Responsable	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	
1.	Efectuar las visitas correspondientes de presentación, entrega de solicitud.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Epesista</li> <li>Directora del establecimiento</li> </ul>																										
2.	Carta de aceptación en el establecimiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Epesista</li> <li>Directora del establecimiento</li> </ul>																										
3.	Conversar con la directora de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a EORM, para obtener información sobre	<ul style="list-style-type: none"> <li>Epesista</li> <li>Directora del establecimiento</li> <li>Ascesora EPS</li> </ul>																										





## **8. Técnicas e instrumentos**

las técnicas utilizadas son:

- La observación
- Entrevista
- Técnica del FODA

Los instrumentos utilizados para obtener la información son

- Rúbrica
- Cuestionario de preguntas
- Matriz del FODA

## **9. Recursos**

### **9.1 Humanos**

- Asesora de Ejercicio Profesional Supervisado –EPS–
- Directora de la escuela oficial de párvulos anexa a EOUM, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida.
- Epesista

### **9.2 Materiales**

- Hojas papel bond tamaño carta
- Lápiz
- Lapiceros
- Libreta para bitácora
- Borrador
- Sacapuntas
- Grapadora
- Folder
- Gancho

### 9.3 Equipo

- Computadora Laptop
- Teléfono

### 9.4 Económicos

- Q130.00 Gasolina

## 10. Responsable

Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez.

## 11. Evaluación del plan de diagnóstico

### Lista de cotejo

Actividad/aspecto/elemento	Si	No	Comentario
¿Se presentó el plan del diagnóstico?			
¿Los objetivos del plan fueron pertinentes?			
¿las actividades programadas para realizar el diagnóstico fueron suficientes?			
¿Las técnicas de investigación previstas fueron apropiadas para efectuar el diagnóstico?			
¿Los instrumentos diseñados y utilizados fueron apropiados a las técnicas de investigación?			
¿El tiempo para realizar el diagnóstico fue suficiente?			
¿se obtuvo colaboración en la institución para la realización del diagnóstico?			

¿las fuentes consultadas fueron suficientes para realizar el diagnóstico?

¿Se obtuvo la caracterización del contexto en que se encuentra la institución/comunidad?

¿Se tiene la descripción del estado y funcionalidad de la institución/comunidad?

¿Se determinó el listado de carencias, deficiencias, debilidades de la institución/comunidad?

¿Fue adecuada la priorización del problema a intervenir?

¿La hipótesis-acción es pertinente al problema a intervenir?

¿Se presentó el listado de las fuentes consultadas?

Observaciones: \_\_\_\_\_

## Apéndice B: Lista de Cotejo para obtener información del centro educativo

Universidad San Carlos de Guatemala  
Centro Universitario de El Progreso  
Departamento de Pedagogía  
Licenciatura en Pedagogía y Administración educativa  
Carné: 201441622  
Epesista: Bianca Elizabeth Vargas Martínez  
Asesora: Licenciada. Ana Luisa García Castellanos

### Lista de Cotejo para obtener información acerca de la parte interna del centro educativo

**Instrucciones:** para llevar acabo nuestro diagnóstico, es necesario hacer una observación, en el centro educativo, para recabar información de cómo se encuentra el mismo, por ello, con la siguiente lista de cotejo, tomaremos información necesaria para realizar nuestro ejercicio profesional supervisado –EPS-.

Los indicadores que se presentan están conformados:

a. Adecuado i. inadecuado nf. no funcional

No.	Nombre	SI	NO	Cantidad	Estado			Descripción
					a	i	nf	
1.	Aulas							
2.	Dirección							
3.	Cocina							
4.	Sanitarios							
5.	Drenaje							
6.	Pila							
7.	Piso							
8.	Techo							
9.	Ventanas							
10.	Paredes							
11.	Área recreativa							
12.	Parqueo							
13.	Comedor							

14.	Biblioteca
15.	Portón
16.	Jardinización
17.	Barandales
18.	Circulación
19.	Tanque (almacenamiento para agua)
20.	Ventiladores
21.	Escenario
22.	Galera para sombra en la parte frontal
23.	Caseta escolar

**Total de los resultados**

Material	Nombre	SI	NO	Estado			Descripción
				a	i	nf	
Dentro de las aulas	Aulas						
	Pizarrones						
	Pupitres individuales						
	Pupitres grupales						
	Escritorio para el docente						
	Mural de información						
	Estantes						
	Ventilador						
<b>Total de los resultados</b>							

### Servicios Básicos

No.	Nombre	SI	NO	Estado	Descripción
				a i nf	
1.	Energía Eléctrica				
2.	Recolector de basura				
3.	Drenaje				
4.	Agua potable				
5.	Internet				
6.	Línea telefónica				
7.	Sanitario lavable				
<b>Total de los resultados</b>					

Material	Nombre	SI	NO	Estado
				A i nf
	Escritorio			
	Impresora			
	Archivo			
Dirección	Bocinas			
	Micrófono			
	Estantes			
	Grabadora			
	Teléfono			
	Computadora			
	Sillas			
	Banderas			
	Material didáctico			
<b>Total, de los resultados</b>				

**Personal que labora en el establecimiento**

<b>No.</b>	<b>Puesto</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Descripción</b>
1.	Directora				
2.	Sub-directora				
3.	Docentes 011				
4.	Docentes 021				
5.	Docentes contrato municipal				
6.	Docente auxiliar				
7.	Profesor de Educación física				
8.	Secretaría				
9.	Personal operativo				
10.	Guardián				
11.	Encargada de tienda escolar				

**Estudiante del establecimiento**

<b>Grado</b>	<b>Cantidad Total</b>	<b>Genero</b>		<b>Edades</b>			<b>Observaciones</b>
		<b>F</b>	<b>M</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	
Párvulos 1							
Párvulos 2							
Párvulos 3							

*Nota:* Elaboración Propia

**Apéndice C: Cuestionario para la directora de la Escuela Oficial de Párvulos anexa Escuela Oficial Urbana Mixta Barrio el Porvenir colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.**

El presente cuestionario tiene el propósito de obtener información de la institución que usted administra, para realizar nuestro diagnóstico, dicha información será utilizada para llevar a cabo nuestro diagnóstico, por lo que se le pide de su participación en la siguiente entrevista.

1. Nombre de la entrevistada: \_\_\_\_\_
2. Puesto que tiene en el establecimiento: \_\_\_\_\_
3. Tiempo que lleva en el cargo: \_\_\_\_\_
4. Nombre del establecimiento: \_\_\_\_\_
5. Dirección del establecimiento: \_\_\_\_\_
6. Jornada de trabajo: \_\_\_\_\_
7. Hora en la que trabajan: \_\_\_\_\_
8. Nivel educativo que se brinda: \_\_\_\_\_

10. ¿Cuenta la escuela con el Proyecto Educativo Institucional –PEI-

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

11. ¿Cuenta la escuela con la Organización de Padres de Familia?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

12. ¿Cuenta la escuela con las siguientes comisiones?

Comisión de Cultura y Deporte    Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

Comisión de Disciplina            Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

Comisión de Evaluación            Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_



21. ¿Se llevan a cabo actividades de convivencia con los estudiantes?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

22. ¿Todos los estudiantes son originarios donde se ubica el mismo?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

23. ¿Cuenta la escuela con algún lugar de convivencia a la hora de recreo?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

24. ¿La escuela cuenta con área recreativa adecuada? Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

25. ¿Tiene área verde la escuela? Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

26. ¿Cuenta el establecimiento con sonido necesario para realizar actividades cívicas, culturales y deportivas? Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

27. ¿Cuenta la escuela con personal operativo necesario para el establecimiento?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

28. ¿Tiene la escuela un lugar donde puedan los niños refaccionar adecuadamente?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

29. ¿Cuenta la escuela con techo adecuado en el área recreativa?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

30. ¿Tiene la escuela sombra suficiente para que puedan jugar a la hora de recreo?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

31. ¿El patio de la escuela cuenta con pavimento? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
32. ¿Cuenta la escuela con un croquis? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
33. ¿Tiene la escuela un escenario para eventos culturales y cívicos?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
34. ¿Cuenta la escuela con un botiquín de primeros auxilios?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
35. ¿Cuenta la escuela con suficiente mobiliario de cocina?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
36. ¿Cuenta la escuela con suficiente mobiliario?  
Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
37. ¿Actualmente la escuela tiene relación con el Consejo Comunitario de Desarrollo-COCODE? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
38. ¿El centro educativo ha realizado algún proyecto con el Consejo Comunitario de Desarrollo-COCODE? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_
39. ¿Actualmente se ejecuta algún proyecto con la participación del Consejo Comunitario de Desarrollo-COCODE? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

## Apéndice D: Matriz de FODA

Matriz de FODA de la escuela Oficial de Párvulos colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

FODA	
Fortaleza	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Fácil acceso al centro educativo</li><li>➤ Liderazgo efectivo de la directora</li><li>➤ Personal docente calificado en el proceso educativo</li><li>➤ Se cuenta con rampa para darle acceso a todo estudiante</li><li>➤ Uso de material didáctico</li><li>➤ Libertad de cátedra</li><li>➤ Dominio de contenidos</li><li>➤ Buena actitud hacia el trabajo de parte de los docentes</li><li>➤ Apoyo y participación de los padres de familia</li><li>➤ Infraestructura adecuada dentro de las aulas</li><li>➤ Cuenta con área verde</li><li>➤ Apoyo constante de la directora</li><li>➤ Mobiliario adecuado</li><li>➤ Se cuenta con un ambiente libre y amplio dentro del establecimiento</li><li>➤ Docentes comprometidos con el aseo del centro educativo</li><li>➤ Planificación y programación de actividades del año emitido por Ministerio de Educación</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Beneficia a varios barrios y colonias en el proceso educativo.</li><li>➤ innovación de proyectos</li><li>➤ La ubicación del centro educativo se encuentra en una zona de gran influencia de transporte.</li><li>➤ Participación constante de las costumbres y tradiciones de la comunidad.</li><li>➤ Se cuenta con contratos municipales de docentes.</li><li>➤ Se cuenta con valija didáctica para los docentes por parte del Ministerio de Educación</li><li>➤ Se cuenta con todos los programas que da el Ministerio de Educación.</li><li>➤ Se cuenta con ayuda por parte de la municipalidad de Guastatoya.</li></ul>

---

–MINEDUC–.

- Participación de la Organización de los padres de familia OPF

---

<b>Debilidades</b>	<b>Amenazas</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ No existe suficiente material didáctico en el establecimiento</li><li>➤ No cuenta con área recreativa</li><li>➤ No cuenta con comedor</li><li>➤ Carencia de hábitos alimenticios</li><li>➤ Ineficiencia de equipo en la dirección (fotocopiadora, teléfono, archivos, estantes)</li><li>➤ Pocas capacitaciones para el personal docente</li><li>➤ No se cuenta con un escenario</li><li>➤ No se cuenta con suficientes aulas</li><li>➤ Falta de personal operativo</li><li>➤ No se cuenta con suficiente mobiliario</li><li>➤ Falta de instrumentos de sonidos para amenizar actividades específicas y recreo.</li><li>➤ Falta de apoyo (charlas) de autoridades por algún desastre natural como: sismos e incendios</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Falta de seguridad policial a la hora de la salida</li><li>➤ Contaminación ambiental en algunas colindancias del establecimiento.</li><li>➤ Inseguridad a los alrededores del centro educativo</li><li>➤ Uso de las vías internas al centro educativo, como transito público, buses y circos</li><li>➤ No hay zona de sombra alrededor de la escuela ni en la entrada principal</li><li>➤ dentro del establecimiento se encuentra una línea de alta tensión, que atraviesa el centro educativo.</li></ul>

---

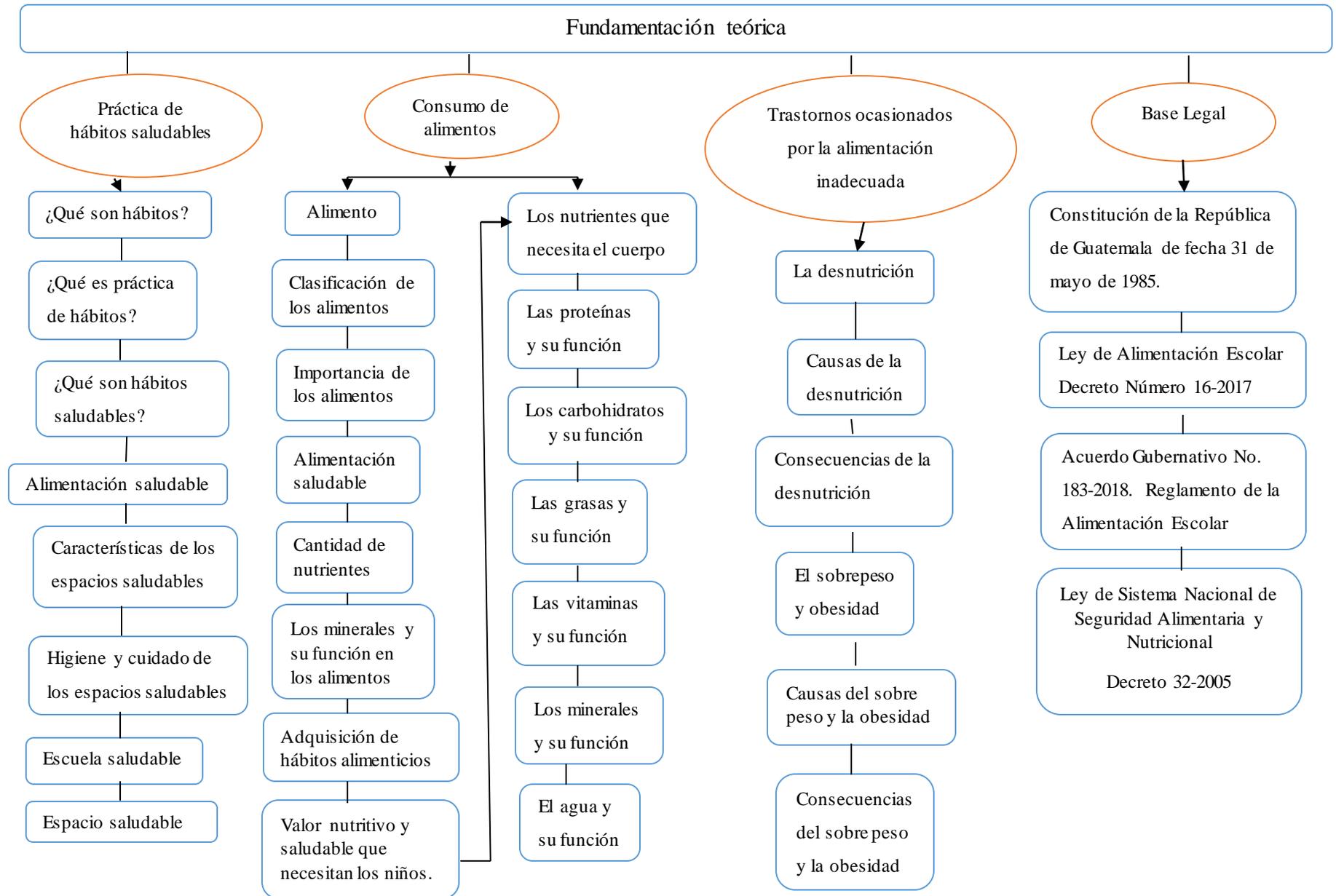
*Nota:* Elaboración Propia

## Apéndice E: Fotografías del centro educativo



Figura 31 Imágenes donde se realizó el proyecto del comedor escolar para los niños de pre primaria de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

2.5. Apéndice F: Vertebración de los temas de la fundamentación teórica



## Apéndice G: Matriz del plan de acción

Justificación	Objetivo general	Objetivos específicos	Meta	Actividades
La ejecución del proyecto se llevará a cabo porque, según los resultados obtenidos del diagnóstico que se realizó en la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, barrio El Porvenir colonia Nueva Vida, se evidencio que no existe un comedor donde los niños puedan adquirir sus alimentos de	Fomentar el desarrollo de hábitos alimenticios saludables a través del diseño de un área donde los niños adquieran sus alimentos para beneficiar el desarrollo físico y mental.	Habilitar el comedor escolar a través de la gestión de recursos materiales para favorecer la ingestión de los alimentos de los niños de preprimaria.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 1 espacio habilitado para comedor escolar.</li> <li>➤ 5 limpieza del espacio habilitado.</li> <li>➤ 1 pared pintada en el espacio del comedor escolar.</li> <li>➤ 3 materiales visuales realizados para ambientar el salón.</li> <li>➤ 5 juegos de mesas y bancas pintadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Habilitación de espacio físico</li> <li>➤ Limpieza espacio habilitado para el comedor escolar.</li> <li>➤ Pintado de pared en el área asignada para el comedor escolar.</li> <li>➤ Realización de material didáctico para ambientar el salón.</li> <li>➤ Pintado de mesas y bancas que serán de utilidad en el comedor escolar.</li> </ul>

<p>una forma adecuada.</p> <p>El comedor escolar es un espacio que juega un papel muy importante dentro de la escuela; lugar que contribuye a desarrollar hábitos y actitudes saludables. Todos los seres humanos poseen hábitos alimenticios que ayudan a mantener una condición física y mental. Para fortalecer los conocimientos de padres de</p>	<p>Elaborar una guía didáctica sobre el cuidado de la nutrición que favorezcan la salud y el crecimiento de los niños en el proceso de enseñanza aprendizaje.</p> <hr/> <p>Capacitar a padres de familia a través de tres sesiones de aprendizaje sobre la alimentación nutritiva que contribuye al desarrollo integral de los niños de educación preprimaria.</p> <hr/> <p>Establecer un plan de</p>	<p>➤ 5 bibliografías consultadas para la elaboración de guía didáctica.</p> <p>➤ 1 guía alimentaria didáctica elaborada.</p> <hr/> <p>➤ 1 capacitación al personal docente y padres familia (Capacitadora).</p> <hr/> <p>➤ 1 análisis para realizar plan</p>	<p>➤ 5 bibliografías consultadas para la elaboración de guía didáctica.</p> <p>➤ 1 guía alimentaria didáctica elaborada.</p> <hr/> <p>➤ Preparación de material para capacitación al personal docente y padres de familia.</p> <p>➤ Entrega de proyecto</p>
---	---	--	---

<p>familia y docentes se llevará a cabo una capacitación en donde una nutricionista dará a conocer la importancia de los hábitos alimenticios en los niños de cuatro a seis años, mismos que deben ser ricos en vitaminas y minerales, pues es la edad oportuna en donde se comienza a establecer hábitos alimenticios saludables en los niños.</p>	<p>sostenibilidad mediante acuerdo con la directora del establecimiento para garantizar el uso de la guía alimenticia en el comedor escolar.</p>	<p>de sostenibilidad. ➤ 1 reunión con la directora para hablar sobre los procesos de continuidad del proyecto.</p>	<p>➤ Análisis para realizar plan de sostenibilidad. ➤ Reunión con la directora del establecimiento para detallar acuerdos sobre continuidad del proyecto.</p>
---	--	--	---

*Nota:* Elaboración Propia

## Apéndice H: Matriz del modelo pedagógico

Objetivo general	Objetivos específicos	Conclusiones	Recomendaciones
Diseñar una guía alimenticia, como herramienta didáctica que ayude a cultivar hábitos saludables en el consumo de alimentos en los niños de la Escuela Oficial Mixta de preprimaria.	Identificar la importancia de una alimentación saludable, utilizando actividades de la guía que ayuden a mejorar la salud de los niños de preprimaria.	Se elaboró una guía con información y actividades pedagógicas para los estudiantes del centro educativo, con la finalidad de poner en práctica las competencias por grado establecidas en el CNB de nivel preprimario.	A los docentes, que cuiden y utilicen el comedor escolar, mismo que les servirá para el fortalecimiento de hábitos en los estudiantes.
	Proveer una guía didáctica para los docentes y estudiantes utilizando el comedor escolar, donde apliquen correctamente el material educativo diseñado para que conozcan los alimento que proporcionan energía y vitaminas al cuerpo.	Se realizó un taller sobre la importancia de la buena alimentación con la directora y Organización de Padres de Familia para mejorar los hábitos alimenticios en el centro educativo.	A los estudiantes, que utilicen de forma correcta el comedor, pues este ayudara y brindara un mejor espacio donde puedan adquirir mejor sus alimentos.
	Brindar a los docentes y padres de familia, información y actividades contenidas en la guía para lograr una dieta sana y nutritiva.	Se entregó la guía alimentaria a la directora del establecimiento educativo como herramienta a utilizar en elcomedor escolar.	A la directora, supervisar constantemente el uso y cuidado del comedor escolar, aplicar las actividades pedagógicas incluidas en la guía por la epesista

Nota: Elaboración Propia

## Apéndice I: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora y padres de familia

Planificación de capacitación dirigida a padres de familia y Organización de Padres de Familia.

Nombre de la institución educativa: Escuela Oficial de Párvulos Anexa EOUM, colonia Nueva Vida, jornada matutina municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Fecha: 30 de julio 2020

Tiempo: 35 minutos

Capacitador: Epesista Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Capacitación para: directora y padres de familia.

Tema: Fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños.

Competencia	Indicador de Logro	Contenido	Actividades	Tiempo	Recursos	Evaluación
Demuestran conocimiento de los alimentos que aportan energía y nutrientes necesarios para el buen funcionamiento del organismo.	Identifican los diferentes alimentos que aportan energía y los nutrientes que necesita el organismo.	Alimentos nutritivos Hábitos alimenticios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida</li> <li>• Oración inicial</li> <li>• Desarrollo del tema términos básicos de alimentación y nutrición.</li> <li>• Alimentos y sus funciones</li> </ul>	35 minutos	Humanos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Directora</li> <li>• Docentes</li> <li>• Padres de familia</li> </ul> Materiales: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de sonido</li> <li>• Cañonera</li> <li>• computadora</li> </ul>	<b>Evaluación oral:</b> por medio del dialogo dónde darán sus opiniones del tema expuesto.  Se utilizará un cuestionario como instrumento.

Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Epesista

Vo.Bo. Ana Vicenta Aldana Sánchez

Directora

### Apéndice J: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora, docentes y padres de familia

Planificación de la sesión de aprendizaje dirigida a padres de familia y Organización de Padres de Familia.

Nombre de la institución educativa: Escuela Oficial de Párvulos Anexa EOUM, colonia Nueva Vida, jornada matutina municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Fecha: 08 de julio 2020

Tiempo: 25 minutos

Capacitador: Epesista Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Capacitación para: directora, docentes y Padres de familia.

Tema: Alimentación y nutrición necesaria para una buena salud.

Competencia	Indicador de Logro	Contenido	Actividades	Tiempo	Recursos	Evaluación
Comprenden la importancia de los alimentos, nutrientes y las funciones que desempeñan en el organismo para tener una buena salud.	Identifica la relación que tiene una buena alimentación para mantener una buena salud.	Relación de los alimentos para mantener una buena salud y un buen crecimiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida</li> <li>• Presentación del taller.</li> <li>• Desarrollo del tema alimentación y nutrición necesaria para una buena salud.</li> <li>• Presentación de video sobre la importancia de los alimentos.</li> </ul>	25 minutos	Humanos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Directora</li> <li>• Docentes</li> <li>• Padres de familia</li> </ul> Materiales: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de sonido</li> <li>• Cañonera</li> <li>• Computadora</li> </ul>	<b>Evaluación oral:</b> por medio del diálogo dónde darán sus opiniones del tema expuesto.  Se utilizará un cuestionario como instrumento.

Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Epesista

Vo.Bo. Ana Vicenta Aldana Sánchez

Directora

## Apéndice K: Planificación de la sesión de aprendizaje a directora, docentes y padres de familia

Planificación de la sesión de aprendizaje dirigida a padres de familia y Organización de Padres de Familia.

Nombre de la institución educativa: Escuela Oficial de Párvulos Anexa EOUM, colonia Nueva Vida, jornada matutina municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Fecha: 26 de junio 2020

Tiempo: 20 minutos

Capacitador: Epesista Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Capacitación para: directora, docentes y Padres de familia.

Tema: Conocimientos básicos en alimentación y nutrición.

Competencia	Indicador de Logro	Contenido	Actividades	Tiempo	Recursos	Evaluación
Identifica los alimentos en base a su valor nutritivo.	Conoce y aplica los conocimientos básicos que tiene una alimentación nutritiva.	Los alimentos Los nutrientes y sus funciones en el organismo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bienvenida</li> <li>• Oración inicial</li> <li>• Presentación del taller.</li> <li>• Conocimientos básicos en alimentación y nutrición.</li> <li>• Presentación de video sobre la importancia de los alimentos.</li> </ul>	20 minutos	Humanos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Directora</li> <li>• Docentes</li> <li>• Padres de familia</li> </ul> Materiales: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Equipo de sonido</li> <li>• Cañonera</li> <li>• computadora</li> </ul>	<b>Evaluación oral:</b> por medio del dialogo dónde darán sus opiniones del tema expuesto.  Lluvia de ideas sobre los nutrientes y sus funciones.

Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Epesista

Vo.Bo. Ana Vicenta Aldana Sánchez

Directora

## Apéndice L: Agenda de la entrega y presentación del proyecto.

Sesión de aprendizaje, entrega de la guía alimenticia y del proyecto del comedor escolar por parte de la epesista a la directora, docentes y padres de familia que conforman la Organización de Padres de Familia -OPF-, sobre la “Importancia de una buena alimentación en los niños de pre primaria”, de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Fecha: 30 de julio 2020

Lugar: Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso

Hora: 9:00 A.M.

No.	Actividad	Tiempo	Encargado
1.	Bienvenida	3 minutos	Epesista
2.	Presentación de la sesión de aprendizaje, desarrollo del tema términos básicos de alimentación y nutrición, alimentos y sus funciones	20 minutos	Epesista
3.	Entrega de la Guía pedagógica	5 minutos	Epesista
4.	Intervención de la directora	5 minuto	Directora
5.	Intervención del asesor de EPS	5 minutos	Lic. Marvin Medina
6.	Entrega del proyecto	5 minutos	Epesista
7.	Refacción	5 minutos	Todos los presentes

## Apéndice M: Listado de las personas que ayudaron a realizar el proyecto

Nombre	Aporte
Marvin Rodolfo Ramos Juárez	Aporte económico para la realización de todo el proyecto.
María Elena Archila Sánchez	Trabajó de material didáctico Trabajó de soldadura para la galera.
Héctor Joel Toty Ramos	
Eveli Elizabeth Herrera Orellana	Trabajó de pintura en mesas, sillas y pared.
Jorge Armando Alfaro Morales	Trabajó en podar las ramas de unos árboles, colocación de pedrín.
Angela Patricia Martínez	Ayudó a organizar y limpiar el espacio donde se estableció el comedor escolar.
Lic. Obder Alexis Ramos Juárez	Trabajó el traslado de las mesas de Rabinal Baja Verapaz, para la escuela Oficial de Párvulos, Colonia Nueva Vida, Guastatoya, El Progreso.

*Nota:* Elaboración Propia

## Apéndice N: Fotografías del proyecto

### Fotografías del desarrollo del proyecto

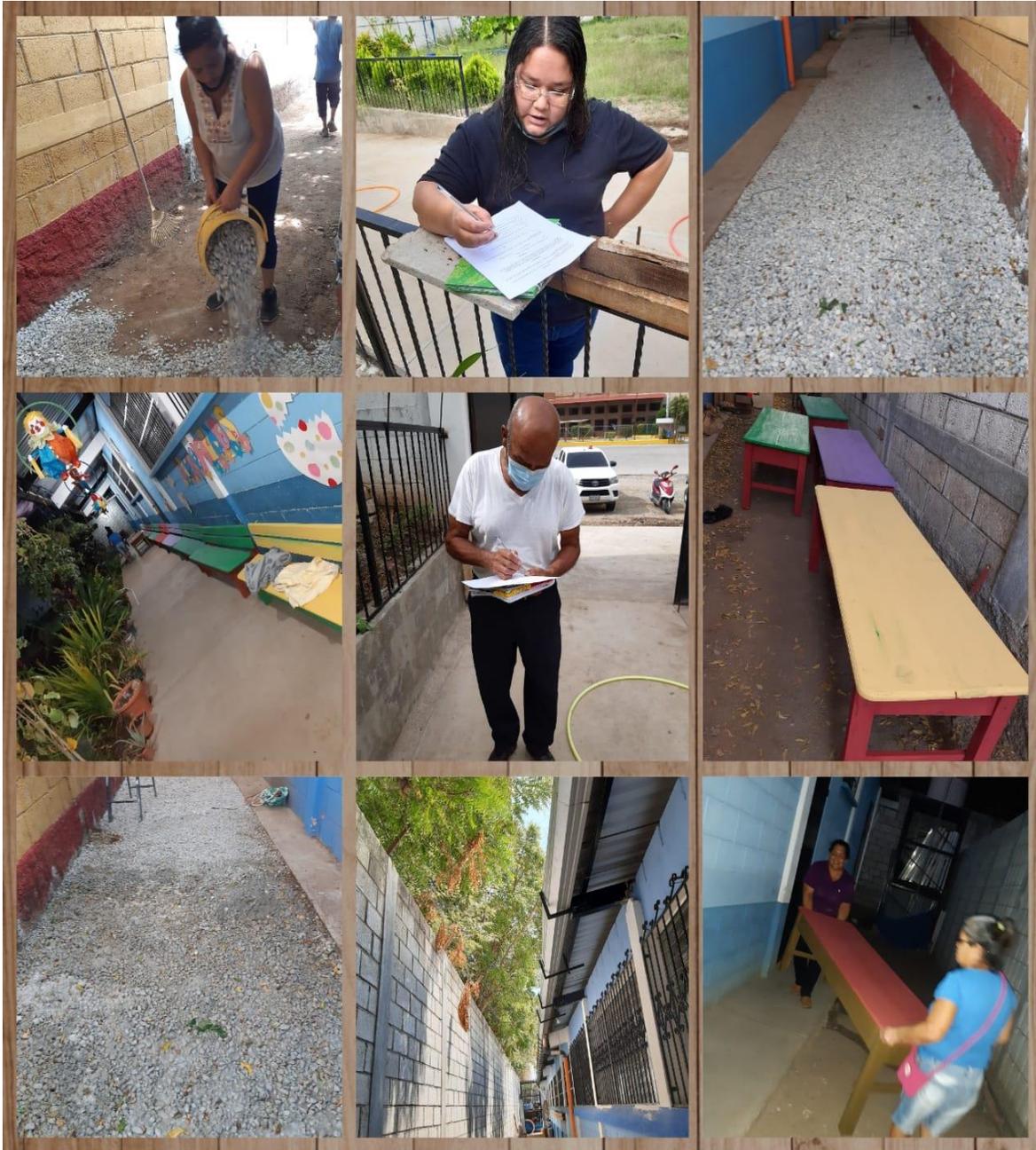
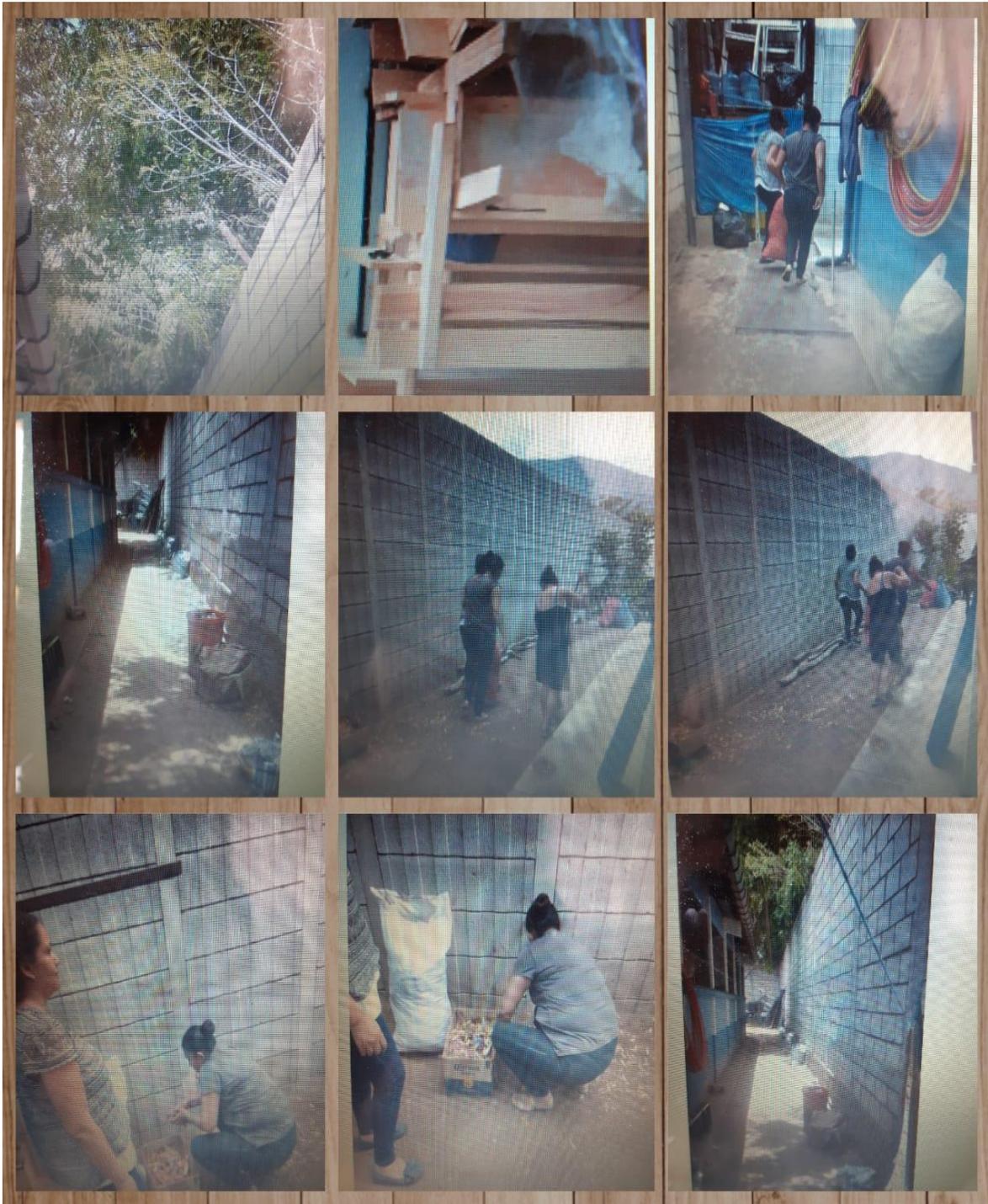


Figura 32 Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



*Figura 33* Inicio de trabajo para habilitar el comedor escolar en la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio Guastatoya, departamento de El Progreso.

Entrega de la guía sobre el " fortalecimiento de hábitos alimenticios" y del proyecto del comedor escolar para los niños de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, de la colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



Figura 34 Entrega y presentación de la guía sobre fortalecimientos de hábitos alimenticios a los docentes de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

## Apéndice O: Fotografías de las sesiones de aprendizaje



Figura 35 Sesión de aprendizaje sobre fortalecimiento de hábitos alimenticios en los niños. A los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



Figura 36 Sesión de aprendizaje sobre alimentación y nutrición necesaria para una buena salud, a los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.



Figura 37 Sesión de aprendizaje sobre Conocimientos básicos en alimentación y nutrición, a los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

## Apéndice P: Solicitud para realizar el proyecto

Guastatoya, El Progreso 26 de agosto 2019.

Marvin Rodolfo Ramos Juárez  
Guastatoya, El Progreso

Respetable Señor:

Es un placer dirigirme a usted deseándole éxitos en sus labores diarias, el motivo de la presente es poder solicitar su apoyo.

Como Epesista de la Universidad San Carlos de Guatemala, sede de CUNPROGRSO, me veo en la obligación de gestionar y acudir a su persona; para poder realizar un proyecto en la Escuela Oficial de Párvulos Colonia Nueva Vida Guastatoya, El Progreso donde existen muchas carencias, pero la principal carencia que tiene la escuela antes mencionada es la falta de un comedor escolar, obligando a los niños a adquirir sus alimentos dentro del salón de clases esto a su vez con trae muchos problemas pues el espacio es muy reducido. Por lo que es necesario realizar el proyecto del comedor escolar en las instalaciones del centro educativo, por lo que se le solicita a su persona la colaboración económica para realizar dicho proyecto.

Tengo conocimiento que usted es una persona humanitaria de buen corazón que siempre está en apoyo al prójimo, por lo que esta ayuda es para los niños del centro educativo, y si está en sus posibilidades el poder colaborar con lo solicitado.

Sin más que agregar

Atentamente,



Bianca Elizabeth Vargas Martínez

Epesista de CUNPROGRESO.

Recibido  
26-08-2019  
M



## Apéndice P: Solicitud a Licenciado para trasladar las mesas

Guastatoya, El Progreso 6 de noviembre 2019.

Obder Alexis Ramos Juárez  
Abogado y notario  
Guastatoya, El Progreso

Respetable Señor:

Es un gusto dirigirme a usted deseándole éxitos en sus labores diarias, el motivo de la presente es poder solicitar su apoyo.

Como Epesista de la Universidad San Carlos de Guatemala, sede de CUNPROGRSO, me veo en la obligación de gestionar y acudir a su persona; en la Escuela Oficial de Párvulos Colonia Nueva Vida Guastatoya, El Progreso existen muchas carencias, pero la carencia principal que tiene la escuela antes mencionada es la falta de un comedor escolar obligando a los niños a adquirir sus alimentos dentro del salón de clases y esto a su vez contrae muchos problemas pues el espacio es muy reducido. Por lo que es necesario realizar el proyecto del comedor escolar en las instalaciones del centro educativo, por lo que se le solicita a su persona la colaboración del traslado de las mesas y sillas de municipio de Rabinal hacia el departamento de Guastatoya, El Progreso.

Tengo conocimiento que usted es una persona humanitaria de buen corazón que siempre está en apoyo al prójimo, por lo que esta ayuda es para los niños del centro educativo, y si está en sus posibilidades el poder colaborar con lo solicitado para beneficio de la población educativa.

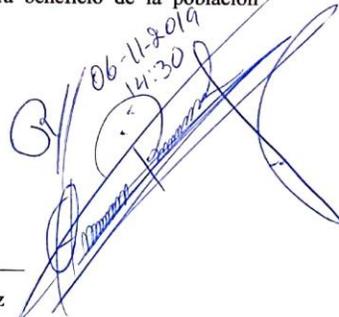
Sin más que agregar

Atentamente,



Bianca Elizabeth Vargas Martínez  
Epesista de CUNPROGRESO.

06-11-2019  
14:30  
Bianca Elizabeth Vargas Martínez



**Apéndice Q: Cuestionario dirigido a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio Guastatoya, departamento de El Progreso**

**Instrumento**

Instrumento dirigido los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Instrumento que se entrega antes de impartir la capacitación para obtener información acerca de los hábitos alimenticios.

**Cuestionario**

Este instrumento tiene como propósito recaudar información necesaria sobre los hábitos alimenticios que los niños practican en su diario vivir. Para ello, se solicita responder el siguiente cuestionario, sus respuestas permitirán obtener datos relevantes para el proyecto a realizar.

**Preguntas**

1. ¿Con que frecuencia come su hijo(a) frutas en casa?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 vez a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

2. ¿Ha participado en algún taller sobre el tema “nutrición” para brindar sus hijos (as) una buena alimentación?

Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

Si su respuesta es sí, indique que institución compartió el taller:

\_\_\_\_\_

3. ¿Qué tan frecuente comen ensaladas (lechuga, remolacha, zanahoria, entre otros)?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 vez a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

4. ¿Cuántas veces por semana sus hijos ingieren verduras cocidas?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 vez a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

5. ¿Con que frecuencia sus hijos ingieren jugos naturales?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 ves a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

6. ¿Lleva su hijo(a) algún tipo de fruta a la escuela? Sí\_\_\_\_\_ No\_\_\_\_\_

Si su respuesta es sí, ¿Con que frecuencia la lleva?:

1 ves a la semana\_\_\_\_\_ 2 veces a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

7. Marque con una **X** los alimentos que brinda a su hijo (a) en casa.

Carbohidratos: arroz, pan, fideos, otros \_\_\_\_\_

Proteínas: carnes, pollo, huevos, otros \_\_\_\_\_

Lácteos: leche, yogurt, queso, otros \_\_\_\_\_

Dulces, golosinas, frituras, otros \_\_\_\_\_

8. ¿Cuántas veces a la semana come su hijo(a) carbohidratos?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 ves a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

Más de 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

9. ¿Cuántas veces a la semana les brinda a sus hijos proteínas?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 ves a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

Más de 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

10. ¿Conque frecuencia ingiere su hijo (a) lácteos?

Nunca\_\_\_\_\_ 1 ves a la semana\_\_\_\_\_ 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

Más de 3 veces a la semana\_\_\_\_\_

11. ¿Describe cuáles son los hábitos alimenticios que se practican en casa?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

12. ¿Con qué frecuencia ingiere su hijo (a) legumbres y frutos secos?

Nunca \_\_\_\_\_ 1 vez a la semana \_\_\_\_\_ 3 veces a la semana \_\_\_\_\_  
Más de 3 veces a la semana \_\_\_\_\_

13. ¿Por qué es importante que su hijo (a) consuma una alimentación saludable?

---

---

14. Marque con una X las frutas y verduras que sus hijos(as) ingieren.

Frutas	Verduras
Manzana	Papa
Bananos	Tomate
Peras	Cebolla
Naranjas	Puerro
Sandias	Guisquil
Ciruelas	Macuy
Papaya	Chipilín
Melocotones	Acelga
Fresas	Espinaca
Uvas	Brócoli
Kiwi	Coliflor
Piña	Zanahoria
Mangos	Güicoy
Melocotón	Elote
Nance	Yuca
Otros:	Otros:

## Instrumento

Instrumento dirigido los padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Instrumento que se entrega después de impartir la capacitación para obtener información acerca de los hábitos alimenticios.

## Cuestionario

Este instrumento tiene como propósito obtener información necesaria sobre los hábitos alimenticios que los niños practican en su diario vivir. Para ello, se solicita responder el siguiente cuestionario, sus respuestas permitirán obtener datos relevantes sobre el proyecto a realizar.

## Preguntas

1. ¿Cuántas frutas consumió su hijo la semana pasada en casa?

1 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ más de 3 \_\_\_\_\_

2. ¿Cree usted que la guía proporcionada por la epesista servirá para la fortalecer los hábitos alimenticios en sus hijos?

Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

Si su respuesta es sí, indique porque

---

3. ¿Cuántas veces por semana comió su hijo verduras cocidas?

Nunca \_\_\_\_\_ 1 ves a la semana \_\_\_\_\_ 3 veces a la semana \_\_\_\_\_

4. ¿Cuántas veces a la semana usted le brindó jugos naturales a su hijo?

Nunca \_\_\_\_\_ 1 ves a la semana \_\_\_\_\_ 3 veces a la semana \_\_\_\_\_

5. Escriba 4 alimentos que brindan energía.

_____	_____
_____	_____

6. Escriba 4 alimentos que ayudan a los niños para el crecimiento.

_____	_____
_____	_____

7. Recordatorio de los alimentos que su hijo ingirió el día de ayer.

Tiempo de comida	Alimento
Desayuno	
Merienda	
Almuerzo	
Merienda	
Cena	

8. La semana pasada que alimentos consumió su hijo.

---

<b>Carbohidratos</b>	<b>Proteínas</b>	<b>Frutas</b>	<b>Agua</b>
<hr/>			
Ejemplo: Carne			
<hr/>			

**Apéndice R: Fotografías del cuestionario pasado a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso**



*Figura 38* Entrega del cuestionario dirigido a padres de familia de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

# ANEXOS

## Anexo A: Solicitud de asignación de institución para el EPS



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
CENTRO UNIVERSITARIO DE EL PROGRESO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA Y ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA

Guastatoya, 23 de marzo de 2019.

Profesora  
Ana Vicenta Aldana Sánchez  
Escuela Oficial de Párvulos anexa a EORM  
Colonia Nueva Vida  
Guastatoya, El Progreso

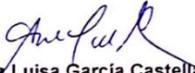
Respetable profesora:

Atentamente le saludo y a la vez le informo que el Centro Universitario de El Progreso de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el objetivo de participar en la solución de los problemas educativos a nivel departamental, realiza el Ejercicio Profesional Supervisado (EPS), con los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.

Por lo anterior, muy respetuosamente solicito autorice a la estudiante **Bianca Elizabeth Vargas Martínez** con carné No. **201441622** realizar el Ejercicio Profesional Supervisado en la institución que usted dirige.

Deferentemente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
Licda. Ana Luisa García Castellanos  
Coordinadora-asesora de EPS  
Centro Universitario de El Progreso



*Asesorado*  
*20190323*  
*ANALUISA GARCIA CASTELLANOS*  
*DIRECTORA*

Barrio El Porvenir, atrás de la Iglesia Evangélica Palabra de Vida, Guastatoya, El Progreso

## Anexo B: Solicitud de aceptación por parte de la institución



Escuela Oficial de Párvulos Anexa EOUM  
Colonia Nueva Vida, Jornada Matutina  
Guastatoya, El Progreso  
Código Establecimiento: 02-01-0005-42

Guastatoya, 12 de marzo 2019

Licencia

Ana Luisa García Castellanos  
Coordinadora-asesora de EPS  
Centro Universitario de El Progreso

Respetable Licenciada:

De manera respetuosa me dirijo a usted para saludarle, deseándole éxitos y bendiciones en su vida.

El motivo de la presente es para dar respuesta a la solicitud enviada el día 06 de marzo del presente año, donde se solicita la autorización de la estudiante **Bianca Elizabeth Vargas Martínez** con carné No. 201441622 para que pueda realizar el Ejercicio Profesional Supervisado en esta institución, por lo anterior, autorizo que puede realizar su EPS en esta institución sin ningún inconveniente.

Me despido de usted.

Atentamente,

  
Ana Vicenta Aldana Sánchez

Directora

**Anexo C: Acta de entrega y presentación del proyecto**

Acta No. 07-2020  
En la Escuela Oficial de Párvulos Anexa a EOUH  
Colonia Nueva Vida, del municipio de Guastatoya  
departamento de El Progreso, siendo las nueve  
horas del día jueves treinta de julio del año dos mil  
Veinte, reunidos en las instalaciones de dicho  
Centro educativo las siguientes personas: Ana  
Vicenta Aldara Sánchez directora de la escuela,  
Licenciado Marvin Leonidas Medina Domique representante  
del Centro Universitario de El Progreso, la Epesista Bianca  
Elizabeth Vargas Martínez estudiante de la Carrera de  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa



para dejar constancia de lo siguiente.

PRIMERO: La Epesista Bianca Elizabeth Vargas Martínez da la bienvenida a los presentes he indica que el motivo del presente acto y reunión es para hacer entrega del Proyecto titulado "Habilitación de área del Comedor para el fortalecimiento de hábitos alimenticios" en los niños de la Escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia Nueva Vida. SEGUNDO: La epesista Bianca Elizabeth Vargas Martínez, explica que se ha preparado el presente acto para dar por finalizado el proyecto en mención, de la misma manera con cada una de las fases que el proyecto implicaba, la Epesista hace saber a los presentes la importancia del uso del Comedor escolar; como también el uso de la guía pedagógica relacionada con el nombre de Guía para el fortalecimiento de los hábitos alimenticios. TERCERO: la directora Ana Vicenta Aldana Sánchez, agradece la realización del proyecto y se compromete a velar por el funcionamiento y mantenimiento del mismo. CUARTO: se tuvo la intervención del representante de la Universidad de EPS Licenciado Marvin Leonidas Medina Jumique, agradeciendo al Claustro docente el apoyo brindado a la Epesista para la realización del Proyecto antes mencionado. La estudiante Epesista agradece en general por todo el apoyo brindado durante la intervención del proyecto. QUINTO: No habiendo más que hacer constar se finaliza la presente en el mismo lugar y fecha siendo las diez horas en punto, firmando para constancia quienes en ella intervinieron.

*[Handwritten signature]*



*[Handwritten signature]*



**Anexo D: Listado de alumnos de la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, Colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.**

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
-Sistema de Registro Educativo-

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m. Página 1 de 14

 	Código:	02-01-0005-42		
	Nombre:	EODP ANEXA A EOUM		
	Dirección:	COLONIA NUEVA VIDA		
	Departamento:	EL PROGRESO	Municipio:	GUASTATOYA
	Nivel:	42-PARVULOS	Jornada:	MATUTINA
	Ciclo Lectivo:	1-ANUAL	Sector:	OFICIAL
	Modalidad:	MONOLINGUE	Área:	URBANA

<b>Grado:</b>	<b>PÁRVULOS 1</b>	<b>Seccion:</b>	<b>A</b>
<b>Docente:</b>	<b>LUCIA MELINA FAJARDO CORNEL</b>		
<b>Docente:</b>	<b>LISBETH CORDERO TOLEDO</b>		

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	L604LPG	ALFARO HERRERA	NINIVE JASMIN	12/07/2015	Guatemala	CUI	3559407870201
2	M405XPS	ARRIVILLAGA CRUZ	KENNYA ROOSMARJIORY	04/11/2015	Guatemala	CUI	3609150191703
3	J770RBM	BELTETÓN ECHEVERRÍA	DANNA CAMILA	13/04/2016	Guatemala	CUI	3656741090101
4	M705LMC	BELTETÓN MARÍN	CARLOS ADÁN	10/05/2016	Guatemala	CUI	3667681660101
5	M608GPW	CALDERÓN SÁNCHEZ	ESTEFANY ESMERALDA	15/10/2015	Guatemala	CUI	3592615820201
6	M005RKE	CUÉLLAR ORTIZ	ANGEL ROLANDO	31/10/2015	Guatemala	CUI	3601254090201
7	M904FVC	ERAZO GÓMEZ	WELNER ALEXANDER	06/01/2016	Guatemala	CUI	3626260220201
8	M904DII	ESTRADA VELÁSQUEZ	CRISTEL NAHOMY	04/10/2015	Guatemala	CUI	3592607800201
9	M904GFV	FRANCO HERRERA	ELIAB MANASÉS	03/07/2015	Guatemala	CUI	3559409300101
10	M804LUH	GÓMEZ MONZÓN	MEYLIN YASSIEL	10/11/2015	Guatemala	CUI	3604307240201
11	M005BKH	HERNÁNDEZ AJÚ	CARLOS FABIAN	30/09/2015	Guatemala	CUI	3619139150101
12	M804NYB	HERNÁNDEZ GUDIEL	CLAUDIA IMELDA ESTEFANIA	27/01/2016	Guatemala	CUI	3660965320201
13	L702PFK	LÓPEZ CHÁVEZ	YEIVELY YANIRA	04/11/2015	Guatemala	CUI	3601257190201
14	M005YJF	MARROQUÍN PEÑA	BRAILIN GILBERTO	30/01/2016	Guatemala	CUI	3631356690201
15	M904QYV	ORELLANA MARROQUÍN	KRYSTA STEFANY MAKÁ	14/02/2016	Guatemala	CUI	3660508420101
16	M005HKG	PORTILLO FAJARDO	SAMANTHA ANAHI	19/05/2016	Guatemala	CUI	3667677980201
17	L704MTG	PORTILLO RAMÍREZ	VICTOR ALFREDO	30/09/2015	Guatemala	CUI	3592614340101
18	L704ZJA	SOSA GUILLÉN	DÁMARIS ABIGAIL	27/04/2016	Guatemala	CUI	3656748850201
19	M804HIF	SOSA MARIN	FRANCISCO ALEJANDRO	22/09/2015	Guatemala	CUI	3597517760201
20	J041KIX	VÁSQUEZ ORELLANA	HÉCTOR FERNANDO	17/05/2016	Guatemala	CUI	3664212200201

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
**-Sistema de Registro Educativo-**

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m.

Página 3 de 14



Código:	02-01-0005-42	
Nombre:	EODP ANEXA A EOUM	
Dirección:	COLONIA NUEVA VIDA	
Departamento:	EL PROGRESO	Municipio: GUASTATOYA
Nivel:	42-PARVULOS	Jornada: MATUTINA
Ciclo Lectivo:	1-ANUAL	Sector: OFICIAL
Modalidad:	MONOLINGUE	Área: URBANA

<b>Grado:</b>	<b>PÁRVULOS 1</b>	<b>Sección:</b>	<b>B</b>
<b>Docente:</b>	<b>ANA VICENTA ALDANA SÁNCHEZ</b>		
<b>Docente:</b>	<b>LISBETH CORDERO TOLEDO</b>		

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	M610TSS	ACEVEDO PLEITEZ	JOSE DAVID	10/05/2016	Guatemalteca	CUI	3660961410201
2	L704CWB	ALDANA FLORES	ANA VICTORIA	21/07/2015	Guatemalteca	CUI	3559415030101
3	K202LCT	ALDANA PORTILLO	ANDRUW JOSÉ	22/09/2015	Guatemalteca	CUI	3592608610201
4	M904XES	CARIAS RAMÍREZ	NERY ALEJANDRO	12/08/2015	Guatemalteca	CUI	3563442070201
5	L704TGS	CONTRERAS ORELLANA	LUISA YOVANNA DEL KARMEN	23/05/2016	Guatemalteca	CUI	3664207120201
6	M904WWH	DE LA CRUZ CARRANZA	YANETH NICOLL	06/10/2015	Guatemalteca	CUI	3592610780201
7	L704CHC	GARCÍA HERNÁNDEZ	BRITTANY SOFÍA	19/05/2016	Guatemalteca	CUI	3660967450201
8	L203MGG	MORALES GARCÍA	AINNE YADERI	24/05/2016	Guatemalteca	CUI	3664213010201
9	M804DHN	MORALES MARROQUÍN	ASHLEY KEREN CECILIA	20/02/2016	Guatemalteca	CUI	3635821690201
10	M909UTK	NÁJERA ALVARENGA	MATHEW ALEXANDER	18/10/2015	Guatemalteca	CUI	3609916610101
11	J545TUE	ORELLANA ORELLANA	NANCY ELIZABET	21/06/2016	Guatemalteca	CUI	3667681310201
12	J246ZHR	PORTILLO GARCÍA	HILLARY VICTORIA	29/03/2016	Guatemalteca	CUI	3647904660201
13	L604MPG	RAMOS VARGAS	AILYN DANIELA	21/07/2015	Guatemalteca	CUI	3559413680201
14	M804VHW	RUIZ NARTÍNEZ	ALEXA VALENTINA	03/02/2016	Guatemalteca	CUI	3636162090108
15	M105VCW	SOSA MORALES	MARCO JOSÉ	06/11/2015	Guatemalteca	CUI	3609920050207

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
-Sistema de Registro Educativo-

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m.

Página 5 de 14



Código: 02-01-0005-42  
 Nombre: EODP ANEXA A EOUM  
 Dirección: COLONIA NUEVA VIDA  
 Departamento: EL PROGRESO Municipio: GUASTATOYA  
 Nivel: 42-PARVULOS Jornada: MATUTINA  
 Ciclo Lectivo: 1-ANUAL Sector: OFICIAL  
 Modalidad: MONOLINGUE Área: URBANA

Grado: PÁRVULOS 2  
 Docente: DELIA MARÍA PORTILLO AYALA  
 Docente: LISBETH CORDERO TOLEDO

Seccion: A

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	M804EVD	ACAJABÓN VELÁSQUEZ	LINDA NOHEMY	25/11/2014	Guatemalteca	CUI	3478465800201
2	L704RHH	ALVARADO ARGUETA	ROSALINDA YISELL	15/05/2015	Guatemalteca	CUI	3541191920201
3	J897VFA	ARCHILA CRUZ	CLARISSA YISELL	02/01/2015	Guatemalteca	CUI	3494705450201
4	M804SJJ	BELTETÓN MARROQUÍN	KRISTEL MISHEL	18/03/2015	Guatemalteca	CUI	3515432520201
5	L802RXD	CARRERA HERNÁNDEZ	ABEL ALEXANDER	17/06/2015	Guatemalteca	CUI	3550813340201
6	K202IYP	CATALÁN MARTÍNEZ	ARES AARÓN	12/08/2014	Guatemalteca	CUI	3535017510207
7	L204BJI	CORDÓN JUÁREZ	JIMENA YASURHY	04/05/2015	Guatemalteca	CUI	3535018080201
8	L604MCB	CRUZ CONTRERAS	REINA LUZ	10/01/2015	Guatemalteca	CUI	3491301911901
9	K202MXR	DEL CID GARCÍA	JEREMY ABRAHAM	23/07/2014	Guatemalteca	CUI	3452171520201
10	I432BPR	FIGUEROA MENDOZA	JOSUE DAVID	12/08/2014	Guatemalteca	CUI	3459620360101
11	L704PWI	FLORES MARROQUÍN	VALERY JANEISY	19/08/2015	Guatemalteca	CUI	3550814900201
12	L902DDK	GÓMEZ VILLAFUERTE	JOSSELIN MISHEL	08/05/2015	Guatemalteca	CUI	3538491700501
13	L003CBZ	HERNÁNDEZ PORTILLO	DALIA MARGARITA	13/01/2015	Guatemalteca	CUI	3501793870201
14	M005BJT	HIC MARROQUÍN	ANGIE MASSIEL	10/12/2014	Guatemalteca	CUI	3494709790207
15	K500JRL	LARA AYALA	AILEEN MONZERRATH	03/04/2015	Guatemalteca	CUI	3521995630201
16	J146GUG	LÓPEZ AMAYA	SOFIA NAYARITH	21/12/2014	Guatemalteca	CUI	3494703670201
17	L902XSV	MARROQUÍN ROJAS	JOSHUA YEIRE	21/09/2014	Guatemalteca	CUI	3462934130201
18	K001FUN	MOSCOSO REYES	HILARY IVANNA	02/07/2014	Guatemalteca	CUI	3459619351901
19	L403DBX	ORTEGA MARTINEZ	JOSEPH ANDRÉ	24/05/2015	Guatemalteca	CUI	3541198180201
20	I133PKS	PORTILLO CARRERA	MINOR YOVANI	30/12/2014	Guatemalteca	CUI	3488655700201
21	M005GUB	PÉREZ ABAC	NEFFI ESTIVEN	21/02/2015	Guatemalteca	CUI	3501799990201
22	K202HOG	RODAS MEJIA	RUDY CALEB ISAI	07/07/2014	Guatemalteca	CUI	3453273810101
23	L802MBP	SANAÍ VICENTE	ANDERSON ALEXANDER	01/06/2015	Guatemalteca	CUI	3583054890110
24	L704VTE	SOSA GUILLÉN	JULIO RICARDO ISAAC	20/02/2015	Guatemalteca	CUI	3501799720201
25	K600LCT	TOBAR ACEITUNO	VALENTINA MARISOL	08/12/2014	Guatemalteca	CUI	3490906530101

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
-Sistema de Registro Educativo-

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m.

Página 8 de 14



Código:	02-01-0005-42	
Nombre:	EODP ANEXA A EOUM	
Dirección:	COLONIA NUEVA VIDA	
Departamento:	EL PROGRESO	Municipio: GUASTATOYA
Nivel:	42-PARVULOS	Jornada: MATUTINA
Ciclo Lectivo:	1-ANUAL	Sector: OFICIAL
Modalidad:	MONOLINGUE	Área: URBANA

**Grado:** PÁRVULOS 2  
**Docente:** LISBETH CORDERO TOLEDO  
**Docente:** KATTY VANESSA VALDEZ CÁRCAMO

**Seccion:** B

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	L402EEP	ACEITUNO MORALES	YOJHAN BENJAMIN FRANZUA	06/08/2014	Guatemala	CUJ	3455600510201
2	M804JWS	ALVAREZ RUIZ	MILTON ISAÍ	25/01/2015	Guatemala	CUJ	3501799480101
3	L204MLE	BEDOYA CARRERA	AMNER ANTONIO	22/04/2015	Guatemala	CUJ	3527834780201
4	M305WGI	BOLVITO RAMÍREZ	VANESSA MAIBELY	22/02/2015	Guatemala	CUJ	3503914401501
5	M804ILY	CONTRERAS	BRAYAN STEEVEN	23/12/2014	Guatemala	CUJ	3488653680201
6	J954GAW	GARCÍA	DOMINICK ERNESTO	18/05/2015	Guatemala	CUJ	3542747321901
7	K001PBH	GARCÍA MARÍN	JUNIOR MYNOR RENÉ	03/07/2014	Guatemala	CUJ	3485088160207
8	L902CHN	GODOY TOSCANO	HUGO BENJAMÍN	29/07/2014	Guatemala	CUJ	3452174460201
9	M904FSW	GRAVE CHAPERÓN	DILAN ALEXIS	09/09/2014	Guatemala	CUJ	3553574021409
10	K202PDV	JOCOL LARIOS	JOSHUA ERICK ANIBAL	25/02/2015	Guatemala	CUJ	3507780940201
11	I636RXV	LINARES CASTAÑEDA	MARCOS JOSUÉ	19/03/2015	Guatemala	CUJ	3527828030201
12	L604PLS	LINARES DE LA CRUZ	EDWARD GABRIEL	10/12/2014	Guatemala	CUJ	3488249550101
13	L903YQL	MORALES MORENO	JOSEPH ALEJANDRO	03/12/2014	Guatemala	CUJ	3488648760207
14	L604PNG	MORALES MOSCOSO	ABDIEL ISAÍ	06/01/2015	Guatemala	CUJ	3490906020201
15	M804AUG	PEREIRA BALÁN	GRETEL NAYARITH	06/08/2015	Guatemala	CUJ	3545837270201
16	K302BKG	PÉREZ ECHEVERRÍA	ZOE XIMENA NAYARITH	06/01/2015	Guatemala	CUJ	3494701700101
17	L704HJP	QUIROA ARROYO	MARÍA FERNANDA	26/02/2015	Guatemala	CUJ	3515429650201
18	K400FEZ	RAMÍREZ RAMÍREZ	DEMSY DANIEL	30/07/2014	Guatemala	CUJ	3456459790101
19	K301DXE	REYES HERNÁNDEZ	ETELVINA MARIBEL	08/01/2015	Guatemala	CUJ	3490909470201
20	L702WJA	REYES TANAHUVIA	LIBNI NOHEMÍ	06/01/2015	Guatemala	CUJ	3490906370201
21	L602VYC	ROMÁN CHÁVEZ	CARMEN SOFÍA AMAIRANY	13/08/2014	Guatemala	CUJ	3455602800201
22	L003PVQ	RUIZ MARROQUÍN	ESTEFANI CAMILA	16/09/2014	Guatemala	CUJ	3462930300201
23	L703MIV	SANTOS MORALES	ALISSON JAZMINE	13/08/2014	Guatemala	CUJ	3465504080101
24	J766RLJ	SOTO MOLINA	ADY SOFIA	28/12/2014	Guatemala	CUJ	3498024240207
25	L502GKK	VARGAS FOLGAR	DAPHNNE YISELL	17/01/2015	Guatemala	CUJ	3494434240101
26	K302TKQ	VELIZ ALVAREZ	JEIMY STEPHANIA	09/07/2014	Guatemala	CUJ	3448476320201
27	L502HYE	VÁSQUEZ PÉREZ	ANTONIO JOSÉ	15/08/2014	Guatemala	CUJ	3465509981901

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
**-Sistema de Registro Educativo-**

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m.

Página 11 de 14



Código: 02-01-0005-42  
 Nombre: EODP ANEXA A EOUM  
 Dirección: COLONIA NUEVA VIDA  
 Departamento: EL PROGRESO Municipio: GUASTATOYA  
 Nivel: 42-PARVULOS Jornada: MATUTINA  
 Ciclo Lectivo: 1-ANUAL Sector: OFICIAL  
 Modalidad: MONOLINGUE Área: URBANA

Grado: PÁRVULOS 3 Sección: A  
 Docente: LISBETH CORDERO TOLEDO  
 Docente: ROSARIO DEL CARMEN VELEZ CATALÁN

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	J206TMP	GARCÍA HERNÁNDEZ	DANIELA ABIGAIL	29/01/2014	Guatemala	CUI	2933532630201
2	K700PKT	GARCÍA MARÍN	SHARON RENÉE	13/07/2013	Guatemala	CUI	2755134591901
3	K706CHX	GARCÍA ORELLANA	HENRY DANIEL ADRIAN	13/09/2013	Guatemala	CUI	2825207400201
4	K600AZE	GARCÍA RIVAS	JOSÉ ANDRÉS	13/09/2013	Guatemala	CUI	2779691070201
5	L203WJX	GUEVARA MARTINEZ	DANA VIOLETA ELIZABETH	13/02/2014	Guatemala	CUI	2950304960201
6	K900YSQ	HERNÁNDEZ CAJAS	EMELY SAMANTHA	21/12/2013	Guatemala	CUI	2914783360201
7	L502LFC	MORALES BENNETT	KEREN SARAI	11/02/2014	Guatemala	CUI	2957813190201
8	H361WHB	MORALES MAYORGA	MARYORÍ ANALÍ	06/11/2013	Guatemala	CUI	2933524610101
9	K302PYS	MORALES RAMOS	STHEFFANY GISELL	16/06/2014	Guatemala	CUI	3439955220201
10	K302GXF	OLIVA PALMA	RICARDO EMANUEL	10/09/2013	Guatemala	CUI	2769728130201
11	K900XAM	OLIVA PÉREZ	JENNIFER ALEXANDRA	07/12/2013	Guatemala	CUI	2869238820201
12	K900YHW	PEDROZA CARRILLO	DIONEL SEBASTIAN	15/04/2014	Guatemala	CUI	3051788570101
13	K500XHR	PORTALES CRUZ	YERALDINE MADAÍ	26/03/2014	Guatemala	CUI	2970023170201
14	I635WAT	PÉREZ CASTAÑEDA	MARGARETH RUBÍ	04/03/2014	Guatemala	CUI	2964399830201
15	J247JMR	QUIROA GUILLÉN	VICTOR MANUEL	28/10/2013	Guatemala	CUI	2830089030101
16	K202YVP	RAMOS CRÚZ	ANGEL BLADIMIR	29/03/2014	Guatemala	CUI	2970030540201
17	K101GAJ	REYES VÁSQUEZ	ADRIANA MONSERRATH	08/07/2014	Guatemala	CUI	3448665560401
18	J295IDQ	RIVAS BOGRAN	MARVIN SANTIAGO	16/06/2014	Guatemala	CUI	3440870340201
19	I536GDC	SÁNCHEZ CASTAÑEDA	ISABELLA VALENTINA	04/12/2013	Guatemala	CUI	2914788670201
20	K900TKH	TALLY AGUILAR	JULIA EDITH	27/01/2014	Guatemala	CUI	2933531740201
21	K500KMH	VIDES OLIVA	VALERIA FERNANDA	15/02/2014	Guatemala	CUI	2970024730101

**LISTADO DE ALUMNOS INSCRITOS**  
**-Sistema de Registro Educativo-**

Fecha de Impresión: 14/09/2020 3:10:35 p. m.

Página 13 de 14



Código:	02-01-0005-42	Municipio:	GUASTATOYA
Nombre:	EODP ANEXA A EOUM	Jornada:	MATUTINA
Dirección:	COLONIA NUEVA VIDA	Sector:	OFICIAL
Departamento:	EL PROGRESO	Área:	URBANA
Nivel:	42-PARVULOS		
Ciclo Lectivo:	1-ANUAL		
Modalidad:	MONOLINGUE		

**Grado:** PÁRVULOS 3  
**Docente:** CARLA BEATRIZ SOSA BONILLA  
**Docente:** LISBETH CORDERO TOLEDO

**Seccion:** B

No	Código Personal	Apellidos	Nombres	Fecha de Nacimiento	Nacionalidad	Documento de Identificación	No. de Doc. De Identificación
1	M205BQP	ABAC IXCOY	AURI JOHANA	25/03/2014	Guatemalteca	CUI	2977308940805
2	L602JKA	AJCA VELÁSQUEZ	JEISON ISAAC	23/03/2014	Guatemalteca	CUI	2964402480201
3	K700YHC	ALVARADO RUÍZ	YAIRY JOSUÉ	10/01/2014	Guatemalteca	CUI	2920445770201
4	K500KAH	CALDERÓN SÁNCHEZ	LEIDY YESSENIA	07/08/2013	Guatemalteca	CUI	2737017460201
5	J643ANB	GÓMEZ ESTRADA	FERDY JOEL	14/12/2013	Guatemalteca	CUI	2878987170201
6	L602KZE	MOLINA ARRIAZA	KATERIN ALEJANDRA	05/09/2013	Guatemalteca	CUI	2763883800201
7	L502FND	MORÁN CRUZ	YONY JOSUÉ	30/05/2014	Guatemalteca	CUI	3051791010201
8	K700BYI	MÉNDEZ OLIVA	HERMAN ALEJANDRO	19/11/2013	Guatemalteca	CUI	2846198170201
9	M804IXX	ORELLANA MARTÍNEZ	WILDER GEOVANY	24/05/2014	Guatemalteca	CUI	3051787410201
10	L502DVH	PINEDA IXPATAC	YENIFER JASMÍN	12/08/2013	Guatemalteca	CUI	2737020090201
11	K202XLT	PORTILLO RAMÍREZ	JESÚS ADRIAN	08/03/2014	Guatemalteca	CUI	3051787680201
12	L003UBN	REYES ARCHILA	RANDY MOISES	01/06/2014	Guatemalteca	CUI	3440186360201
13	M904JGJ	US PÚ	DOMINGO ALEX DANIEL	19/03/2014	Guatemalteca	CUI	2976738311416
14	M709PXN	VALDEZ REQUENA	JOSÉ RUBEN	28/12/2013	Guatemalteca	CUI	2925339500201
15	K501QBV	VANEGAS ALBIZUREZ	JOSE DAVID	21/02/2014	Guatemalteca	CUI	2965548710101
16	L404PSM	VÁSQUEZ TOLEDO	BELSY NOEMY	24/05/2014	Guatemalteca	CUI	3448475780201
17	K501KQA	VÁSQUEZ DUBÓN	FEBE EUNICE JAZMÍN	02/11/2013	Guatemalteca	CUI	2873801570501

Anexo E: Recibo de pago de la colocación de galera en la escuela Oficial de Párvulos, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Lugar y Fecha: <u>Guastatoya, El Progreso 21 de 3/2020</u>			
Nombre: <u>Héctor Joel Toty</u>			
Dirección: <u>Barrio la Democracia</u>			
Extendida por: <u>Q. 650. -o quetzales</u> <u>— exactos</u>			
Cantidad:	Descripción	Valor	Total
1	Colocación de galera en la escuela Oficial de párvulos Colonia Nueva Vida Guastatoya, El Progreso	Q. 650.00	}
		Q. 650.00	

COPIA ORIGINAL A: A

**Anexo F: Recibo de pago por la colocación del pedrín en la escuela Oficial de Párvulos anexa a Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.**

Lugar y Fecha: Guastatoya, El Progreso de 1/2020  
 Nombre: Jorge Alvaro Morales  
 Dirección: Catificación Minerva  
 Extendida por: Q. 100.<sup>00</sup> quetzales et 00.05

Cantidad:	Descripción	Valor	Total
1	1 metro de pedrin	800. <sup>00</sup>	}
		a.	100. <sup>00</sup>

BAFINA GUATEMALTECA S.A

Anexo G: Recibo de pago por el material didáctico para, la escuela Oficial de Párvulos, colonia Nueva Vida, municipio de Guastatoya, departamento de El Progreso.

Lugar y Fecha: Guastatoya, El Progreso 25 de 6/2020  
 Nombre: María Archilá Sánchez  
 Dirección: Morazan  
 Extendida por: Q.400.00 quetzales exactos

Cantidad:	Descripción	Valor	Total
1	Elaboración de material didáctico para el Comedor escolar.	Q.450.00	}
		Q.	450.00

INGENIERA GUILLERMA I. A. S. A.