



Universidad  
**Inca Garcilaso de la Vega**

FACULTAD DE EDUCACION

Hábitos alimenticios y el logro en los aprendizajes en Preescolares de 5 años

de la Institución Educativa Alberto Benjamín Simpson

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**

Para optar el título profesional de Licenciado en  
Educación Inicial

**AUTOR**

Rubio Oliva de Merino, Patricia Liliana

**ASESOR**

Mg. Vivanco Aronés, Nancy Isabel

**Lima 16 de octubre de 2023**

# Hábitos alimenticios y el logro en los aprendizajes en los niños de 5 años de la Institución Educativa Alberto Benjamín Simpson 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

19%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.uigv.edu.pe">repositorio.uigv.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
2	<a href="https://repositorio.unh.edu.pe">repositorio.unh.edu.pe</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	1%
5	<a href="https://repositorio.uap.edu.pe">repositorio.uap.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Inca Garcilaso de la Vega Trabajo del estudiante	1%
7	<a href="https://repositorio.unac.edu.pe">repositorio.unac.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="https://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1%

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación plantea la problemática de los Hábitos Alimenticios en los logros de los aprendizajes en los niños preescolares el cual tiene como propósito promover los Hábitos Alimenticios para favorecer el aprendizaje en la temprana infancia, ya que un niño que se alimenta adecuadamente, logrará la capacidad de responder al desempeño académico. La realización de esta investigación es descriptiva porque permite recoger información e interpretarla con el fin de modificar comportamientos y el diseño de investigación es de acción porque se interviene para realizar mejoras sobre la información obtenida, la técnica empleada de la encuesta donde recolectamos datos, de los directivos, maestras y niños de 5 años de edad obteniendo resultados donde se evidencia que el 83% de las maestras tienen conocimiento de las deficiencias de los hábitos alimenticios que afectan en el aprendizaje y que existe una relación entre ambos objetos pero no los practican en el aula. Y se contrasta con el 63% que arroja la encuesta con los niños que no tienen claridad sobre los hábitos saludables y las loncheras nutritivas, concluimos que en el desarrollo formativo en los hábitos alimenticios y una dieta balanceada en el consumo de nutrientes los resultados obtenidos de logros satisfactorios en los aprendizajes de los niños de la Institución Educativa “Alberto Benjamín Simpson.” Alcanzaron el 98% de aceptación, seguimos trabajando con el porcentaje restante hasta lograr que los niños lleguen a la meta y sean autónomos y conscientes que el practicar los hábitos alimenticios y mantener una alimentación balanceada fortalecerá y beneficiará sus aprendizajes a futuro.

*Palabras claves:* Hábitos alimenticios, Aprendizajes, alimentos nutritivos, estilos de vida y Alimentación Balanceada.

## **ABSTRACT AND KEYWORDS**

The present research work raises the problem of Eating Habits in the learning achievements of preschool children, which aims to promote Eating Habits to facilitate early childhood learning, since a child who is fed adequately will achieve the ability to respond to academic performance. The conduct of this research is descriptive because it allows information to be collected and interpreted in order to modify behaviors and the research design is action because it intervenes to make improvements on the information obtained, the technique used in the survey where we collect data, the managers, teachers and 5-year-old children obtaining results where it is evident that 83% of the teachers are aware of the deficiencies of eating habits that affect learning and that there is a relationship between both objects but they do not practice them in the classroom and it is contrasted with the 63% that the survey shows with children who are not clear about healthy habits and nutritious lunch boxes, we conclude that in the formative development in eating habits and a balanced diet in the consumption of nutrients, the results obtained from satisfactory achievements in the learning of the children of the “Alberto Benjamín Simpson” Educational Institution. They reached 98% acceptance, we continue working with the remaining percentage until the children reach the goal and are autonomous and aware that practicing eating habits and maintaining a balanced diet will strengthen and benefit their learning in the future.

**Keywords:** Eating habits, Learning, nutritious foods, lifestyles and Balanced Diet.