

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO  
BENEDICTO XVI**

**ESCUELA DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN GESTIÓN Y  
ACREDITACIÓN EDUCATIVA**



**PROGRAMA “ESCUELAS LIMPIAS” PARA MEJORAR LOS ESTILOS  
DE VIDA SALUDABLE DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO  
GRADO DE PRIMARIA DE UNA I.E. DE CHEPÉN - 2018**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE  
MAESTRO EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN GESTIÓN Y  
ACREDITACIÓN EDUCATIVA**

**AUTORAS:**

Br. BARRANTES LLANOS LOURDES JACQUELINE  
Br. QUISPE SALDAÑA LEYLA MALENA

**ASESOR:**

DR. RONAL ELVIS SUÁREZ QUIROZ

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Gestión educativa

**PERÚ – 2018**

## **DEDICATORIA**

### **A Dios:**

Ser supremo, que nos brinda el regalo de la vida y sus bendiciones, para tener una gran familia. Por la fuerza que nos da para seguir luchando en el día a día para alcanzar nuestros grandes sueños.

### **A nuestros hijos:**

Por ser el motor y motivo para seguir superándonos en los estudios de maestría que iniciamos y hoy día estamos culminando, permitiéndonos seguir calificándonos en nuestra formación profesional.

### **A los futuros líderes del Perú:**

Quienes se esfuerzan por ser cada día mejores hijos y estudiantes, para formarse como ciudadanos que están aprendiendo a ser seres humanos, para contribuir positivamente al desarrollo de nuestro país.

## **AGRADECIMIENTO**

Expresamos nuestra gratitud:

Al personal directivo y docentes de la Escuela de post grado en educación, en la Universidad Privada “Benedicto XVI”, provincia de Trujillo, por la exigencia académica con la cual orientaron nuestra formación y las orientaciones brindadas para lograr nuestros objetivos y metas.

Al director de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, ciudad de Chepén, por el apoyo que nos brindó para el desarrollo de esta indagación.

## Índice

	Pág.
DEDICATORIA .....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
Índice .....	iv
índice de tablas .....	vi
índice de figuras.....	vii
RESUMEN .....	viii
ABSTRACT.....	ix
Capítulo I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	11
1.1. Planteamiento del problema .....	11
1.2. Formulación del problema .....	14
1.2.1. Problema general .....	14
1.2.2. Problemas objetivos .....	14
1.3. Formulación de objetivos .....	15
1.3.1. Objetivo general .....	15
1.3.2. Objetivos específicos.....	15
1.4. Justificación de la investigación .....	16
Capítulo II: MARCO TEÓRICO .....	18
2.1. Antecedentes de investigación .....	18
2.2. Base teórico científicas.....	23
2.2.1. Programa “Escuelas limpias” .....	23
2.3. Identificación de dimensiones .....	44
2.4. Formulación de hipótesis .....	45
2.4.1. Hipótesis general.....	45
2.4.2. Hipótesis específicas .....	45
2.5. Variables .....	46
2.5.1. Definición operacional .....	46
2.5.2. Operacionalización de variables .....	48

Capítulo III: <u>METODOLOGÍA</u> .....	50
3.1. Tipo de estudio .....	50
3.2. Métodos de investigación .....	51
3.3. Diseño de investigación .....	51
3.4. Población y muestra .....	52
3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos .....	54
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	55
3.7. Aspectos éticos .....	56
 Capítulo IV: <u>RESULTADOS</u> .....	 57
4.1. Presentación y análisis de resultados .....	57
4.1.1. Resultados en tablas y figuras .....	61
4.1.2. Resultados de la prueba de hipótesis .....	69
 Capítulo V: <u>DISCUSIÓN</u> .....	 73
 Capítulo VI: <u>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</u> .....	 77
6.1. Conclusiones .....	77
6.2. Recomendaciones .....	79
 ANEXOS .....	 87
Anexo N° 1: Cuestionario para evaluar los estilos de vida saludable .....	88
Anexo N° 2: Cuestionario para evaluar el Programa “Escuelas limpias” .....	91
Anexo 3: Programa Didáctico .....	94
Anexo 4: Álbum fotográfico .....	116

## índice de tablas

Pág.

Tabla N° 01: Desarrollo de los estilos de vida saludable, en la dimensión biológica, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018 .....	61
Tabla N° 02: Desarrollo de los estilos de vida saludable, en la dimensión psicológica, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018. ....	63
Tabla N° 03: Desarrollo de los estilos de vida saludable, en la dimensión ambiental, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018 .....	65
Tabla N° 04: Desarrollo de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018 .....	67
Tabla N° 05: Prueba de hipótesis “t” para medias con pre y post test, en el estudio de la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, en la mejora de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.....	69

## Índice de figuras

	Pág.
Figura 1: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión biológica, de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según tests aplicados. ....	61
Figura 2: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según tests aplicados. ....	63
Figura 3: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según tests aplicados. ....	65
Figura 4: Distribución porcentual, del Desarrollo de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según tests aplicados. ....	67

## RESUMEN

Esta indagación realizada, es de tipo de tipo experimental, orientada a determinar la influencia del Programa “Escuelas limpias”, para mejorar los estilos de vida saludable en los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” de la ciudad de Chepén, Región La Libertad - 2018.

En la investigación realizada se ha considerado como muestra a 60 escolares del 2do. grado de educación primaria, en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén. En el desarrollo de la indagación se usó el diseño cuasi - experimental de dos grupos, con tests aplicados. En el recojo de datos, empleándose como instrumento un cuestionario de estilos de vida saludable. Para analizar los datos se utilizó la estadística descriptiva y medidas estadísticas como el puntaje promedio, desviación estándar y la validación de la hipótesis fue realizada con el cálculo de la prueba estadística t de Student.

Al contrastar el puntaje promedio del tests aplicados del grupo experimental, mediante el uso de la “t” Student. Se estableció que el desarrollo del Programa “Escuelas limpias”, en forma significativa en la mejora de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” de la ciudad de Chepén, La Libertad - 2018; visualizándose que el puntaje promedio de los escolares del grupo experimental, en la prueba de salida (53,73 puntos), fue mayor que el puntaje promedio en la prueba de salida del grupo (45,43 puntos).

**Palabras claves** :Estilos de vida saludable, Programa educativo, Programa “Escuelas limpias”, dimensión biológica, dimensión psicológica, dimensión ambiental.

## ABSTRACT

This inquiry is an experimental type, aimed at determining the influence of the "Clean Schools" Program, to improve healthy lifestyles in students in the 2nd grade of primary education of the Educational Institution No. 80382 "Carlos A. Olivares" From the city of Chepén, La Libertad Region - 2018.

In the investigation carried out, 60 students from the 2nd have been considered as samples. Primary education degree, from the Educational Institution No. 80382 "Carlos A. Olivares", from the city of Chepén. In the development of the inquiry, the quasi-experimental design of two groups was used, with pre test and post test. In the collection of data, using a healthy lifestyle questionnaire as an instrument. To analyze the data, descriptive statistics and statistical measures such as arithmetic mean, standard deviation and hypothesis validation were performed with the calculation of Student's t-test.

When comparing the arithmetic mean of the pre test and post test of the experimental group, by using the "t" Student. It was established that the development of the "Clean Schools" Program significantly influences the improvement of the healthy lifestyles of students in the 2nd grade of primary education of the Educational Institution No. 80382 "Carlos A. Olivares" of the city of Chepén, La Libertad - 2018; visualizing that the average of the students of the experimental group, in the post test (53.73 points), was higher than the average in the post test of the group (45.43 points).

**Keywords:** Healthy Lifestyles, Educational Program, "Clean Schools" Program, biological dimension, psychological dimension, environmental dimension.

## Capítulo I:

### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1. Planteamiento del problema

En las últimas décadas venimos hablando sobre el cuidado sostenible del planeta y el daño medio ambiental causado por el hombre; al respecto, no se ha logrado avances sustanciales, poniendo en evidencia la carencia de conocimiento y la toma de conciencia sobre la importancia del cuidado del ambiente que garantice la subsistencia y supervivencia de las especies que la habitan; dentro de las cuales está el ser humano.

Los problemas ambientales a nivel mundial, están relacionados con el crecimiento del parque automotriz, crecimiento de la agro - industria y el uso de agroquímicos, la masiva deforestación, la explosión demográfica, tendencias demográficas en las ciudades que generan, entre otras cosas desechos; los que como consecuencia han originado la contaminación del aire, suelo y agua, la agudización del efecto invernadero, así como el incremento del diámetro del agujero de la capa de ozono.

Esta problemática se ve reflejada en la población peruana y sobre todo en los niños, donde se aprecia que su estado de mayor vulnerabilidad merma su salud biológica y psicológica, como correlato del ambiente en el cual se desarrollan. Según la UNICEF (2001), en nuestro país, son exiguas las condiciones que permitan un desarrollo armónico y saludable de los niños del Perú. En este contexto, observamos que el mayor porcentaje de pobres, corresponde a los niños e infantes. Como datos complementarios, tenemos que el mayor porcentaje de los niños son pobres. Además, se destaca que el 14,8% de la población en estado de pobreza, está conformada por infantes menores de 5 años de edad. De esta forma aprecia que la pobreza afecta a la población más vulnerable, siendo ésta principalmente, los niños.

Un aspecto preocupante es el bajo nivel nutricional de los niños e infantes, aspecto que afecta el normal crecimiento de esta población y que puede tener repercusiones irreversibles para su posterior desarrollo psicomotriz, cognitivo, mental y social.

En este marco se estableció que el 26% de los niños cuyas edades eran inferiores a los 5 años, a nivel nacional padecía de desnutrición crónica, siendo las más afectadas la zona rural, donde esta cifra se incrementaba a 40.4% y en el caso de departamento como Huancavelica, alcanzaba el pico máximo de 50.3% (Rocabado, 2005).

El problema de la desnutrición crónica radica en que se incrementa en forma progresiva de acuerdo al desarrollo evolutivo de las personas, de esta manera se conoce que se inicia afectando al 15% de infantes en nuestro país, con edades de 6 – 11 meses, luego se dobla a los años y sigue su incremento hasta llegar a los 5 años. Además, tenemos los datos arrojados por el “Censo Nacional de Talla en Escolares de Primer Grado”, efectuado en el año 1993, resaltan que, de 800 000 educandos, cuyas edades fluctuaban de 6 a 9 años, el 48% padecía de demora en su crecimiento; este porcentaje era mayor (64%) en los educandos de las zonas rurales, y se acentuaban en un 85%, entre los educandos de las Instituciones Educativas públicas.

En relación a nuestro ambiente, Castro (2005), manifiesta que por los tantos beneficios que obtenemos de la naturaleza, ésta merece especial cuidado; pero el aspecto político - económico, a lo largo de la historia del Perú, nos demuestra que solamente se ha depredado los recursos, este autor señala que “Ha habido un patrón según el cual un determinado recurso desencadena un auge económico que es rápidamente seguido por la reducción de los recursos y el colapso” (p. 56). Ciertos los recursos mantuvieron periodos importantes de apogeo y decadencia, como por ejemplo el guano de las islas (1850s - 1870s), así como el salitre (1860s - 1870s), además sobresale el caucho (1890s - 1910) y la anchoveta (1960s - 1970s) (Banco Mundial, 2007).

Estos fenómenos alternos, perturbaron los diversos estilos de vida de las personas y transformaron la sociedad en determinado tiempo. De esta manera, nos encontramos en un contexto crítico que afectaba a todos y, sobre todo a las generaciones venideras, las cuales serán las más afectadas, siendo necesario por lo tanto concientizar a la población joven sobre el cuidado que deben tener con el ambiente, orientando a los niños para que adopten estilos de vida acuerde con la protección de sus recursos naturales, lo cual significa la protección de ellos mismos y de las generaciones venideras (Castro, 2002).

En este contexto, se han considerado estos factores, y se ha formulado un proyecto de tipo social, denominado Escuelas Seguras, Limpias y Saludables, constituido por acciones sociales y educativas, fomentada por el Ministerio de Educación y los diversos estamentos descentralizados, en coalición con las diversas entidades del Estado y apoyo de la sociedad civil, con el propósito de promover prácticas de valores y actitudes positivas a la conservación y preservación del medio ambiente, en el marco del enfoque de desarrollo sostenible. De lo señalado, nos invita a reflexionar sobre nuestras autoridades locales, quienes, a pesar de tener las herramientas legales y administrativas para actuar en esta línea de acción, no demuestran tener una actitud que favorezca la conservación del ambiente, afectando de esta manera el deterioro de éste y la salud de la población.

Al respecto en el colegio N° 80382 “Carlos A. Olivares”, se replica esta problemática, ya que los estudiantes reproducen conductas y hábitos adquiridos en el ámbito familiar y en su contexto más cercano cuya práctica conlleva a no saber qué hacer con los residuos sólidos que por lo general son arrojados en el patio del colegio; en el piso del aula. Tiene que ver también con el cuidado del agua y el aire, evidenciándose una falta de conciencia del cuidado del ambiente como patrimonio de la humanidad y porque la Escuela debe contribuir a la movilización, que mejore la capacidad de respuesta institucional y social para desarrollar prácticas saludables.

Ante esta situación, se formuló la interrogante: ¿Cómo la educación puede contribuir a la formación ambiental de los estudiantes del 2º grado de educación primaria de La IE N° 80382 “Carlos A. Olivares”, buscando sensibilizarlos sobre la urgencia del cuidado responsable del ambiente que habitan e ir consolidando en cada uno de ellos la participación activa en el cuidado y preservación ambiental, así como la utilización racional de los recursos que permita al ser humano tener una mejor calidad de vida?

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿De qué manera influye el Programa “Escuelas limpias”, en la mejora de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018?

### **1.2.2. Problemas objetivos**

#### **Problema específico 1**

¿De qué manera influye la ejecución del Programa “¿Escuelas limpias”, en la mejora de la dimensión biológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018?

#### **Problema específico 2**

¿De qué manera influye el Programa “¿Escuelas limpias”, en la mejora de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018?

### **Problema específico 3**

¿De qué manera influye el Programa “¿Escuelas limpias”, en la mejora de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018?

## **1.3. Formulación de objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la influencia del Programa “Escuelas limpias”, en la mejora de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

Establecer la influencia de la ejecución del Programa “Escuelas limpias”, en el mejoramiento de la dimensión biológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

Establecer la influencia del Programa “Escuelas limpias”, en el mejoramiento de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

Determinar la influencia de la ejecución del Programa “Escuelas limpias”, en el mejoramiento de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

#### **1.4. Justificación de la investigación**

La relevancia del presente estudio radica en la existencia de conductas inadecuadas de los estudiantes, respecto a su higiene personal, niveles de nutrición, falta de cuidado del ambiente e inadecuadas conductas y actitudes que describen problemas de desarrollo personal y socio emocional del educando del segundo año de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares”.

A nivel teórico nos permitirá el manejo y operacionalización de las variables en estudio con énfasis en los enfoques de desarrollo sostenible, y educación ambiental, además de aplicar los beneficios que brinda la Ley N° 28611 - Ley General del Ambiente, Decreto Supremo N° 017 – 2012-ED., y la Ley N° 28044 - Ley General de Educación.

Consideramos que esta investigación será un beneficio para el colectivo social pues es necesario que las instituciones educativas gestionen el Programa “Escuelas limpias” y reconozcan su importancia para mejorar los estilos de vida saludable en la población escolar. Dada la coyuntura actual existe la necesidad de difundir la necesidad de asumir estilos de vida saludable, la cual constituye la génesis para impulsar la mejora de la calidad de vida de los pobladores y aportar a enfrentar los retos que implica un desarrollo sostenible a través de un enfoque educativo que permita encarar este problema, desde los primeros niveles educativos, para impulsar el cambio de actitud, orientado al cuidado de la vida del ser humano y del ambiente que permita mantener estilos de vida saludable.

Como implicancia práctica del proyecto, tenemos que ayudará a resolver los problemas que aquejan la salud de los pobladores, esperando que se difundan los beneficios del Programa “Escuelas limpias”, como estrategia enmarcada dentro de la Educación Ambiental de manera transversal, lo cual favorecería el abordaje de la temática ambiental no como un conjunto de conocimientos y aprendizajes en ciertas áreas, sino por el contrario integre un conjunto de actitudes tendientes a consolidar en los estudiantes la formación integral de los educandos.

Como utilidad metodológica se propone el Programa “Escuelas limpias” que desarrolla cada una de las dimensiones y la operatividad de manera contextualizada basándose en aquellos indicadores propuestos por los estilos de vida saludable y la Organización Mundial de la Salud. Así mismo fue orientado a obtener la validación de un instrumento de investigación que permitirá la evaluación de los estilos de vida saludable en el nivel primario.

## Capítulo II:

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes de investigación

A nivel internacional encontramos:

Ramírez y otros (2015), *en su* trabajo titulado: “Implementación del Desarrollo sostenible en las prácticas pedagógicas en el Nivel Medio Mayor de Educación Parvularia”. Realizaron un estudio cualitativo de paradigma interpretativo, cuyo propósito fue explicar las prácticas docentes en relación al desarrollo del enfoque de desarrollo sostenible en los niveles medio y superior de las cunas y jardines de infantes, de gestión pública, de la Junta Nacional de Jardines Infantiles. Trabajaron con comunas pertenecientes a la Región Metropolitana. Utilizaron la entrevista semiestructurada y lo aplicaron a estudiantes de educación inicial, empleando la observación participante, realizada en las instituciones educativas seleccionadas. Concluyendo que los jardines estudiados, deben implementar programas y /o actividades tendientes al cuidado ambiental.

Díaz (2012), en su estudio: “Estilos de vida en estudiantes de 8 a 12 años de colegios urbanos oficiales residentes en el municipio de Chía Cundinamarca 2010”, tuvo como propósito determinar las frecuencias de los estilos de vida con respecto a la actividad física, alimentación, higiene personal, autoestima de 243 escolares de 8 a 12 años de edad, de los colegios públicos de la localidad de Cundimarca - Bogotá. Aplicó un cuestionario de hábitos de vida saludable y utilizó la escala de auto concepto infantil de Piers - Harris. Obtuvo los siguientes resultados: en cuanto a alimentación y nutrición aproximadamente la mitad de los niños evaluados consumen las 5 comidas fundamentales. Un porcentaje de 1,2% de los estudiantes nunca desayuna. Realizó un análisis de la frecuencia de consumos de alimentos saludables y no saludables, observando que es mayor el porcentaje de consumos de alimentos saludables en un 66.1%, demostrando que desarrollando programas

educativos en instituciones educativas se puede lograr que los escolares practiquen estilos de vida saludable y promuevan el autocuidado escolar (Díaz, 2012).

A nivel nacional se pudo encontrar a:

Cabrera (2015), quien en su indagación: Programa de educación nutricional orientado al logro de un estilo de vida saludable en estudiantes de educación primaria. Esta indagación sugiere que mediante la ejecución de un programa centrado en brindar una adecuada educación para mejorar la nutrición de los escolares focalizados, se podrá lograr mejoras en los estilos de vida de estos escolares. Para el desarrollo del estudio se asumió el enfoque cuantitativo, centrando la indagación en la realización de un estudio proyectivo. En relación a la población censal, estuvo constituida por 12 escolares, cuatro profesores y cuatro padres de familia, los cuales fueron elegidos a través de un muestreo a criterio. Se utilizaron instrumentos, para realizar el diagnóstico general, cuyos resultados evidencian limitaciones en los profesores en la dirección del proceso educativo, asumiendo un rol de transmisores de conocimientos y generando bajo rendimiento académico. La concepción asumida tiene como sustento teórico y metodológico, a los estudios realizados sobre el desarrollo sostenible, permitiendo fundamentar la propuesta elaborada. El resultado obtenido, estructura una orientación al docente en el proceso educativo, que es cualitativamente alto porque genera el desarrollo de competencias que son funcionales para el estudiante.

Soto (2015), en el trabajo de investigación titulado: Estrategia didáctica, para desarrollar estilos de vida saludable, en el nivel primaria, en el área de educación física. Elabora una propuesta pedagógica para el área de educación física, dirigida al nivel de educación primaria. Investigación que se encuentra en el ámbito cualitativo, de tipo aplicada proyectiva, trabajándose con una muestra intencionada de 2 docentes (1 de 5to. grado y otro docente de 6to. grado de educación primaria y 51 educandos). Para recolectar información se aplicaron entrevistas y una encuesta. Se partió del diagnóstico, el cual evidenció que los profesores focalizados, no conocen estrategias educativas,

que permitan el desarrollo de estilos de vida saludables en los escolares. En el caso de los educandos, se encontraban en el nivel medio de desarrollo de competencias para desarrollar estilos de vida saludable. Como referente teórico se consideró a Bandura, con su teoría del Aprendizaje Social, quien inciden en la importancia del modelo social, concluyéndose que la propuesta pedagógica – didáctica elaborada en base a la teoría social, incide favorablemente en el desarrollo de competencias para asumir estilo de vida saludables, en los escolares del grupo de estudio.

Valentín (2017), en su trabajo de investigación: Programa salud escolar en el estilo de vida saludable de los estudiantes en la Institución Educativa 3034, San Martín de Porres- 2017. Se estableció como propósito principal difundir la relevancia de la utilización del programa de Salud escolar, como estrategia, efectuada por el Ministerio de Salud en las Instituciones educativas públicas beneficiarias del programa Qali Warma, con la finalidad de contribuir en el cuidado y el autocuidado de la salud de los estudiantes de nivel inicial y primaria desarrollando sistemáticamente una cultura de salud en los escolares basados en la práctica de estilos de vida saludable y las determinantes sociales que influyen negativamente en la salud de los escolares impulsando estrategias y desarrollando la educación para la salud para fortalecer las habilidades y competencias personales. Para establecer la importancia del programa en el fortalecimiento de habilidades y capacidades promoviendo estilos de vida saludable de la comuna estudiantil, en especial de los escolares de la IE 3034, a un total de 67 escolares de las secciones de 4to, 5to y 6to año, se aplicó un test con Ítems relacionados a los ejes temáticos antes y después del desarrollo del programa. Los resultados señalan en la prueba de entrada, que los escolares no desarrollan estilos de vida saludable en un 47% y solo un 3% se encuentran en proceso de practicar estilos de vida saludable. Luego de la ejecución del programa se tuvieron los siguientes hallazgos, un 49,3% de estudiantes practican estilos de vida saludable y sólo un 0,7% se encuentran en el nivel de proceso, este resultado nos permite afirmar que un programa educativo de salud escolar es importante para el cuidado de la salud y mejora de la calidad de vida de los estudiantes.

A nivel regional y/o local, encontramos a:

Castillo (2016), en su estudio: Hábitos de alimentación y su relación con el estado nutricional en escolares de la I.E N° 80084 “Jesús de Nazaret”-Platanar-La Libertad 2016, donde se realiza un estudio de clase cuantitativo, empleándose un diseño de indagación de tipo descriptivo prospectivo - correlacional, corte transversal. La población censal fueron los escolares de los grados primero, segundo y tercero de educación primaria, estructurada por 50 educandos entre las edades de 6 a 9 años. Como instrumento para medir la variable: Hábitos alimenticios se empleó la lista de cotejo y para medir el estado nutricional, se utilizaron las tablas nutricionales escolares. Arribando a la conclusión que el nivel de hábitos alimentarios en los educandos de la IE indicada, el 40.00% (20 escolares) logran un nivel regular, el 36.00% (18 escolares) se encuentra en el nivel bueno y el 24.00% (12 educandos), se encuentran en el nivel deficiente, del nivel de estado de nutrición, concluyendo que existe relación significativa entre los hábitos alimenticios y el estado nutricional en los estudiantes de la escuela referida, a través de la prueba estadística Chi cuadrada con un grado de significancia de 5%.

Gutiérrez y Miranda (2016), desarrolló el trabajo de investigación titulado: Estilos de vida y hábitos de estudio en las alumnas de enfermería de la Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo – 2016, con el objetivo de determinar el nivel de asociación entre los estilos de vida y los hábitos de estudio en 67 escolares de enfermería del 3° y 4° ciclo, que cumplen con los criterios de inclusión; a las cuales se midió a través de un cuestionario para evaluar los estilos de vida y un test para establecer los hábitos que tienen al estudiar. El primero obtuvo un índice de confiabilidad de 0.73 y el segundo de 0.01. Encontrándose que el 62,7% de las alumnas de la carrera profesional de enfermería del 3° y 4° ciclo poseen pertinentes estilos de vida y el 37.3% de las estudiantes tienen estilos de vida poco adecuados; en relación a los hábitos de estudio, se encontró que el 53,7% fueron adecuados y el 46,3% fueron poco adecuados. Por lo tanto, se concluyó que existe una relación significativa de los estilos de vida y los hábitos de estudio de las estudiantes focalizadas.

## **2.2. Base teórico científicas**

### **2.2.1. Programa “Escuelas limpias”**

#### **2.1.1.1. Fundamentación teórica**

##### **A. Enfoque ambiental**

El enfoque ambiental es una estrategia de trabajo pedagógico y educativo que permite la integración de las áreas de aprendizaje, abordando problemas locales y globales. Comprende la conceptualización de la relación que existe entre la sociedad, el entorno y el contexto cultural, promoviendo la toma de conciencia crítica en los escolares. Este tipo de educación se ve reflejada a nivel transversal en la gestión de las instituciones educativa y está orientada a promover el desarrollo sostenible (MIINEDU, 2017).

##### **B. Enfoque del desarrollo sostenible**

Educar en temas de cuidado ambiental implica generar actitudes que hagan posible el desarrollo sostenible de las políticas o proyectos en materia ambiental, es decir es cultivar la responsabilidad y protagonismo del ser humano para menguar o prevenir el daño ambiental, con la finalidad de ofrecer a las generaciones venideras una calidad de vida adecuada.

##### **C. La educación ambiental**

Es un proceso que permite rescatar valores y clasificar conceptualizaciones para desarrollar y fortalecer capacidades y actitudes que permitan al ser humano interrelacionarse de manera responsable con su entorno, autorregulando su actuar para el uso responsable de recursos y la toma de decisiones para actuar en el ambiente preservándolo y cuidando la interrelación de los diversos factores de los ecosistemas (PNUMA, 1995).

#### D. El enfoque de indagación y alfabetización científica y tecnológica

El área curricular Ciencia y Tecnología se centra en la formación científica de calidad y tiene dos enfoques: el enfoque de la indagación y la alfabetización científica (MINEDU, Programación Curricular de Educación Primaria, 2016), los cuales han sido tomados en cuenta en el presente estudio:

La indagación científica, que se impulsa desde una institución educativa, significa que los estudiantes son entes activos que construyen y reconstruyen los conocimientos de la ciencia y aplicaciones tecnológicas, teniendo como génesis la formulación de interrogantes para tratar de explicar el conocimiento propio de la ciencia y aplicación de la tecnología. Este proceso implica la reflexión sobre los procesos movilizados, en el desarrollo de la investigación, con la finalidad de comprender que los saberes construidos por la ciencia son sistematizados, se elaboran a través de una metodología determinada y es una construcción social y personal.

La alfabetización científica y tecnológica, significa que los escolares utilicen los conocimientos científicos en su vida diaria para entender el mundo circundante, que le facilite la incorporación de los conocimientos adquiridos formalizados, que contribuyan a su formación como personas reflexivas, críticas y con capacidad para actuar autónomamente frente a problemas relacionados a diversas áreas de la ciencia y absolverla adecuadamente.

##### **2.1.1.2. Definición de programa educativo**

En sentido general, son diversas actividades orientada a lograr un objetivo o meta. Un programa educativo, constituye un documento y un instrumento que orienta el desarrollo de procesos pedagógicos articulados con dimensiones propias de la capacidad, habilidad o conducta que se desea desarrollar o fortalecer. En su estructura se consideran las estrategias, las cuales son elaboradas en base a un enfoque teórico y la secuencia de actividades a desarrollar, considerándose en su elaboración tres partes: Planificación, ejecución y evaluación (Deza, 2015).

### **2.1.1.3. Definición de Escuelas limpias**

Se entiende como escuelas limpias al espacio escolar en el que se propugna el desarrollo de la conciencia ambiental, que pone en práctica valores, actitudes y participación propicios al ambiente, el cual está orientado a lograr el desarrollo sostenible. De esta forma se busca que los estudiantes adquieran mejores conocimientos y destrezas que brindan un aspecto práctico a su voluntad y compromiso de protección y defensa de su salud y de la salud colectiva (Cárdenas y Barrantes, 2017).

### **2.1.1.4. Definición del Programa “Escuelas limpias”**

El Programa Educativo “Escuelas limpias”, es una herramienta preventivo promocional a aplicar en estudiantes del nivel de educación primaria que tiene como propósito desarrollar conocimientos, habilidades y destrezas, que les permitan aplicar un conjunto de actividades que permita a las personas, comunidad, familia o grupo social realizar cotidianamente y con determinada frecuencia, con la finalidad de garantizar una vida equilibrada (Cárdenas y Barrantes, 2017).

Este programa está orientado a los escolares en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares”- Chepén, La Libertad - 2018

El grupo objetivo: Escolares del segundo grado “B” de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares”- Chepén, La Libertad - 2018, en un número de 29 estudiantes.

Ambiente de trabajo: Se trabajó en el aula de 2° grado “B”, del nivel de educación primaria, en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares”- Chepén, La Libertad - 2018.

### **2.1.1.5. Dimensiones Programa “Escuelas limpias”**

De acuerdo a lo planteado por Cárdenas y Barrantes (2017), se consideran las siguientes:

#### **A. Secuencia didáctica**

Es una actividad establecida, esencialmente en base a prácticas que permiten acceder al proceso de aprendizaje a los escolares. Como ejemplo de este tipo de actividades tenemos los trabajos realizados en laboratorio, las visitas guiadas, donde se aprecian una variedad de recursos y secuencias ordenadas de acciones, que permiten a los estudiantes construir conocimientos sistematizados. En este ámbito los escolares describen los objetivos a lograr, monitorean el trabajo del educando y gestionan de eficientemente recursos como tiempo y otros, permitiendo que el docente actúe como un mediador del aprendizaje y brinde retroalimentación a los educandos.

#### **B. Competencia científica**

Es el conjunto de capacidades que permiten que la persona pueda utilizar los saberes construidos en diversos contextos de su quehacer cotidiano. Se fundamenta en la integración de conocimientos, capacidades y actitudes, los cuales se interrelacionan para resolver problemas que se presentan a los estudiantes y que le permiten comprender la naturaleza de las ciencias y realizar innovaciones tecnológicas.

#### **C. Interactividad**

Es un proceso dinámico y organizado, que a través de la interacción social y material, genera la construcción, por parte de los estudiantes de saberes sociales y físicos. En este sentido es importante que los escolares que participen en este proceso sean gestores de su aprendizaje y que asuman la interacción reflexivamente y que avance en este proceso, para lograr en forma paulatina la autonomía en su aprendizaje.

## **2.1.2. Estilos de vida saludable**

### **2.1.2.1. Teorías que fundamentan el estilo de vida saludable**

#### **A. Enfoque Desarrollo humano sostenible**

Teniendo en cuenta que el enfoque de Desarrollo Sostenible “Tiene como propósito promover el bienestar y la libertad sobre la base de la dignidad y la igualdad inalienables de todas las personas. El objetivo del desarrollo humano es el disfrute por todas las personas de todas las libertades fundamentales” (OHCHR, 2007).

#### **B. La ética del cuidado**

Centra su atención en el contexto, las asociaciones y especialmente en la responsabilidad social de las personas. Esta clase de ética se centra en las representaciones que construyen las personas, como parte de sus vivencias y experiencias cotidianas, considerando el diálogo, la capacidad de escuchar y el uso del lenguaje, como aspectos fundamentales de las relaciones.

La máxima exponentes de esta clase de ética e Carol Gilligan, quien resalta la importancia de la ética del cuidado, porque constituye una reivindicación de la esencia de considerar la diversidad, el contexto y los aspectos particulares. Además, esta concepción de la moral muestra una gran preocupación por el cuidado, el cual central el desarrollo del aspecto moral en relación al entendimiento y la responsabilidad que debe existir en las relaciones.

El cuidado de sí, de las demás personas, se adjudica como una forma de ciudadanía, enfatizando en cumplir los derechos relevantes para la convivencia sana y armónica, atendiendo a los valores como el respeto por las demás personas, contribuir a la libertad, respetar la dignidad humana, promover la solidaridad, protección del medio ambiente, entre otros. Este proceso considera fundamental que las relaciones sociales, se desarrollan en el marco de respeto y preservación del ambiente.

Finalmente, Nel Noddings, señala que el rol esencial de la institución educativa, es la de impulsar la formación del escolar para la preservación, lo cual constituye no solamente lo que se debe vivenciar la experiencia de cuidado, sino que además de ser cuidado, lo cual exige que en los colegios y escuelas se construya un ambiente democrático de aprendizajes, que favorezca el cuidado, de esta manera la comunidad educativa, aportará en este proceso, promoviendo entre sus integrantes una cultura ecológica o ambiental que permita la adopción de estilos de vida que sean saludables, para la persona y el ambiente, además se favorecen las relaciones sociales y económicos, teniendo en cuenta que el enfoque de desarrollo sostenible tiene tres pilares: económico, social y ambiental.

#### **2.1.2.2. Definición de estilos de vida**

La definición de estilo de vida aparece en 1939. Pierre Bourdieu, citado en el texto Estilos de Vida y Salud, por Guerrero (2010), importante sociólogo, quien profundiza en la definición de habitus, comprendido como formas de actuar, pensar y sentir, relacionados a la posición en el estrato social. El habitus permite que los sujetos de un determinado entorno social practiquen estilos de vida similares.

Además, el estilo de vida es conceptualizado como las relaciones de interdependencia entre las condiciones que se asumen para vivir y los modelos que las personas asumen, como propios de su conducta, los cuales están determinados por factores de tipo social y cultural, además de tener influencia de las características propias de cada persona, que se desarrollan en un contexto socio histórico y cultural, determinado (García y otros. 2012).

Los estilos de vida, se asocian con el consumo de alimentos, el uso del tabaco, práctica de actividades físicas, vida sedentaria y otras actividades que muchas veces son peligrosas para nuestra salud. Estos aspectos negativos, constituyen factores que ponen en riesgo al ser humano y pueden afectar su salud física y mental. (Koesuka, 2006).

Un estilo de vida se forma a partir de gustos y predilecciones elementales de la persona y fruto de la interacción con los factores genéticos, neurológico, biológico, psicológicos, sociales, culturales, educativos, económicos y medio ambientales. Se produce esta construcción también por la relación, familia, escuela y amigos, así en la escuela se aprende a hacer ejercicios, en casa los hábitos alimenticios, pero también influye la escuela y la presencia de unos elementos y la escasa manifestación de otros estructuran un determinado estilo y forma de vida (De La Torre & Tejada, 2007).

La influencia que tienen las costumbres sociales y culturales, económicas, hábitos alimentarios familiares, así como los medios de comunicación, la publicidad y la actividad industrial, son factores que participan y muchas veces determinan las preferencias alimentarias que tienen las personas (Beth, 2010). Esta influencia se aprecia en el consumo de comida denominada chatarra, alimentos con alto contenido de grasa saturada, bebidas gaseosas y en general alimentos procesados o manufacturados que por el alto contenido químico y el uso de preservantes afectan la salud de las personas, sin embargo la injerencia que tienen en los gustos y preferencias de las personas en sus hábitos alimenticios, es innegable (Beth & Colette, 2010).

De esta manera se concluye que el estilo de vida son los comportamientos que contribuyen a mantener una buena salud o que contribuyen a la buena salud o crean riesgos para la salud.

### **2.1.2.3. Salud**

#### **A. Definición**

La OMS., señala que la salud es el estado de bienestar que a nivel físico, social y mental se experimenta (OMS, 2005). A esta conceptualización un estudioso adicionó que, a la conceptualización expuesta por la OMS, debería incorporarse “y en armonía con el ambiente”.

Así mismo considera que la salud distingue un proceso relacionado a la adaptación que constituye el resultado de una reacción en forma automática y

simultáneamente culturalmente que se comparte, con la creación de la realidad social. Es la capacidad que tiene el sujeto para adecuarse a contextos diversos, para desarrollarse, recuperarse, hasta que llegue el final de su existencia. Este proceso circunscribe el futuro, y en este marco la ansiedad y los recursos que el sujeto emplea para convivir con la angustia.

#### B. Promoción de la salud

La promoción de la salud implica la transmisión de conocimientos y además la puesta en práctica de habilidades y capacidades de cada individuo para cambiar las condiciones sociales, económicas y ambientales para neutralizar el impacto nocivo en la salud de cada ser individual y de la colectividad.

### **2.1.3. Dimensiones de estilos de vida saludable**

El Ministerio de Educación (2005), considera:

#### A. Dimensión Biológica

A nivel etimológico, Biología se refiere al “estudio de la vida” y, en esta labor, estudia la información genética que las personas contienen en sus genes, información que puede salvaguardar o beneficiar el surgimiento de enfermedades. Este componente se encuentra esencialmente en el plano observable, es decir en lo visible y evaluable, no obstante, es en forma indirecta se percibe mediante sentidos; generalmente exige el uso de instrumentos, para tener una mejor precisión de las mediciones.

Como conceptos asociados a la dimensión biológica tenemos:

##### a) Salud:

La OMS., señala que “la salud es el estado de bienestar que a nivel físico, social y mental se experimenta” (OMS, 2005, p. 48). A esta conceptualización un estudioso adicionó que, a la conceptualización expuesta por la OMS, debería incorporarse “y en armonía con el ambiente”.

En el libro "Los límites de la medicina", Harvard e Illich (1976), consideran que "la salud distingue un proceso relacionado a la adaptación que constituye el resultado de una reacción en forma automática y simultáneamente culturalmente que se comparte, con la creación de la realidad social". Es la capacidad que tiene el sujeto para adecuarse a contextos diversos, para desarrollarse, recuperarse, hasta que llegue el final de su existencia. Este proceso circunscribe el futuro, y en este marco la ansiedad y los recursos que el sujeto emplea para convivir con la angustia.

#### b) Ejercicio físico

Ortega y Pujol (1997) señalan que el adiestramiento denominado físico se refiere a la realización de movimientos del cuerpo realizado en forma repetida, con el propósito de mejorar la salud o recuperarla. Además, este necesario puntualizar que este tipo de ejercicio tiene como propósito esencial mejorar la capacidad de movilización y favorecer el desarrollo físico – motor de la persona, por ese motivo es importante que se realice en forma regular, porque además se ha comprobado que ayuda en la prevención de enfermedades. Es necesario además llamar la atención que su práctica debe ser periódica y mesurada, sin sobre exigirse, porque puede causar efecto contrario. De esta manera obtendremos buenos resultados, por la relación que existe entre el cuerpo y el desarrollo biológico y psicológico de las personas.

Además, existen autores que aseveran que realizar actividad física o algún tipo de movimiento del cuerpo, que signifique la ejercitación de los músculos o del sistema ósea, genera desgaste de energía (OPS, 2006).

De lo expuesto, se entiende que la actividad o ejercicio físico, implica el movimiento del cuerpo y exige un trabajo muscular que requiere más energía de lo habitual. Entre este tipo de actividades destaca, por ejemplo: Caminar, bailar, sembrar, trotar, entre otras. Generalmente cuando se refiere al ejercicio físico, se relaciona con actividades que benefician a la salud de la persona (HHS, 2008).

Entre los beneficios se destacan:

- Mejora la vitalidad, suministrando mayor energía.
- Permite enfrentar al estrés, ansiedad y depresión.
- Aumentar o mejora la autoestima y autoimagen.
- Fortalece los músculos y la resistencia a la fatiga.
- Quema calorías, apoyando a la persona en la pérdida de sobrepeso.
- Favorece el sueño.
- Promueve estilos de vida adecuados.
- Impulsa una mejor respuesta sexual.
- Fortifica el sistema respiratorio y circulatorio.
- Estimula la liberación de endorfinas, denominadas “hormonas de la felicidad”.

#### c) Alimentación y Nutrición

Estos conceptos se emplean a modo de sinonimia, pero a pesar de este uso popular, son diferentes, debido a que la nutrición se refiere a los diversos nutrientes que conforman los alimentos y que se relaciona con la diversidad de fenómeno que en forma no voluntaria se presentan uno tras otro, en el proceso de ingestión de los alimentos; esto se refiere a la digestión, absorción (paso a la sangre, a partir del conducto digestivo de los diversos nutrientes), así como la asimilación de éstos por parte de las celular de los organismos.

De lo señalado, se aprecia que la alimentación está conformada por el conjunto de acciones que voluntaria y conscientemente realiza el sujeto y que va dirigido a la selección, preparación, así como la ingesta de los alimentos, los cuales tienen relación con el medio social y cultural, además de económico, que van a determinar los diversos hábitos dietéticos, conjuntamente con los estilos de vida de un sujeto o población.

#### d) Higiene

Son los conocimientos y técnicas que las personas utilizan para controlar o amenguar los elementos que pueden afectar a su salud. La higiene es un concepto esencial que se relaciona con el aseo, así como la limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

##### \* Instalaciones sanitarias móviles

Tanto en los centros educativos, ambientes de trabajo y hogar, debe disponerse de la cantidad de agua potable necesaria y suficiente, que sea de fácil acceso. Además, debe contarse con vestuarios, lavaderos, duchas en buen estado y zonas de descanso.

##### \* Higiene bucodental

Esta higiene es muy importante para la salud de las personas, por cuanto una inadecuada higiene dental genera la proliferación de una placa bacteriana que afecta al esmalte de los dientes y las encías. De esta manera se puede formar sarro, halitosis, gingivitis, caries, entre otras afecciones bucodentales.

De las afecciones descritas, la mejor forma de prevención es la realización de una buena higiene dental y visitar periódicamente al odontólogo o estomatólogo. Además, es muy importante evitar el consumo de alimentos que posean un alto potencial cariogénico, como los azúcares, glucosa, sacarosa, etc.

Entre las recomendaciones para mantener sanos nuestros dientes y encías se encuentra el cepillado, el cual debe realizarse en relación a los 3 momentos de consumo de los alimentos principales (debemos evitar el cepillado excesivo.). el uso de hilo dental, para limpiar los espacios interdentario (una vez al día) y el enjuague, el cual es útil para combatir la actividad de las bacterias que se alojan en la boca.

## B. Dimensión Psicológica

Avellaneda (2005) expone que los estilos relacionados con la vida se relacionan con los estados psicológicos que tienen los sujetos. En este sentido la psicología como ciencia que estudia el comportamiento o conducta humana, estudia los fenómenos psíquicos como la atención, motivación, inteligencia, personalidad, entre otros. Además, el estudio de esta dimensión sirve para encontrar la asociación que tiene con lo biológico, por cuanto las emociones y afecciones, que el ser humano experimenta, influyen en su salud.

### a) La personalidad saludable

En la cultura griega, no se conocía sobre virus o bacterias, pero los estudiosos de esa época señalaban el papel esencial que jugaba la personalidad y sus características, como causa de las enfermedades.

En este sentido, podemos señalar que Galeno, señalaba el vínculo estrecho que existía entre la melancolía y la proliferación del cáncer de mama, enfatizando que esta enfermedad se debe estudiar o diagnosticar holísticamente.

Otro filósofo destacado de esta cultura es Platón, quien señalaba la importancia de tener un cuerpo sano, la cual se relacionaba con la mente sana, de esta manera enfatiza en la relación entre cuerpo y mental, asociándolos y prescribiendo que un cuerpo sano predispone una mente sana y que a su vez una mente saludable, es fundamental para un buen estado corpóreo.

En la actualidad los chinos con su medicina oriental, han profundizado en el estudio sobre esta relación psicosomática, postura que también ha sido asumida por la medicina occidental, apreciándose que se reconoce la necesidad de abordar un problema de salud, a través de un enfoque holístico que permita comprender a cabalidad un mal y tratarlo en su totalidad, atendiendo los diversos factores que esta relación amerita.

## b) Necesidades Psicológicas

Estas necesidades, son de gran importancia, pues no solamente considera los procesos cognoscitivos de la persona, sino y especialmente los afectivos y emocionales, los cuales son esenciales para un adecuado bienestar de la persona. En este marco de ideas, los diversos investigadores, desde Sigmund Freud, hasta los humanistas han destacado la importancia de la dimensión psicológica, la cual influye como elemento energizando de la actividad humana y factor determinante en la salud física.

Avellaneda (2005), asevera que esta clase de sujetos "toda la vida sigue desplegando una fuerza, canalizando intereses y produciendo motivaciones tendientes a la satisfacción de dichas necesidades, donde el individuo debe lograr gratificaciones que sirvan de sustituto. En una palabra, debe lograr la satisfacción de sus necesidades simbólicamente".

El psicólogo Fromm enuncia que las necesidades de índole psicológico tienen su génesis en la naturaleza humana que debe ser satisfecha de una manera u otra y que es necesaria para que el ser humano no se enferme, además señala que las necesidades fisiológicas son esenciales para la existencia de la persona.

Entre las necesidades psicológicas, más importantes destacan:

Necesidad de ser uno mismo: Se refiere a la insuficiente de sentir el respeto como correspondencia a la dignidad de la persona Stern (citado por Dorsch, 2002).

- Necesidad de ser uno mismo: Relacionado con la escasez de sentir el respeto que se debe a toda persona.

- Necesidad de afirmación personal: Es decir la necesidad de pensar, sentir y hacer por nosotros mismos.

- Necesidad de realizarse: Resalta la necesidad que tiene la persona de avanzar psicológicamente, de desenvolverse en las diversas dimensiones (física, psicológica, social, valorativa y espiritual).

- Necesidad de amar: Este tipo de necesidades se manifiesta a través de la expresión del afecto, de ser magnánimo, de solidarizarse con otros sujetos para sentirse realizado.

- Necesidad de ser querido: Es una necesidad universal que tenemos todas las personas de ser estimados y queridos, así como ser valorados y considerados.

- Necesidad de seguridad: Relacionado a la necesidad que tienen los sujetos de que se consideren valiosos y que tengan confianza en los otros.

- Necesidad de comunicación: Se refiere a la necesidad de tener contacto con otras personas y de fijarse en el otro (sin el cual no hay "yo"), de relacionarse con los demás.

- Necesidad de libertad: Nace del deseo de ser libres a nivel interno (frente a esclavitudes psicológicas) y libres frente externamente (ante la manipulación de otros).

- Necesidad de ser fecundos: No sólo hay fertilidad biológica; hay también fecundidad intelectual, afectiva, social, espiritual.

- Necesidad de valer por sí mismo: Es la necesidad de la persona, por medio de la cual busca independizarse de valores externos con el dinero, poder y otros, enfatizando en su valor intrínseco.

- Necesidad de valer para alguien: Es la necesidad de sentirnos importantes para otros, ser necesarios, es decir ser trascendentes para otras personas.

### c) El afecto

Lorenzo (2006), expone que los afectos se constituye en un proceso necesario para los seres humanos y que es comprensiva que las personas lo necesiten por la importancia que tiene, aunque los estudiosos de este proceso no han logrado elaborar una explicación suficiente sobre él. Lo que sí coinciden es en la relevancia que tiene en la conducta y motivación humana, explayándose en su comprensión y necesidad, de esta manera la naturaleza

del afecto lo encuentran en la supervivencia y necesidad de salud de los seres humanos y está comprobado su eficacia para un adecuado desarrollo socio emocional...

#### d) La autoestima

La autoestima es el resultado de la evaluación que las personas tiene de sí mismo y que se desarrollando en forma gradual, desde el nacimiento hasta su consolidación en la edad adulta. Esta construcción depende de condiciones intrínsecas y extrínsecas, enfatizando en el aspecto social, afectivo y emocional de las personas. Si bien es cierto tiene relación con la valoración que la persona tiene así misma, implica también la consideración y aprecia hacia las demás personas (Coopersmith, 1995).

La autoestima se considera además como un proceso aprendido, producto del resultado de una diversidad de interacciones de la persona con su medio y consigo mismo, que tiene como base las relaciones de la persona con su entorno familiar, social y escolar (Calero, 1997).

#### ¿Cómo se desarrolla la autoestima?

Respecto al desarrollo de la autoestima, ésta se asocia a las clases de experiencias que de carácter negativo o positivo tiene una persona, en función de las interacciones que mantiene con su entorno, conjuntamente con la capacidad que tiene para autovolararse.

En este marco, es importante considerar tres aspectos esenciales.

- ¿Quién soy?. La respuesta a esta interrogante estará en función de las experiencias que tiene el estudiante o cualquier sujeto, para identificar sus fortalezas y debilidades y construir una imagen personal de las diversas dimensiones de su desarrollo, incidiendo en la valoración de sus capacidades y potencialidades.

- ¿Qué tengo?. Esta interrogante es importante, en la medida que permite que los docentes puedan seleccionar y utilizar estrategias que generen la participación de los educandos, en relación a su entorno próximo social, que fomente el desarrollo de su esfera afectiva y emocional, así como el sentido de pertenencia y seguridad, haciéndolo reflexionar sobre la importancia que tiene la familia, escuela y amigos de su medio, en quienes debe confiar y solicitar apoyo o ayuda, cuando lo necesite.

- ¿Qué puedo?. La respuesta a esta interrogante es importante enfatizar en el estudiante, teniendo el docente la función de sistematizar y utilizar estrategias que generen la reflexión del estudiante, para reforzar o impulsar el fortalecimiento de las capacidades y potencialidades del educando, dejando en un segundo plano la identificación de sus debilidades. En este sentido es necesario que el educando reconozca y valore sus logros, los cuales le permitirán fortalecer el desarrollo de su autoestima.

### C. Dimensión Ambiental

Bazán (2009). A pesar de que el término “ambiente” se emplea generalmente para referirse a los fenómenos ecológicos y naturales, cuando hablamos de esta dimensión estamos hablando de los diversos factores procedentes del exterior, relacionado con la persona humana, usualmente, carece de control. Es conocido que el contexto influye en el comportamiento humano, afectando incluso las dimensiones biológicas y psicológicas, por ese motivo cuando referimos la dimensión ambiental, incorporamos además ese entorno social y por antonomasia el aspecto ecológico o denominado medio ambiental.

#### a) El aspecto social

Papalia y otros (2004), en el apogeo de la psicología social, afirman que “los seres humanos son criaturas sociales desde que nacen hasta que mueren, y que es imposible comprendernos sin comprender cómo actuamos y reaccionamos frente a los demás”. Además refiriéndose al porqué actuamos de una u otra manera, sostienen que: “Las normas tienen capacidad tanto para

potenciar como para restringir el comportamiento. Facilitan el funcionamiento de los grupos de personas, de manera que, una vez que ha aprendido usted las normas propias de su cultura, sabe cómo comportarse en muchas situaciones diferentes”.

Por lo tanto, en referencia a la perspectiva integral, es sustancial tener presente los estilos de vida como componentes de la dimensión social, conformada por tres aspectos fundamentales: el material, el ideológico y el social.

- En lo material, los estilos de vida, tiene por característica expresiones propias de la cultura material: vivienda, alimentación, vestido.

- En lo social, tiene relación con las disposiciones u organización social, tipos de familia, grupos de parentesco, conformación de redes sociales, sistemas de soporte como las instituciones y asociaciones.

- En el plano ideológico, se plasman mediante las ideas, creencias y valores que establecen las contestaciones o actuaciones a los diversos eventos de la existencia.

Las instituciones educativas tienen la responsabilidad de implementar las condiciones necesarias para favorecer el desarrollo de estilos de vida que sean saludables para las personas que integran la comunidad educativa.

La escuela debe dirigirse ante todo a la personalidad entera del niño y debe convertirse en un medio educativo favorable para su desarrollo. Psicología y pedagogía están íntimamente ligadas. El niño lleva a la escuela no sólo sus características de su ser biopsicológico, sino también las consecuencias de sus condiciones materiales y sociales de su existencia (Papalia & otros, 2004).

Teniendo en cuenta lo señalado por Alava, los estilos de vida, deben ser parte del contexto social, cultural y político, con los cuales se relacionan, debiendo estar en relación con la condición de desarrollo de la persona humana, en el marco de la sociedad y buscando la mejora de la calidad de vida.

Estos estilos de vida, no solamente se deben encontrar en el plano biológico, sino que debemos aplicar su concepción buscando lograr el bienestar psicológico, social y espiritual, porque estas dimensiones son parte del desarrollo humano. De esta forma referirnos a estilo de vida que sea saludable significa tener en cuenta los procesos sociales, los diversos hábitos y conductas que hemos asumido, los comportamientos que tienen las personas y las políticas que se desarrollan y que favorecen a satisfacer las necesidades humanas y lograr el bienestar de la población y mejora de la calidad de vida.

#### b) El aspecto ambiental

La Cooperación para el Desarrollo Económico (OCDE), en una publicación realizada el 4 de marzo del año 2008, nos prescribe que "la contaminación del aire va a tener efectos crecientes sobre la salud a nivel mundial"; y que actualmente estamos haciendo poco o nada para cambiar o reparar esta situación, agrega además que de seguir esta situación en el año 2030 "el número de fallecimientos prematuros relacionados con el ozono troposférico se multiplicará por cuatro."

Esta publicación nos hace reflexionar sobre el daño que la humanidad le está causando al ambiente, al cual lo estamos contaminando, deteriorando y destruyendo, en un nivel acelerado de degradación que afecta a los diversos ecosistemas, así como la biodiversidad de la flora y fauna. Es necesario llamar la atención de que la tierra, nuestro planeta, es nuestra casa y al destruirlo, nos estamos destruyendo nosotros mismos. El rol que desempeñemos cada uno de nosotros, por ende, es fundamental, si es que queremos que se revierta este proceso destructivo y podamos conservar un planeta que sea habitable para nosotros y las generaciones venideras.

Como prueba del daño severa que estamos causando al ambiente, apreciamos en la actualidad las inexplicables variaciones climáticas en diversas regiones de nuestro país y el mundo, producto de la negligencia de hombres y gobiernos, quienes nos exponen a estos peligros por sus ensayos nucleares o atómicos que realizan. En este marco es importante puntualizar que si queremos tener un estilo de vida, considerado como saludable es imperativo disminuir la contaminación del agua, así como del suelo y aire, de lo contrario nos estaremos envenenando y autodestruyéndonos, en forma pasiva, por lo tanto la contaminación ambiental no solamente demanda nuestra atención, sino que también exige acción.

Finalmente es importante señalar que los seres humanos, tenemos el derecho de explotar, investigar y desarrollarse, aprovechando los recursos que la madre naturaleza le brinda, para satisfacer sus necesidades, pero este aprovechamiento debe realizarse en una forma racional, sin depredar nuestro planeta y respetándolo, tal como lo realizaban nuestros incas, que consideraban que la tierra era su madre y los demás elementos parte de su origen (origen totémico), por lo tanto se debe utilizar tecnologías limpias o aquellas que eviten causar daño severo al ambiente, de lo contrario el daño que causemos, tarde o temprano, nos pasará la factura.

## **2.2. Marco conceptual**

**2.2.1. Competencia científica- Se** refiere a la capacidad y actitud que tiene la persona, para emplear los conocimientos científicos y hacer uso del proceso de investigación científica, con el propósito de explicar el mundo físico, actuando en contextos reales. En este marco se genera el concepto asociado de responsabilidad, que significa realizar una reflexión profunda sobre la importancia que tienen los conocimientos de la ciencia y su aplicación práctica en la solución de problemas cotidianos.

**2.2.2. Dimensión biológica.** - Hace referencia a la realidad de la persona en tanto que es un organismo pluricelular, poseedor de un cuerpo que se desarrolla y madura sometido a la realidad física. Cuando el hombre es consciente que es el único responsable de su propia biología, es decir del funcionamiento de su cuerpo, puede asumir que no culpará a nadie del cuidado o deterioro del mismo. Solo él tiene la obligación de cuidarlo, nutrirlo, asearlo, etc.

**2.2.3. Dimensión psicológica.**- Esta dimensión se relaciona con los procesos derivados de la actividad del sistema nervioso. La actividad más antigua es sin lugar a dudas la *percepción*. Percibir es sentir, es darse cuenta de *la presencia* de algún factor físico, biológico o químico, como sentir el calor, la presión sobre el cuerpo, la luz, o el dolor. Es decir, notar la presencia de algo, porque la percepción se presenta en un determinado tiempo, evidenciando el presente.

**2.2.4. Dimensión ambiental.-** Consiste en el desarrollo articulado entre la diversidad de ecosistemas, la persona humana y su ambiente en el mismo territorio, de tal modo que se puedan desarrollar los objetivos de orden social, económico y cultural, sin afectar a la naturaleza.

**2.2.5. Escuelas limpias.-** Se denomina “Escuelas Limpias”, al espacio escolar en el que se propugna el desarrollo de la conciencia ambiental, que pone en práctica valores, actitudes y participación favorables al ambiente, todo esto está orientado al logro de un desarrollo sostenible. De esta forma se busca que los escolares adquieran mayores conocimientos y habilidades que les permita darle un sentido práctico a su voluntad y compromiso de protección y defensa de su salud y de la salud colectiva.

**2.2.6. Estilos de vida.-** García y otros (2012), consideran que el estilo de vida son las actuaciones que contribuyen o aportan a mantener una buena salud o que crean riesgos para la salud. Por lo tanto, constituyen la interacción entre las situaciones de vida y los modelos individuales de comportamientos

asumidos, determinados por los factores de tipo social y cultural, así como por las peculiaridades individuales de cada persona y determinado por una estructura social, normas, valores actitudes, hábitos y conductas personales.

Los estilos de vida tienen relación con la ingesta de alimentos, de cigarrillos pero además considera los cuadros de riesgos que puede generar una vida sedentaria y que generalmente afecta la salud de las personas. Se considera que una mala alimentación o una vida sedentaria son fuente o insumos para la presencia de enfermedades que pueden afectar la salud de la persona y generar enfermedades de diversos tipos (Koesuka, 2006)

**2.2.7. Estilos de vida saludable.-** Son las actividades de una persona, comunidad, familia o sociedad realiza cotidianamente y con determinada frecuencia con la finalidad de garantizar una vida equilibrada. Así mismo, son las prácticas que reduce el riesgo de enfermarse o morir a una edad temprana y que permite al ser humano disfrutar plenamente y con responsabilidad de la vida, porque la salud no solamente es la ausencia de enfermedades, sino que además se relaciona con la salud física, mental, así como el bienestar social (García y otros, 2012).

**2.2.8. Interactividad.-** Proceso de relación entre personas y objetos de su entorno. La esencia de la interactividad reside en la conversación que se establece en dos direcciones: receptor – emisor, así como el grado en que la comunicación debe superara a ésta. Es importante señalar que la comunicación entre sujetos o individuos se denomina interacción, no interactividad; teniendo en cuenta que para que se considere interactividad, la comunicación entre los sujetos o personas, debe intermediar un sistema de comunicación.

**2.2.9. Programa educativo.-** Es un procedimiento que considera una acción orientada hacia la obtención de un objetivo o meta. Un programa educativo conforma un instrumento de índole curricular, que permite la organización, de las actividades educativas, para orientar al profesor en el ejercicio de su práctica educativa, en relación a los propósitos a alcanzar, conductas que

deben mostrar los educandos, las diligencias y conceptos a desarrollar, al igual que las estrategias y recursos a utilizarse con este propósito.

**2.2.10. Programa “Escuelas limpias”.-** El Programa Educativo “Escuelas limpias”, es un instrumento curricular, organizado, sistematizado y secuenciado con el propósito de promover la formación de ciudadanos (as) éticos y responsables, con razonamientos objetivos que les permita tomar decisiones asertivas sobre su plan de vida y salud, orientado hacia su bienestar integral: físico, psíquico y social, promoviendo el desarrollo de la conciencia ambiental, la práctica responsable y comprometida del cuidado de la salud a nivel individual y social, de manera sostenible.

**2.2.11. Salud.-** La OMS (1956), conceptualiza la salud a manera de: “El estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedad”. De acuerdo con esta conceptualización hay tres factores importantes, físico, mental y social y el equilibrio que el ser humano mantenga de estos tres factores indican la buena o mala salud. Estos factores deben ser asumidos con responsabilidad y de manera equilibrada no solo para decir que no se tiene ninguna enfermedad, sino que se expresa en una longevidad mayor.

**2.2.12. Secuencia didáctica.-** Son la sucesión de actividades que tienen como propósito enseñar un contenido de tipo educativo. Tiene características de linealidad, temporalidad y clásicamente se divide en tres momentos: Inicio, proceso y cierre.

### 2.3. Identificación de dimensiones

VARIABLES	DIMENSIONES
Programa “Escuelas limpias”	<ul style="list-style-type: none"><li>• Secuencia didáctica</li><li>• Competencia científica</li><li>• Interactividad</li></ul>

VARIABLES	DIMENSIONES
Estilos de vida saludable	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dimensión biológica</li> <li>• Dimensión psicológica</li> <li>• Dimensión ambiental</li> </ul>

## 2.4. Formulación de hipótesis

### 2.4.1. Hipótesis general

El Programa “Escuelas limpias”, en forma significativa en la mejora de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

### 2.4.2. Hipótesis específicas

H<sub>1</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, en forma significativa en la mejora de la dimensión biológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

H<sub>0</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, no influye en la mejora de la dimensión biológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

H<sub>2</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, en forma significativa en la mejora de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

H<sub>0</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, no influye en la mejora de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de

educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

H<sub>3</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, en forma significativa en la mejora de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

H<sub>0</sub>: El Programa “Escuelas limpias”, no influye en la mejora de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad - 2018.

## **2.5. Variables**

### **2.5.1. Definición operacional**

#### **Programa “Escuelas limpias”**

Conjunto de actividades sistematizadas que considerando la importancia de la vida y la salud, se sustenta en la formación de ciudadanos (as) éticos y con responsabilidad social y ambiental, con capacidad de discernimientos, que les permitan tomar decisiones asertivas respecto a su proyecto de vida y salud, encausado hacia el bienestar integral: Biológico, psicológico y social, promoviendo el desarrollo de la conciencia ambiental y la práctica responsable y comprometida con la preservación de la salud individual y colectiva de manera sostenible.

para la operacionalización de esta variable se ha considerado las dimensiones: Secuencia didáctica, competencia científica y la interactividad.

#### **Estilos de vida saludable**

Conjunto de actividades que una persona, comunidad, familia o grupo social realiza cotidianamente y con determinada frecuencia con la finalidad de garantizar una vida equilibrada.

Así mismo, son las prácticas que reduce el peligro de enfermarse o fenecer a una edad temprana y que permite al ser humano disfrutar plenamente y con responsabilidad de la vida, debido a que la salud no solamente es la falta de enfermedades, sino que también la salud se refiere al aspecto físico, mental, así como al bienestar social.

La OMS (2014)., lo precisa como el discernimiento que realiza la persona sobre su existencia y el sentido que tiene, relacionado con el contexto cultural, los sistemas de valores en los cuales se ha formado y los propósitos y expectativas que posee.

Esta variable se evaluará a través de una encuesta, empleando como instrumento el cuestionario de estilo saludable, que evaluó las dimensiones: Dimensión biológica, dimensión psicológica y la dimensión ambiental.

### 2.5.2. Operacionalización de variables

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONE	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTOS
Programa "Escuelas limpias"	Conjunto de actividades sistematizadas que considerando se sustenta en la conformación de ciudadanos y ciudadanas éticos y responsables, con criterios claros que les posibiliten tomar decisiones asertivas sobre su proyecto de vida y salud, orientado hacia su bienestar integral: físico, psíquico y social	Conjunto de actividades sistematizadas que considerando la Secuencia didáctica, competencia científica e interactividad. Promueve el desarrollo de la conciencia ambiental y la práctica responsable y comprometida del cuidado de la salud individual y colectiva de manera sostenible.	Secuencia didáctica  Competencia científica  Interactividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formula interrogantes a partir de la identificación de los probables factores que intervienen sobre un hecho o fenómeno.</li> <li>• Propone hipótesis con conocimientos científicos relacionados al cuidado de la salud.</li> <li>• Plantea una sucesión de acciones y las sustenta para validar la relación entre el factor y el hecho.</li> <li>• Recoge datos cualitativos y/o cuantitativos de sus observaciones y experimentaciones.</li> <li>• Comunica sus conclusiones oralmente, a través de dibujos o gráficos simples</li> <li>• Propone transformaciones para optimizar el proceso de investigación, a partir de las dificultades focalizadas.</li> </ul>	ORDINAL  Muy bueno  Bueno  Regular  Malo	Cuestionario de evaluación del Programa "Escuelas limpias"

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONE	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTOS
Estilos de vida saludable	Es el conjunto de actividades que una persona, comunidad, familia o grupo social realiza cotidianamente y con determinada frecuencia con la finalidad de garantizar una vida equilibrada. Así mismo, son las prácticas que permite al ser humano disfrutar plenamente y con responsabilidad de la vida (García y otros, 2012).	Esta variable se operacionaliza, mediante sus dimensiones como con la dimensión biológica, psicológica y ambiental.  Para su evaluación se empleará una escala valorativa.	Dimensión biológica  Dimensión psicológica  Dimensión ambiental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud.</li> <li>• Ejercicio físico.</li> <li>• Alimentación y Nutrición.</li> <li>• Higiene</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalidad saludable</li> <li>• Necesidades Psicológicas</li> <li>• El afecto</li> <li>• La autoestima</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El aspecto social</li> <li>• El aspecto medioambiental</li> </ul>	ORDINAL  Muy bueno  Bueno  Regular  Malo	Cuestionario de estilos de vida saludable

## **Capítulo III:**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo de estudio**

##### **3.1.1. Tipo de investigación**

Según Fiallo y otros (2008), existe diversos tipos o clases de investigación, los cuales se han agrupado, en relación a criterios de clasificación, pero que bien podríamos aglutinarlos en dos grandes enfoques debidamente establecidos: La investigación cuantitativa y la investigación cualitativa. En este sentido, el tipo de investigación del presente estudio es la investigación cuantitativa, la cual tiene como objetivo el establecer relaciones de causa – efecto que presuman una explicación sobre el objeto de indagación, tomando muestras que sean representativas de la población, utilizando la estadística para analizar los datos. Este tipo de investigación enfatiza en el empleo del método hipotético – deductivo (Fiallo & Otros, 2008).

Para Sánchez y Reyes (2006), los tipos de indagación (según la finalidad), son básica, aplicada, sustantiva e innovación tecnológica. En estudio que se realizará según este autor se trata de una investigación aplicada, la cual tiene por finalidad fundamental la resolución de problemas prácticos contiguos en orden a mejorar las condiciones del proceso didáctico y de optimizar la calidad de la educación. El objetivo de aportar conocimiento hipotético es un aspecto secundario.

##### **3.1.2. Nivel de investigación**

Según Polit y Hungler (1985), el nivel de investigación teniendo en cuenta el control de las variables, es la investigación experimental, la cual indaga sobre las relaciones de causa – efecto que se establecen, empleando la metodología experimental con el propósito de establecer el control de los fenómenos. En este tipo de indagación el científico tiene un rol activo: introduce un estímulo y después de observar las consecuencias, elabora las conclusiones de su trabajo, producto de la verificación de la hipótesis formulada (Polit &

Hungler, 1985). La finalidad de este tipo de investigación es de generar o producir cambios deseados, para mejorar una situación problemática.

### 3.2. Métodos de investigación

En el desarrollo de la presente investigación se recurrió al Método Hipotético - Deductivo, el cual procede de una verdad general hasta llegar al conocimiento de verdades particulares o específicas. Lo típico de el método deductivo es la argumentación deductiva, que se compone de dos premisas, una universal y la otra particular, de donde se deduce una conclusión obtenida por la referencia de la premisa universal a la particular.

El Método Hipotético Deductivo conduce a las investigaciones cuantitativas, lo que implica que de una teoría general se deriven ciertas hipótesis, las cuales posteriormente son probadas contra observaciones del fenómeno en la realidad (Hernández y otros, 2016).

El Método Hipotético Deductivo tuvo incidencia en el desarrollo de este estudio; los planteamientos teóricos presentados en este documento fueron las bases para realizar la investigación, proporcionando información sobre el problema estudiado: los estilos de vida saludables en los estudiantes del nivel primaria.

### 3.3. Diseño de investigación

El diseño de investigación empleado es el diseño cuasi experimental de dos grupos con pre - test y post- Test., el mismo que se esquematiza como sigue:

GRUPO	PRE-TEST	ESTÍMULO	POST-TEST
G.E	01	X	02
GC	03	-	04

**Donde:**

G. E. : Grupo de estudio

G.C. : Grupo control

O1 O3 : Pre-test aplicado al grupo experimental y control

O2 O4 : Post-test aplicado al grupo experimental y control.

X : Variable de estudio.

### **3.4. Población y muestra**

#### **Población**

La población del presente estudio estuvo conformada por la totalidad de estudiantes del segundo grado de primaria, matriculados en el año 2018, en la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olives”, de la ciudad de Chepén.

El total de estudiantes que conforman la población es de 90 educando y su distribución se visualiza en el cuadro que se adjunta:

**CUADRO N° 01**

Población: Estudiantes del 2 ° grado de educación primaria de I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”

INSTITUCIÓN EDUCATIVA	GRADO	SECCIÓN	N° ESCOLARES		TOTAL
			H	M	
I.E. N° 80382 “Carlos a. Olivares	2°	A	15	15	30
		B	15	15	30
		C	15	15	30
<b>TOTAL</b>			44	45	90

Fuente: Nóminas de Matrícula 2018 I.E. N° 80382.

Elaboración: Investigadoras.

**Muestra**

La muestra seleccionada para esta indagación, está conformada por los educandos matriculados en el 2° grado “B” y “C”, nivel primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de Chepén, en el año 2018

**CUADRO N° 02**

Muestra: Estudiantes del 2 ° grado “B” y “C”, del nivel primaria de la .E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”

GRADO	GRUPO	SECCIÓN	N° ESCOLARES		TOTAL
			H	M	
2°	EXPERIMENTAL	B	15	15	30
	CONTROL	C	15	15	30
<b>TOTAL</b>			30	30	60

Fuente: Nóminas de Matrícula 2018 I.E. N° 80382

Elaboración: Investigadoras.

### 3.5. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

#### 3.5.1. Técnicas

- **La encuesta.**- Técnica que permite tener información respecto a la variable dependiente, para realizar la medición respectiva.
- **Técnica de análisis.** - Mediante esta técnica se recolectarán datos de las dimensiones del Programa elaborado.

#### 3.5.2. Instrumentos

- **Cuestionario de evaluación de estilos de vida.**- Este cuestionario está compuesto por 20 ítems, que permiten evaluar las diversas dimensiones como son: Dimensión biológica (07 ítems), dimensión psicológica (07 ítems) y la dimensión ambiental (06 ítems) (Ver anexo N° 01).
- **Ficha de evaluación del programa “Escuela limpia”.** - Instrumento que permite la evaluación del programa elaborado, con sus dimensiones: Secuencia didáctica, competencia científica y la Interactividad (Ver anexo N° 02).

#### Validación y confiabilidad

Los instrumentos antes de ser aplicado fueron validados a través de la técnica de juicio de expertos, participando en este proceso profesionales de la salud y especialistas en investigación educativa y en ciencia y tecnología, con grado de magister. Los profesionales validadores fueron: Mg. Yrma Graciela Cruz Aranda, José Antonio Guillermo Bringas, y Doris Ludeña Pérez, respectivamente.

Respecto a la prueba de confiabilidad se desarrolló a través de la aplicación de una prueba piloto a 15 estudiantes de la sección de 2° grado “A” de esta Institución Educativa, los resultados fueron procesados y se calculó el coeficiente de Alfa de Cronbach, dando como resultado: 0, 897, lo cual nos indica que el instrumento elaborado es confiable.

### **3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para presentar los datos se emplearon tablas y figuras estadísticas.

Para realizar el análisis de los datos se empleó:

- A. Medidas de centralización: Se empleó el puntaje promedio, para conocer el puntaje promedio de las puntuaciones.
- B. Medidas de dispersión: Se utilizaron la desviación estándar, para conocer en qué medida los calificativos se concentran o dispersan, en relación a el puntaje promedio. Además, se utilizó el coeficiente de variación, que nos permitió conocer si el grupo de estudio era homogéneo o heterogéneo.
- C. Prueba estadística

Para seleccionar la prueba estadística, en primer lugar se verificó el supuesto de normalidad, se calculó el P – valor, teniendo en cuenta lo siguiente:

La prueba de Kolmogorov – Smirnov se utiliza cuando se trabaja con muestras grandes (> 50 individuos)

La prueba de Shapiro Wilk, se emplea cuando se trabaja con muestras pequeñas (< 50 individuos).

En el caso del presente estudio se está trabajando con 30 estudiantes por grupo, por lo tanto, se empleó Shapiro Wilk. considerando como criterios para determinar la normalidad.

- $P - \text{valor} = > \alpha$  Aceptar  $H_0$  = Los datos provienen de una distribución normal.
- $P - \text{valor} = < \alpha$  Aceptar  $H_1$  = Los datos NO provienen de una distribución normal.

**Tabla 5**

*Prueba de normalidad de Shapiro Wilk*

	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Grupo Experimental	,959	30	,289
Grupo control	,978	30	,773

En base a los resultados de la prueba de Shapiro-Wilk, nos indican que tanto los resultados de la significancia asintótica bilateral del grupo experimental, en el pre test (0,289), así como los resultados obtenidos por el grupo control, en el pre test (0,773), son mayores que el valor de significancia ( $\alpha = 0.05$ ), por lo tanto se acepta  $H_0$ , concluyéndose que, en ambos casos, los datos provienen de una distribución normal y debemos utilizar la prueba estadística t de Student (para muestras independientes).

#### D. Programa estadístico

Los datos fueron procesados utilizando el programa estadístico SPSS, versión 25.

### 3.7. Aspectos éticos

La información recepcionada de la escala valorativa y procesamiento de datos deberán ser de acuerdo a la realidad motivo de la investigación.

Los instrumentos de medición deben ser validados por lo menos por tres profesionales, los cuales llenaran sus respectivos formatos de validación con su respectiva firma y tipo de especialización.

## Capítulo IV:

### RESULTADOS

#### 4.1. Presentación y análisis de resultados

CUADRO N° 03

Puntajes y Desarrollo de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria (Grupo Experimental) de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018

N° de Orden	Dimensión biológica				Dimensión psicológica				Dimensión ambiental				ESTILOS DE VIDA SALUDABLE			
	Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test	
	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel
01	10	Bajo	15	Medio	11	Bajo	16	Medio	10	Bajo	14	Medio	31	Bajo	45	Medio
02	10	Bajo	16	Medio	9	Bajo	16	Medio	9	Bajo	15	Medio	28	Bajo	47	Medio
03	14	Bajo	22	Alto	12	Bajo	21	Medio	12	Bajo	20	Alto	38	Bajo	63	Alto
04	12	Bajo	18	Medio	12	Bajo	17	Medio	10	Bajo	17	Medio	34	Bajo	52	Medio
05	15	Medio	22	Alto	15	Medio	22	Alto	14	Medio	19	Alto	44	Medio	63	Alto
06	11	Bajo	16	Medio	11	Bajo	18	Medio	11	Bajo	15	Medio	33	Bajo	49	Medio
07	12	Bajo	15	Medio	12	Bajo	17	Medio	9	Bajo	14	Medio	33	Bajo	46	Medio
08	14	Bajo	18	Medio	15	Medio	19	Medio	11	Bajo	16	Medio	40	Bajo	53	Medio
09	10	Bajo	16	Medio	11	Bajo	17	Medio	10	Bajo	14	Medio	31	Bajo	47	Medio
10	16	Medio	19	Medio	13	Bajo	20	Medio	14	Medio	18	Medio	43	Medio	57	Medio
11	12	Bajo	16	Medio	12	Bajo	15	Medio	10	Bajo	14	Medio	34	Bajo	45	Medio
12	17	Medio	23	Alto	16	Medio	22	Alto	15	Medio	21	Alto	48	Medio	66	Alto
13	15	Medio	19	Medio	12	Bajo	20	Medio	12	Bajo	18	Medio	39	Bajo	57	Medio
14	9	Bajo	15	Medio	10	Bajo	16	Medio	9	Bajo	13	Medio	28	Bajo	44	Medio
15	11	Bajo	16	Medio	13	Bajo	17	Medio	12	Bajo	14	Medio	36	Bajo	47	Medio

<b>16</b>	14	Bajo	22	Alto	16	Medio	22	Alto	11	Bajo	19	Alto	41	Medio	63	Alto
<b>17</b>	12	Bajo	15	Medio	15	Medio	16	Medio	12	Bajo	14	Medio	39	Bajo	45	Medio
<b>18</b>	14	Bajo	18	Medio	15	Medio	17	Medio	13	Medio	17	Medio	42	Medio	52	Medio
<b>19</b>	11	Bajo	15	Medio	12	Bajo	15	Medio	12	Bajo	14	Medio	35	Bajo	44	Medio
<b>20</b>	12	Bajo	18	Medio	13	Bajo	16	Medio	10	Bajo	16	Medio	35	Bajo	50	Medio
<b>21</b>	16	Medio	22	Alto	15	Medio	22	Alto	14	Medio	20	Alto	45	Medio	64	Alto
<b>22</b>	17	Medio	23	Alto	16	Medio	22	Alto	15	Medio	21	Alto	48	Medio	66	Alto
<b>23</b>	18	Medio	22	Alto	17	Medio	21	Medio	14	Medio	21	Alto	49	Medio	64	Alto
<b>24</b>	12	Bajo	15	Medio	12	Bajo	15	Medio	12	Bajo	15	Medio	36	Bajo	45	Medio
<b>25</b>	15	Medio	18	Medio	15	Medio	16	Medio	13	Medio	17	Medio	43	Medio	51	Medio
<b>26</b>	16	Medio	22	Alto	12	Bajo	20	Medio	14	Medio	20	Alto	42	Medio	62	Alto
<b>27</b>	15	Medio	20	Medio	15	Medio	18	Medio	13	Medio	18	Medio	43	Medio	56	Medio
<b>28</b>	16	Medio	21	Medio	15	Medio	22	Alto	16	Medio	20	Alto	47	Medio	63	Alto
<b>29</b>	13	Bajo	16	Medio	15	Medio	17	Medio	14	Medio	15	Medio	42	Medio	48	Medio
<b>30</b>	17	Medio	21	Medio	16	Medio	18	Medio	15	Medio	19	Alto	48	Medio	58	Medio
<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>13.53</b>		<b>18.47</b>		<b>13.43</b>		<b>18.33</b>		<b>12.20</b>		<b>16.93</b>		<b>39.17</b>		<b>53.73</b>	
<b>S</b>	<b>2.50</b>		<b>2.89</b>		<b>2.10</b>		<b>2.50</b>		<b>2.02</b>		<b>2.60</b>		<b>6.13</b>		<b>7.75</b>	
<b>C.V.</b>	<b>18.48%</b>		<b>15.63%</b>		<b>15.60%</b>		<b>13.61%</b>		<b>16.59%</b>		<b>15.35%</b>		<b>15.65%</b>		<b>14.42%</b>	

**Nota:** Test de desarrollo de los estilos de vida saludable, aplicado en la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

**CUADRO N° 04**

**Puntajes y Desarrollo de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria (Grupo Control) de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018**

N° de Orden	Dimensión biológica				Dimensión psicológica				Dimensión ambiental				ESTILOS DE VIDA SALUDABLE			
	Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test		Pre Test		Post Test	
	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel	Ptje	Nivel
01	9	Bajo	12	Bajo	10	Bajo	14	Bajo	9	Bajo	11	Bajo	28	Bajo	37	Bajo
02	10	Bajo	13	Bajo	9	Bajo	15	Medio	10	Bajo	11	Bajo	29	Bajo	39	Bajo
03	14	Bajo	15	Medio	13	Bajo	18	Medio	12	Bajo	12	Bajo	39	Bajo	45	Medio
04	13	Bajo	16	Medio	12	Bajo	14	Bajo	13	Medio	15	Medio	38	Bajo	45	Medio
05	15	Medio	17	Medio	15	Medio	17	Medio	14	Medio	17	Medio	44	Medio	51	Medio
06	10	Bajo	10	Bajo	10	Bajo	13	Bajo	14	Medio	14	Medio	34	Bajo	37	Bajo
07	12	Bajo	12	Bajo	11	Bajo	15	Medio	13	Medio	14	Medio	36	Bajo	41	Medio
08	14	Bajo	15	Medio	14	Bajo	17	Medio	14	Medio	16	Medio	42	Medio	48	Medio
09	9	Bajo	11	Bajo	11	Bajo	12	Bajo	12	Bajo	13	Medio	32	Bajo	36	Bajo
10	15	Medio	16	Medio	14	Bajo	18	Medio	14	Medio	16	Medio	43	Medio	50	Medio
11	12	Bajo	15	Medio	13	Bajo	14	Bajo	10	Bajo	10	Bajo	35	Bajo	39	Bajo
12	20	Medio	22	Alto	17	Medio	22	Alto	16	Medio	19	Alto	53	Medio	63	Alto
13	14	Bajo	15	Medio	13	Bajo	14	Bajo	12	Bajo	13	Medio	39	Bajo	42	Medio
14	10	Bajo	12	Bajo	9	Bajo	14	Bajo	10	Bajo	11	Bajo	29	Bajo	37	Bajo
15	13	Bajo	15	Medio	12	Bajo	15	Medio	12	Bajo	14	Medio	37	Bajo	44	Medio
16	17	Medio	19	Medio	14	Bajo	16	Medio	13	Medio	15	Medio	44	Medio	50	Medio
17	13	Bajo	17	Medio	13	Bajo	14	Bajo	12	Bajo	15	Medio	38	Bajo	46	Medio
18	14	Bajo	16	Medio	14	Bajo	16	Medio	14	Medio	16	Medio	42	Medio	48	Medio
19	10	Bajo	11	Bajo	11	Bajo	13	Bajo	12	Bajo	13	Medio	33	Bajo	37	Bajo
20	13	Bajo	14	Bajo	12	Bajo	14	Bajo	12	Bajo	14	Medio	37	Bajo	42	Medio
21	17	Medio	18	Medio	15	Medio	16	Medio	15	Medio	16	Medio	47	Medio	50	Medio
22	17	Medio	18	Medio	15	Medio	16	Medio	16	Medio	17	Medio	48	Medio	51	Medio
23	18	Medio	19	Medio	18	Medio	19	Medio	14	Medio	15	Medio	50	Medio	53	Medio
24	11	Bajo	12	Bajo	10	Bajo	13	Bajo	12	Bajo	13	Medio	33	Bajo	38	Bajo
25	14	Bajo	15	Medio	14	Bajo	16	Medio	14	Medio	15	Medio	42	Medio	46	Medio
26	15	Medio	17	Medio	11	Bajo	14	Bajo	14	Medio	14	Medio	40	Bajo	45	Medio
27	16	Medio	18	Medio	13	Bajo	15	Medio	13	Medio	14	Medio	42	Medio	47	Medio
28	17	Medio	18	Medio	15	Medio	18	Medio	16	Medio	17	Medio	48	Medio	53	Medio

29	12	Bajo	15	Medio	14	Bajo	17	Medio	13	Medio	15	Medio	39	Bajo	47	Medio
30	17	Medio	20	Medio	16	Medio	18	Medio	17	Medio	18	Medio	50	Medio	56	Medio
$\bar{x}$	<b>13.70</b>		<b>15.43</b>		<b>12.93</b>		<b>15.57</b>		<b>13.07</b>		<b>14.43</b>		<b>39.70</b>		<b>45.43</b>	
<b>S</b>	<b>2.88</b>		<b>2.93</b>		<b>2.27</b>		<b>2.18</b>		<b>1.91</b>		<b>2.16</b>		<b>6.58</b>		<b>6.53</b>	
<b>C.V.</b>	<b>21.01%</b>		<b>19.00%</b>		<b>17.58%</b>		<b>13.98%</b>		<b>14.62%</b>		<b>14.97%</b>		<b>16.57%</b>		<b>14.37%</b>	

**Nota:** Test de desarrollo de los estilos de vida saludable, aplicado en la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

#### 4.1.1. Resultados en tablas y figuras

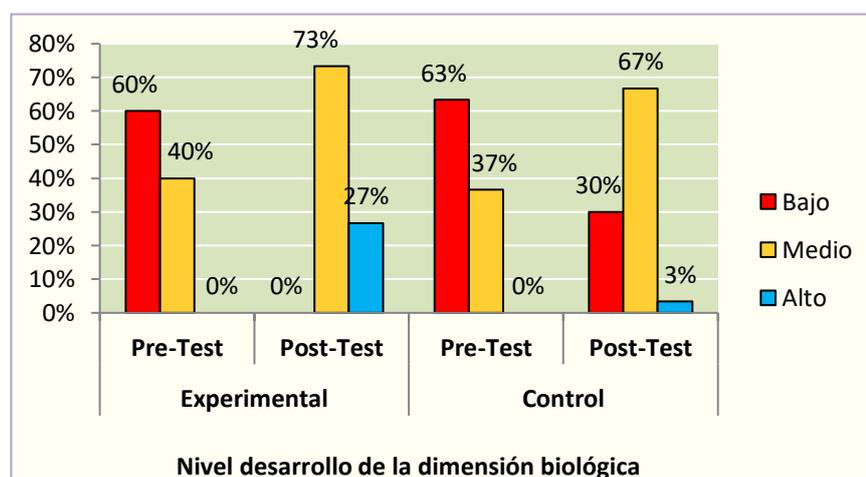
Tabla 1

*Desarrollo de los estilos de vida saludable, en la dimensión biológica, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018*

Dimensión biológica	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	0	0%	8	27%	0	0%	1	3%
Medio	12	40%	22	73%	11	37%	20	67%
Bajo	18	60%	0	0%	19	63%	9	30%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Nota : Cuadro N° 03 y 04.

Elaborado : Investigadoras.



*Figura 1: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión biológica, de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según test aplicados.*

## **Descripción**

En la tabla N° 01 y figura 1, apreciamos la Distribución numérica y porcentual de la dimensión biológica, en los grupos de estudio, donde visualizamos que, en el caso del grupo experimental, en el pre test el 60% del total de estudiantes logran un nivel bajo y el 40% un nivel medio y después de aplicar el Programa “Escuelas limpias” el 73% obtiene un nivel medio y el 27% se encuentra en el nivel alto.

En el caso del grupo control el 63% se encuentra en un nivel bajo y el 37% un nivel medio en esta dimensión y en el post - test el 30% tiene un nivel bajo, el 67%, alcanza el nivel medio y el 3% el nivel alto. Estos resultados demuestran que el desarrollo de la dimensión indicada en este grupo, no es adecuado.

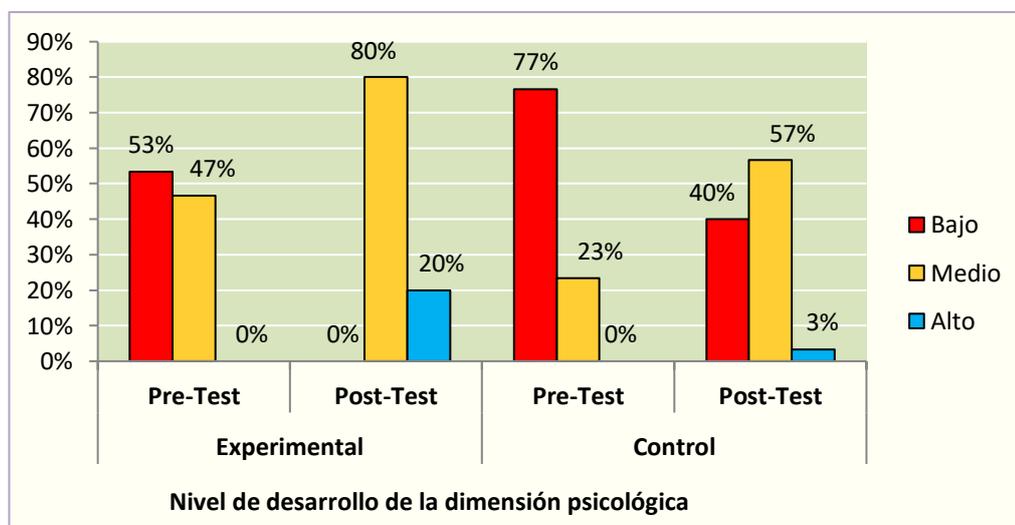
Tabla 2

*Desarrollo de la dimensión psicológica, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.*

Dimensión psicológica	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	0	0%	6	20%	0	0%	1	3%
Medio	14	47%	24	80%	7	23%	17	57%
Bajo	16	53%	0	0%	23	77%	12	40%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Nota : Cuadro N° 03 y 04.

Elaborado : Investigadoras.



*Figura 2: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según tests aplicados.*

## **Descripción**

En la tabla N° 02 y figura 2, se observa que en la prueba de entrada del grupo experimental el 53% logran nivel bajo, el 47% un nivel medio, en la dimensión psicológica y después de aplicar el Programa “Escuelas limpias” el 80% se encuentra en un nivel medio y el 20% se ubicó en el nivel alto.

En relación al grupo control el 77% se encuentra en un nivel y el 23%, en el nivel medio en esta dimensión, en la prueba de entrada y en la prueba de salida el 40% tiene un nivel bajo, el 57% un nivel medio y el 3% en el nivel alto. Resultados que permiten establecer que en esta dimensión del grupo se ubica mayoritariamente en el nivel deficiente.

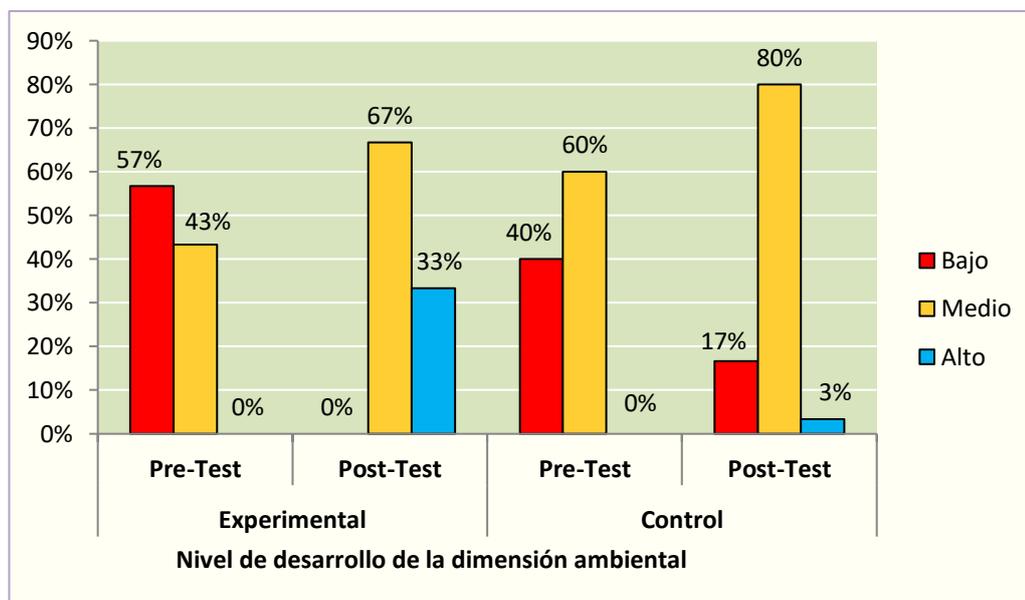
Tabla 3

*Desarrollo de la dimensión ambiental, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.*

Dimensión ambiental	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	0	0%	10	33%	0	0%	1	3%
Medio	13	43%	20	67%	18	60%	24	80%
Bajo	17	57%	0	0%	12	40%	5	17%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Nota : Cuadro N° 03 y 04.

Elaborado : Investigadoras.



*Figura 3: Distribución porcentual, del nivel de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según test aplicados.*

## **Descripción**

En la tabla N° 03 y figura 3, se observa que en la prueba de entrada del grupo experimental el 57% logran nivel deficiente y el 43% se encuentra en el nivel medio, en la dimensión ambiental y después de aplicar el Programa “Escuelas limpias” el 67% se encuentra en un nivel medio y el 33% alcanza el nivel alto.

En el caso del grupo control, en la prueba de entrada; el 40% logran nivel bajo y el 60%, en el nivel medio en la dimensión ambiental. En la prueba de salida el 17% obtiene un nivel bajo, el 80%, en el nivel medio y el 3% el nivel alto, visualizándose que el grupo analizado, aún presenta deficiencias en el desarrollo de la Dimensión ambiental.

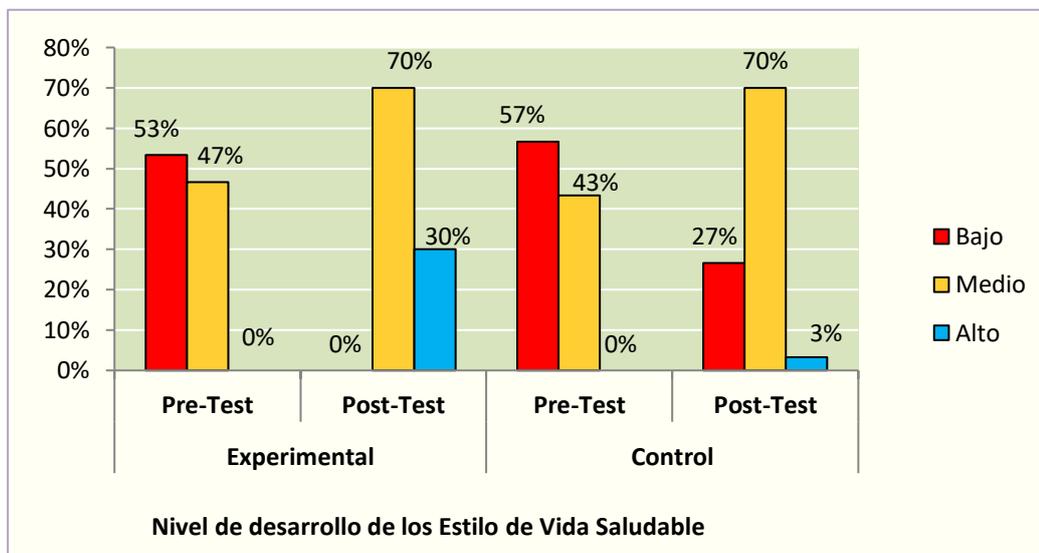
Tabla 4

*Desarrollo de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio. Estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018*

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE	Experimental				Control			
	Pre-Test		Post-Test		Pre-Test		Post-Test	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Alto	0	0%	9	30%	0	0%	1	3%
Medio	14	47%	21	70%	13	43%	21	70%
Bajo	16	53%	0	0%	17	57%	8	27%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Nota : Cuadro N° 03 y 04.

Elaborado : Investigadoras.



*Figura 4: Distribución porcentual, del Desarrollo de los estilos de vida saludable, en los grupos de estudio, según test aplicados.*

## **Descripción**

En la tabla N° 04 se observa que, en la prueba de entrada, que de los 30 estudiantes del grupo experimental el 53% logran nivel bajo y el 47% obtiene un nivel medio de la mejora de los estilos de vida saludable y después de aplicar el Programa “Escuelas limpias” el 70% obtiene un nivel medio y el 30% se encuentran en un nivel alto.

Sobre el grupo control el 57% logran nivel bajo y el 43% presenta un nivel medio de desarrollo de los estilos de vida saludable y en la prueba de salida el 27% se encuentra en un nivel de bajo, el 70% se encuentra en un nivel medio y el 3% en el nivel alto, apreciándose que no existen diferencias significativas de mejora, respecto al pre test.

#### 4.1.2. Resultados de la prueba de hipótesis

Al calcular la prueba de hipótesis t de Student en la prueba de salida se obtuvo los resultados siguientes:

##### 4.1.2.1. Datos del Post Test

<u>Grupo Experimental</u>	<u>Grupo Control</u>
$n_1 = 30$	$n_2 = 30$
$\bar{X}_1 = 53.73$	$\bar{X}_2 = 45.43$
$S_1 = 7,75$	$S_2 = 6,53$

##### 4.1.2.2. Planteamiento de la Hipótesis

###### A. Hipótesis nula ( $H_0$ )

El puntaje promedio del grupo experimental es igual a el puntaje promedio del grupo control en el estudio de la influencia de la aplicación del Programa “Escuelas limpias” en la mejora de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

$$\bar{x}_1 = \bar{x}_2$$

###### B. Formulación hipótesis alterna ( $H_1$ )

El puntaje promedio del grupo experimental es mayor a el puntaje promedio del grupo control en el estudio de la influencia de la aplicación del Programa “Escuelas limpias” en la mejora de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

$$\bar{x}_1 > \bar{x}_2$$

##### 4.1.2.3. Nivel de Significancia:

$$\alpha = 5\% \quad (\alpha = 0,05)$$

Nivel de Confianza: 95%

#### **4.1.2.4. Grados de libertad**

$$GI = (n_1 + n_2) - 2$$

$$GI = (30 + 30) - 2$$

$$GI = 58$$

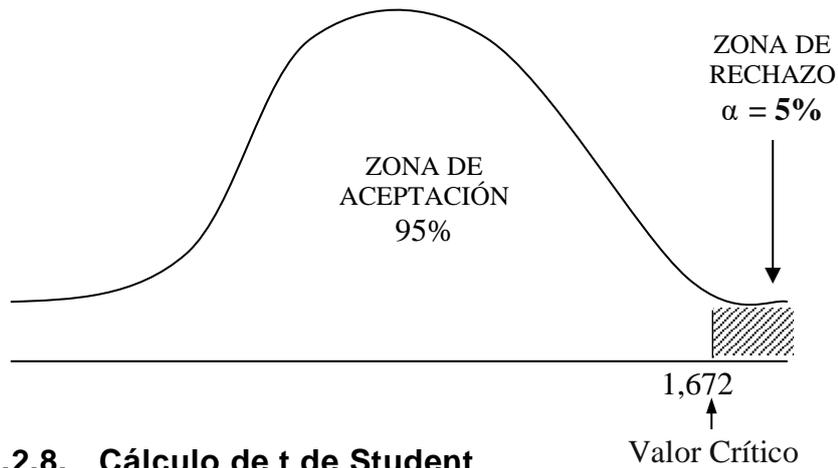
#### **4.1.2.5. Prueba estadística**

“t” de Student.

#### **4.1.2.6. Región crítica o de rechazo**

$$t_{(0,05) (58)} = 1,672$$

#### 4.1.2.7. Regla de decisión



#### 4.1.2.8. Cálculo de t de Student

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\left[ \left( \frac{s_1^2(n_1 - 1) + s_2^2(n_2 - 1)}{n_1 + n_2 - 2} \right) \left( \frac{n_i + n_2}{n_i \cdot n_2} \right) \right]}}$$

#### 4.1.2.9. Comparación y Decisión

Tabla 5

*Prueba de hipótesis “t” para medias con pre y post test, en el estudio de la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, en la mejora de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.*

CARACTERÍSTICA EVALUADA	COMPARACIÓN		DECISIÓN
	t	t <sub>(0,05)(58)</sub>	
Desarrollo de los estilos de vida saludable	4.4867	1,672	Rechazar H <sub>0</sub>

Nota : Base de datos N° 02 y 04.

Elaborado : Investigadoras.

En la prueba de salida, apreciamos la existencia de diferencias relevantes entre el puntaje promedio del grupo control y del grupo experimental, decidiéndose que se debe aceptar la hipótesis de investigación alterna y rechazar la nula, lo cual significa que el puntaje promedio del grupo experimental, es mayor que el puntaje promedio del grupo control, en la prueba de salida.

Teniendo en cuenta los hallazgos, luego de la aplicación del programa diseñado, se concluye que la ejecución del Programa “Escuelas limpias” contribuye a la mejora de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018.

## Capítulo V:

### DISCUSIÓN

Considerando los datos obtenidos de la aplicación del test de medición de los estilos de vida saludable, permitió admitir la hipótesis de investigación, que indica que la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, mejora significativamente los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018, apreciándose que los escolares del grupo experimental incrementaron su promedio de 39,17 puntos (pre test), localizándose en un nivel bajo a 53,73 puntos (post test), localizándose en un nivel medio. En el caso del grupo control el incremento fue poco significativo, aumentando de 39,70 puntos (pre test) a 45,43 (post test), además la validación de estos hallazgos se ejecutó mediante el cálculo de la t de Student, donde la  $t_c = 4,4867$  fue superior que la  $t_t = \pm 1,672$ ; evidenciando que existe una diferencia significativa del grupo control y experimental, favorable al grupo experimental, verificándose que el Programa “Escuelas limpias” en forma en forma significativa en la mejora de los estilos de vida saludable de los estudiantes de segundo grado de primaria de la I.E. N° 80382 “C.A.O.”, de la ciudad de Chepén, 2018.

Estos hallazgos tienen similitud con la indagación de Valentín (2017), quien en su trabajo de investigación: Programa salud escolar en el estilo de vida saludable de los estudiantes en la Institución Educativa 3034, San Martín de Porres- 2017, en base a los resultados obtenidos, sostiene que un programa educativo de salud escolar es importante para el cuidado de la salud y mejorar de esta manera la calidad de vida de los escolares.

Respecto a las dimensiones de los Estilos de vida saludable, la dimensión Biológica, según la OMS (2005) y la OPS (2006), consideran que la dimensión biológica hace referencia a la realidad de la persona en tanto que es un organismo pluricelular, poseedor de un cuerpo que se desarrolla y madura sometido a la realidad física, señalando como conceptos asociados a la

dimensión biológica: a) Salud, b) Ejercicio físico, c) Alimentación y Nutrición y d) Higiene.

Sobre el nivel de mejora de la dimensión biológica de esta variable, después de la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, se determinó que en la prueba de salida, el puntaje promedio del grupo experimental (18,47) fue superior que el puntaje promedio del grupo control (15,43), así mismo, al ejecutar la verificación conveniente (prueba de hipótesis) con la t de Student, con un margen de error de 0,05 y 58 grados de libertad, se logra un  $t_{crítico} = \pm 1,672$  en relación con el valor obtenido del estadístico  $t_{calculada} = 4,0384$  se confirma el desarrollo del Programa “Escuelas limpias” en forma significativa en mejorar la dimensión biológica de los estilos de vida saludable en los estudiantes del segundo grado de educación primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

Estos hallazgos, se relaciona con los estudios realizados por Cabrera (2015), quien en su indagación: Programa de educación nutricional orientado al logro de un estilo de vida saludable en los escolares del nivel primaria, sistematiza un programa desde una concepción transformadora, teniendo en cuenta las teorías de la educación ambiental y desarrollo sostenible, favoreciendo el nivel nutricional de los estudiantes.

Así mismo, Soto (2015), en su estudio: Estrategia didáctica, para desarrollar estilos de vida saludable, en educación primaria desde el área de educación física, demostró que los docentes mayoritariamente desconocen estrategias para promover la variable indicada y sistematizan una estrategia didáctica que, a partir de actividades físicas, favorecen el desarrollo de esta variable, en los educandos del nivel primaria.

En relación a la dimensión Psicológica, Avellaneda (2005) expone que los estilos relacionado con la vida se relacionan con los estados psicológicas que tienen los sujetos. En este sentido la psicología como ciencia que estudia el comportamiento o conducta humana, estudia los fenómenos psíquicos como la atención, motivación, inteligencia, personalidad, entre otros. Los conceptos

relacionados a esta dimensión son: a) La personalidad saludable, b) Necesidades Psicológicas, c) El afecto y d) La autoestima

Respecto al nivel de mejoramiento de la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable, después de la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, se determinó que en la prueba de salida, el puntaje promedio del grupo experimental (18,33) fue mejor que el puntaje promedio del grupo control (15,57), así mismo, al ejecutar la verificación conveniente (prueba de hipótesis) utilizando la t Student, con un margen de error de 0,05 y 58 grados de libertad, se encontró un  $t_{crítico} = \pm 1,672$  en relación con el valor de la  $t_{calculada} = 4,5759$ ; ratificándose que la ejecución del Programa “Escuelas limpias” en forma significativa en mejorar la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable de los escolares del segundo grado de educación primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

Sobre la dimensión Ambiental, Bazán (2009), señala que a pesar de que el término “ambiente” se emplea generalmente para referirse a los fenómenos ecológicos y naturales, cuando hablamos de esta dimensión estamos hablando de los diversos factores procedentes del exterior, relacionado con la persona humana, usualmente, carece de control. Esta dimensión se relaciona con a) El aspecto social y b) El aspecto ambiental.

En referencia al nivel de mejora de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable, luego de la aplicación del Programa “Escuelas limpias”, se estableció que el puntaje promedio en la prueba de salida, del grupo del experimento es de 16,93 puntos, superior que el puntaje promedio del grupo control (14,43 puntos); además al realizar la verificación conveniente (prueba de hipótesis) con el estadístico de prueba de la distribución t Student, con un margen de error de 0,05 y 58 grados de libertad, se logra un  $t_{crítico} = \pm 1,672$  en relación con el valor obtenido del estadístico  $t_{calculada} = 4,0517$ ; ratificándose que la ejecución del Programa “Escuelas limpias” influye en forma significativa en mejorar la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable en los estudiantes del segundo año de educación primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, Chepén, 2018.

Los hallazgos obtenidos con el desarrollo de este estudio, después de la prueba de salida, utilizada para medir los estilos de vida saludable manifiestan que el Programa “Escuelas limpias” favorece el mejoramiento de los estilos de vida saludable, reconociéndose, por lo tanto, la relevancia de los programas basados en el enfoque ambiental, para favorecer el desarrollo de estilos de vida que no solamente influyen en la persona y sociedad, sino que además repercute en beneficio del ambiente.

Estos resultados nos ayudan a deducir que el Programa “Escuelas limpias”, favorece la mejora de los estilos de vida saludable de los escolares de segundo grado de primaria - 2018.

## Capítulo VI:

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 6.1. Conclusiones

- La aplicación del Programa “Escuelas limpias” ha influido significativamente en el mejoramiento de los estilos de vida saludable en los escolares de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “C.A.O.”, de la ciudad de Chepén, 2018, visualizándose que en la prueba de salida el valor de la “t de Student” experimental es mayor que la “t” de tabla ( $4,4867 > 1,672$ ), indicando diferencia significativa entre los promedios de ambos grupos.
- El Programa “Escuelas limpias” presenta influencia en el mejoramiento de la dimensión biológica de los estilos de vida saludable de los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “C.A.O.”, de la ciudad de Chepén, 2018. Visualizándose diferencias importantes en el puntaje promedio del grupo del experimento (18,47) y del grupo e control (15,43), apreciándose que favorece al grupo del experimento, lo cual se verificó calculándose la t de Student, donde la t experimental (4,0384) tiene un valor superior a la t de tabla ( $\pm 1,672$ ).
- La ejecución del Programa “Escuelas limpias” influye en mejorar la dimensión psicológica de los estilos de vida saludable en los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “C.A.O.”, de la ciudad de Chepén, 2018. Observándose diferencia entre los puntajes promedios del grupo experimental (18,33) y del grupo de control (15,57), diferencia que favorece al grupo del experimento, verificándose con la prueba t, de Student, apreciándose que la t experimental (4,5759) es mayor que la t de tabla ( $\pm 1,672$ ).
- La ejecución del Programa “Escuelas limpias” influye en el mejoramiento de la dimensión ambiental de los estilos de vida saludable de los estudiantes de

segundo grado de primaria de la I.E. N° 80382 "C.A.O.", de la ciudad de Chepén, 2018. Apreciándose una diferencia significativa, de los promedios tanto del grupo considerado como experimental (16,93), así como del grupo seleccionado como control (14,43), favorable al grupo del experimento, verificándose con la t de Student, cuyo experimental (4,0517) fue mayor al de la t de tabla ( $\pm 1,672$ ).

## 6.2. Recomendaciones

- A los directores se les sugiere que promuevan capacitaciones para que los formadores del nivel primaria, apliquen adecuadamente el Programa “Escuelas limpias”, como estrategia para la mejora de los estilos de vida saludable en los niños y niñas de este nivel educativo.
- A las profesoras del nivel primaria se recomienda que desarrollen actividades que permitan ejercitar e impulsar la mejora del desarrollo de la dimensión biológica, de la variables estudiada, en los escolares de educación primaria
- Se sugiere a los docentes seleccionar actividades donde se utilicen el Programa “Escuelas limpias”, que consideren el entrenamiento de la dimensión: Dimensión psicológica, de la variable indagada en los educandos del nivel de educación primaria.
- Teniendo en cuenta la importancia que tiene el desarrollo de la dimensión ambiental, de la variable de esta investigación, en los niños y niñas de educación inicial, se recomienda a las docentes del nivel primaria que ejerciten a través de las estrategias trabajadas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, A., & Lynch, E. (1988). *Listening*. Oxford: OUP.
- Anijovich, R., & Mora, S. (2009). *Estrategias de enseñanza. Otra mirada al quehacer en el aula*. Buenos Aires: Aique.
- Astro, A. (2014). *Técnicas activas y su incidencia en el aprendizaje significativo del inglés en los y las estudiantes de octavos y novenos años de educación general básica del colegio Técnicourcuquí en el año 2012*. Tesis de Maestría en Gerencia Educativa. Quito: Universidad Central del Ecuador.
- Barret, L. (1999). *Taxonomía de Barret*. Obtenido de Libro electrónico: <http://www.educar.ecedu/dipromepg/lenguaje/web12/a/9.htm>.
- Barroso, A., & Parra, G. (2013). *Las dinámicas grupales y el proceso de aprendizaje*. México: Instituto Politécnico Nacional.
- Beltran, L. &. (1997). *Psicología de la educación*. México: Alfa Omega.
- Beth, E., & Colette, K. (2010). Factores que influyen en la elección de alimentos de los niños irlandeses y adolescentes: Una investigación cualitativa. *Promoción internacional de la salud*, Vol. 25. N° 3.
- blokehead, T. (2014). *Mapas mentales. La guía del principiante paa crear mapas mentales paso a paso*. New York: The Blokehear ediciones.
- Cabrera, J. (2015). *Programa de educación nutricional orientado al logro de un estilo de vida saludable en estudiantes de educación primaria*. Tesis de maestría en educación, mención: Evaluación del aprendizaje por competencia. Lima: San Ignacio de Loyola.
- Cassany, D. (2008). *Para letradas contemporáneas*. México: Ríos de Tinta.
- Cassany, L. (2008). *Enseñar lengua*. España: Ed. Grao.

- Castillo, P. (2016). *Hábitos de alimentación y su relación con el estado nutricional en escolares de la I.E N° 80084 "Jesús de Nazaret"– Platanar-La Libertad 2016*. Tesis. Trujillo: Universidad César Vallejo.
- Castro, G. (2002). *Naturaleza, sociedad e historia en América Latina*. Buenos Aires: CLACSO.
- Cedeño, L. (2014). *El uso de estrategias metodológicas activas y participativas en la enseñanza aprendizaje de inglés como lengua extranjera y su incidencia en la adquisición de la comprensión lectora en los estudiantes del Instituto de Lenguas de la UTM*. Tesis de Doctorado en Educación. Manabí: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Coopersmith. (1995). *The Antecedents of Self Esteem Consulting*. USA: Psychologist Press.
- Córdoba, P., & Otros. (2005). La comprensión auditiva: definición, importancia y características. *Revista electrónica "Actualidades investigativas en educación"*, Vol. 5, núm. 1, p. 2.
- Cornejo, M. (2008). *La investigación con relatos de vida: Pistas y opciones del diseño metodológico*. Chile: Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Davis, F. (1984). *Factores fundamentales de la comprensión de la lectura*. Obtenido de [www.readingonline.org](http://www.readingonline.org).
- De La Torre, S., & Tejada, J. (2007). Estilos de vida y aprendizaje. *Revista Iberoamericana de Educación*, 101-131.
- Deladrière, J., & Otros. (2006). *Organiza tus ideas utilizando mapas mentales*. Madrid: Ediciones Gestión.
- Díaz, M., & Hidalgo, E. (2009). Estilos de aprendizaje, estrategias de lectura y su relación con el rendimiento académico de la lengua extranjera. *Redalyc*, 123.

- Díaz, W. (2012). *Estrategias de enseñanza en la educación física y salud, principios para su elaboración, principios basados en el aprendizaje significativo*. Venezuela: Universidad de Oriente, núcleo Bolívar.
- Fiallo, J., & Otros. (2008). *La investigación pedagógica. Una vía para elevar la calidad educativa*. Lima - Perú: Edit. Taller Gráficos San Remo.
- Figuroa, O. (2008). *La expresión y comprensión oral*. Obtenido de Revisado: <http://www.monografias.com/trabajos55/expresion-oral/expresionoral2.shtml>
- Frida, A., & Hernández, R. (1999). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo*. México: Mc Graw Hill.
- García, D., & Otros. (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicancia en la salud de jóvenes universitarios. *Hacia la promoción de la salud*, 169 - 185.
- Gearhearth, B. (1988). *La educación del niño excepcional*. New York: Shiping Book.
- Group, R. R. (2002). *Leer para entender*. Obtenido de [www.rand.org](http://www.rand.org).
- Guerrero, A. (2010). *Estilos de vida y salud*. Obtenido de Educere: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35616720002>
- Gutiérrez, J. (2008). *Dinámica del grupo de discusión*. Madrid - España: Editorial Montalbán.
- Gutiérrez, M., & Miranda, L. (2016). *Estilos de vida y hábitos de estudio en las alumnas de enfermería de la universidad privada Antenor Orrego. Trujillo – 2016*. Tesis. Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego.
- Harmer. (2007). *La práctica de la enseñanza del idioma inglés*. 3ra. Edición. Cambridge: Editar. Pearson.
- Harmer, J. (2007). *La práctica de la enseñanza del idioma inglés*. 3era. Edición. Cambridge: Editorial Pearson.

- Hernández, R., & Otros. (2016). *Metodología de la investigación científica*. México: Mc Graw Hill.
- HHS. (2008). *Métodos para evaluar los consumos de alimentos*. Obtenido de Pautas de actividad física para los estadounidenses: <http://www.nhlbi.nih.gov/health-spanish/health-topics/temas/phys/>
- Hymes, D. (1967). Modelos de la interacción del lenguaje y el entorno social. *Journal of Social*, 82.
- Irizar, I. (2008). *Intra . Emprendizaje*. España: Editorial Díaz de Santos.
- Jacaloyes, J., & Calderero, H. (2007). *Como personalizar la educación: Una solución de futuro*. Madrid - España: Narcea S.A.
- James, C. (1984). ¿Estás escuchando?. los componentes prácticos de escuchar comprendiendo. *Los anales del lenguaje*, 129.
- Krashen, S. (1987). *Principios y práctica en la adquisición de una segunda lengua*. New York: Prentice Hall International.
- Lasswell, H. (julio de 2000). *en la sociedad del libro*. Obtenido de La estructura y función de la comunicación: <http://www.themedfomscu.org.pdf>.
- Lerma, H. (2009). *Metodología de la investigación: propuesta, anteproyecto y proyecto*. Bogotá: Ecoe Ediciones.
- Litewood, W. (1996). *La enseñanza comunicativa de idiomas. Introducción al enfoque comunicativo*. Madrid: Cambridge University Press.
- López, F. (2007). *Metodología participativa en la enseñanza Universitaria*. Madrid - España: Narcea S.A. Ediciones.
- Martín, E. (1993). *El perfil del profesor de español como lengua extranjera*. Madrid: Fundación Actilibre.
- Mayer, R. (1984). Ayuda a la comprensión de texto. *Psicólogo educacional*, 30.

- MDG. (2010). *Guadalupe. Gerencia de Industria y Turismo*. Guadalupe: Municipalidad distrital de Guadalupe.
- MIINEDU. (2017). *Participación y clima institucional*. Lima: Punto digital.
- MINEDU. (2008). *Diseño Curricular Nacional*. Lima: Ministerio de Educación.
- MINEDU. (2016). *Programación Curricular de Educación Primaria*. Lima: Ministerio de Educación.
- Miquel, L. (1995). *Competencia comunicativa: documentos básicos en la enseñanza de lenguas extranjeras*. Madrid: Edelsa.
- Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cualitativa y cuantitativa*. Bogotá, Colombia: Universidad del Sur Colombiana.
- Muiños de Britos, S. (2007). *Programa de pedagogía universitaria*. México: Documentos de Apoyo para el Desarrollo Curricular.
- Murillo, W. (2017). *La investigación científica*. Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos15/investigacion/investigacion/investigacion.shtml>
- Nunan, D. (1999). *Enseñanza y aprendizaje de segunda lengua*. Massachusetts: Editorial Heinle Publishers.
- OMS. (2005). *Comisión de determinantes sociales de la salud, lograr la equidad en salud: Desde las causas iniciales a los resultados justos. Declaración provisional*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Ontoria, A. (2006). *Aprender con mapas mentales*. España: Narcea Ediciones.
- OPS. (2006). *Estrategia Mundial sobre Alimentación Saludable, Actividad Física y Salud. DPAS, 4 - 6*.
- Osejo, S. (2009). *Implementación del closed caption y/o subtítulos para desarrollar la habilidad de comprensión auditiva en inglés como lengua extranjera*. Tesis de Licenciatura. Bogotá - Colombia: Pontificia Universidad Javeriana.

- Papalia, D., & otros. (2004). *Psicología del desarrollo de la infancia y la adolescencia*. México: Mc Graw Hill.
- Pérez, M., & Auria, L. (2007). *Nuevos entornos y nuevos modelos pedagógicos para el aprendizaje de las destrezas orales*. New York: Mc Graw Hill.
- PNUMA. (1995). *Programa de introducción a la educación ambiental para profesores e inspectores de ciencias sociales de enseñanza media*. España: Edit. Los Libros de la Catarata.
- PNUMA, U. . (1995). *Programa de introducción a la educación ambiental para profesores e inspectores de ciencias sociales de enseñanza media*. España: Edit. Los Libros de la Catarata.
- Polit, F., & Hungler, P. (1985). *Investigación científica en ciencias de la salud*. México: Edit. Interamericana S.A.
- Prada, M. (2010). Mapas mentales: Una estrategia para fortalecer el aprendizaje autogestionario en la educación abierta y a distancia. *Revista informe de Investigaciones Educativas*, 12.
- Rajadell, N. (2001). *Didáctica general para psicopedagogos*. Madrid: Eds. de la UNED.
- Ramírez, A., & Otros. (2015). *Implementación del Desarrollo Sustentable en las prácticas pedagógicas en el Nivel Medio Mayor de Educación Parvularia*. Tesis. Santiago: Universidad de Chile.
- Resnick, L., & Klopfer, L. (1999). *Currículum y educación*. Buenos Aires - Argentina: Aique.
- Rivera, G. (2016). *Desarrollo del enfoque comunicativo y el aprendizaje del idioma inglés en los estudiantes de la universidad Jaime Bausate y Meza*. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- SFA. (2014). *Proyecto Educativo Institucional*. Guadalupe: I.E.P. "San Francisco de Asís".

- Solé, I. (2001). *Estrategias de lectura*. Barcelona: Graó.
- Soto, F. (2015). *Estrategia didáctica, para desarrollar estilos de vida saludable, en educación primaria desde el área de educación física*. tesis de maestría en Innovación Curricular. Lima: Universidad San Ignacio de Loyola.
- Taylor, A., & Powell, E. (2003). *Diccionario de conceptos básicos*. New York: UW Extension.
- Valentín, Y. (2017). *Programa salud escolar en el estilo de vida saludable de los estudiantes de la institución educativa 3034, San Martín de Porres- 2017*. Tesis de Maestría en Gestión Pública. Lima: Universidad Privada César Vallejo.
- Ventura, E. (2015). *Didactic proposal based on tblt · (task- based language teaching) approach to improve oral communication skills among intermediate students of "Renán Elías Olivera School - 2014*. Tesis de maestría en educación, mención Didáctica del Idioma Inglés. Lambayeque: Pedro Ruiz Gallo.
- Vigostky. (1988). *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. La Habana: Ed. científico - técnica.
- Vigostky. (1988). *Interacciones entre enseñanza y desarrollo. Selección de lecturas de psicología pedagógica y de las edades*. México: Trillas.
- Wipf, A. (1984). Enseñanza de la comprensión auditiva en un segundo idioma. *anales de idiomas*, 345.
- Yarupaita. (2011). *Programa de gestión sostenible del agua y actitudes hacia su preservación en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 31540 "Santa Isabel"*. Tesis magistral. Huancayo: Universidad Nacional del Centro del Perú.

# **ANEXOS**

## Anexo N° 1: Cuestionario para evaluar los estilos de vida saludable

**Señor(ita) Profesor(a):**

El presente cuestionario tiene como propósito obtener información sobre el Desarrollo de los estilos de vida saludables de los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén. Los resultados de esta investigación serán confidenciales. Agradecemos su apoyo.

**Sexo:**      Masculino       Femenino       **Fecha:** \_\_\_\_\_

N°	INDICADORES	VALORACION			
		Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		1	2	3	4
<b>Dimensión biológica</b>					
1.	Acepta y respeta su cuerpo y el de los demás, teniendo en cuenta los distintos aspectos: edad, sexo, peso				
2.	Utiliza el juego y el deporte como disfrute, relación interpersonal y desarrollo de sus capacidades motrices				
3.	Muestra agrado por un aspecto personal cuidado y por desarrollar las actividades en entornos limpios y ordenados				
4.	Regula y controla de forma autónoma su higiene personal: Aseo de manos, cara y dientes; higiene nasal, peinado y ducha				
5.	El alumno trae loncheras saludables				
6.	El alumno evita consumir comida chatarra en el kiosco escolar				
7.	Identifica los alimentos saludables y los alimentos perjudiciales, mostrando hábitos alimenticios adecuados				
<b>Dimensión psicológica</b>					
8.	Posee una autoimagen positiva				
9.	Se valora positivamente a sí mismo y confía en sus capacidades...				
10.	Es capaz de regular su propio comportamiento (esperar turnos, control de la agresividad).				
11.	Acepta a los demás.				
12.	Muestra una actitud positiva y valora las demostraciones de afecto de los demás (adultos y niños)				
13.	Colabora y coopera con los iguales y los adultos pidiendo con confianza la ayuda necesaria en el momento adecuado.				
14.	Presenta hábitos de trabajo básicos: Orden, organización, constancia, atención, iniciativa y capacidad de esfuerzo.				
<b>Dimensión ambiental</b>					
15.	Participa en el manejo responsable de residuos sólidos.				
16.	Hace uso responsable del agua y la energía.				
17.	Participa en el cuidado de plantas, animales de su entorno.				
18.	Participa en la conservación y cuidado de la infraestructura y el entorno natural				
19.	Participa en la conservación y cuidado de equipos e instalaciones eléctricas.				
20.	Participa responsablemente en campañas o simulacros de prevención de riesgos				

## FICHA TÉCNICA

### 1. NOMBRE DEL INSTRUMENTOS

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

### 2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

#### 2.1. General

Determinar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

#### 2.2. Específicos

✧ Identificar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión biológica de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

✧ Evaluar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión psicológica de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

✧ Analizar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión ambiental de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

### 3. USUARIOS

Estudiantes de segundo grado de Primaria, de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018.

### 4. TIEMPO DE APLICACIÓN

Promedio de 45 minutos.

### 5. MODO DE APLICACIÓN

Tipo cuestionario.

## 6. ESTRUCTURA DEL INSTRUMENTO

La prueba escrita está constituida por 20 ítems, donde se plantean interrogantes sobre las dimensiones de los estilos de vida saludable, para que los docentes encuestados, opinen sobre estos rasgos de desarrollo en sus estudiantes.

DIMENSIONES	INDICADORES	Nº de ítems	Puntaje Máximo
Dimensión biológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud.</li> <li>• Ejercicio físico.</li> <li>• Alimentación y Nutrición.</li> <li>• Higiene</li> </ul>	07	28
Dimensión psicológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Personalidad saludable</li> <li>• Necesidades Psicológicas</li> <li>• El afecto</li> <li>• La autoestima</li> </ul>	07	28
Dimensión ambiental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El aspecto social</li> <li>• El aspecto medioambiental</li> </ul>	06	24
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>80</b>

## 7. ESCALA

### ESCALA GENERAL (Estilos de vida saludable)

INTERVALO	VALORACIÓN
61 - 80	Alto
41 - 60	Medio
20 - 40	Bajo

### ESCALAS ESPECÍFICAS (POR DIMENSIONES)

VALORACIÓN	Dimensión biológica	Dimensión psicológica	Dimensión ambiental
Alto	22 - 28	22 - 28	19 - 24
Medio	15 - 21	15 - 21	13 - 18
Bajo	07 - 14	07 - 14	06 - 12

## 8. VALIDACIÓN

Por "Juicio de Experto".

## Anexo N° 2: Cuestionario para evaluar el Programa “Escuelas limpias”

**Señor(ita) Director(a):**

El presente cuestionario tiene como propósito evaluar la pertinencia del diseño del Programa “Escuelas limpias”, elaborado con el propósito de impulsar el desarrollo de estilos de vida saludables de los estudiantes de segundo grado de Primaria de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén. Los resultados de esta investigación serán confidenciales. Agradecemos su apoyo.

**Sexo:**      Masculino       Femenino       **Fecha:** \_\_\_\_\_

N°	INDICADORES	VALORACION			
		Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
		1	2	3	4
<b>Gestión institucional</b>					
1.	Incorpora Educación Ambiental en el PEI y PAT.				
2.	Contempla la instalación y funcionamiento de comités ambientales e instituciones estudiantiles básicas.				
3.	Realiza acciones educativas de gestión de riesgo				
4.	Planifica acciones de capacitación docente y de estudiantes				
<b>Gestión pedagógica</b>					
5.	Incorpora Educación Ambiental en el PCI.				
6.	Desarrolla acciones del tema transversal ambiental.				
7.	Elabora materiales educativos sobre Salud Ambiental y Gestión de Riesgos.				
8.	Capacita a la comunidad educativa en temas de Salud Ambiental y Gestión de Riesgos.				
<b>Educación en salud</b>					
9.	Promueve hábitos de higiene personal.				
10.	Promueve la conservación y cuidado de servicios higiénicos y áreas verdes.				
11.	Promueve estilos saludables en alimentación y nutrición.				
12.	Promueve la prevención de enfermedades prevalentes				

## FICHA TÉCNICA

### 1. NOMBRE DEL INSTRUMENTOS

CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL PROGRAMA “ESCUELAS LIMPIAS”

### 2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

#### 2.1. General

Determinar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

#### 2.2. Específicos

✧ Identificar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión biológica de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

✧ Evaluar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión psicológica de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

✧ Analizar la influencia de la ejecución del programa escuelas limpias, para mejorar la dimensión ambiental de los estilos de vida saludables de los estudiantes del 2º grado de educación primaria en la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” del distrito y provincia de Chepén, La Libertad -2018.

### 3. USUARIOS

Estudiantes de segundo grado de Primaria, de la I.E. N° 80382 “Carlos A. Olivares”, de la ciudad de Chepén, 2018.

### 4. TIEMPO DE APLICACIÓN

Promedio de 45 minutos.

### 5. MODO DE APLICACIÓN

Tipo cuestionario.

### 6. ESTRUCTURA DEL INSTRUMENTO

La prueba escrita está constituida por 20 ítems, donde se plantean interrogantes sobre las dimensiones de los Estilos de Vida Saludable, para que los docentes encuestados, opinen sobre estos rasgos de desarrollo en sus estudiantes.

<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>Nº de ítems</b>	<b>Puntaje Máximo</b>
<b>Gestión institucional</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incorporación del programa en el PEI y PAT.</li> <li>• Realización de acciones de gestión de riesgo.</li> </ul>	04	16
<b>Gestión pedagógica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incorporación del programa en el PCI.</li> <li>• Implementación del programa para promover la salud ambiental y la gestión de riesgos.</li> </ul>	04	16
<b>Educación en salud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoción de hábitos de higiene personal.</li> <li>• Fomento de alimentación saludable.</li> <li>• Prevención de enfermedades.</li> </ul>	04	16
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>48</b>

## 7. ESCALA

### ESCALA GENERAL (Programa “Escuelas limpias”)

<b>INTERVALO</b>	<b>VALORACIÓN</b>
40 - 48	Excelente
31 - 39	Bueno
22 - 30	Regular
12 - 21	Malo

### ESCALAS ESPECÍFICAS (POR DIMENSIONES)

<b>VALORACIÓN</b>	<b>Gestión institucional</b>	<b>Gestión pedagógica</b>	<b>Educación en salud</b>
Excelente	14 - 16	14 - 16	14 - 16
Bueno	11 - 13	11 - 13	11 - 13
Regular	08 - 10	08 - 10	08 - 10
Malo	04 - 07	04 - 07	04 - 07

## 8. VALIDACIÓN

Por “Juicio de Experto”.

## **Anexo 3: Programa Didáctico**

### **PROGRAMA “ESCUELAS LIMPIAS” PARA MEJORAR LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

#### **I. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1. UGEL : Chepén
- 1.2. I.E. : N°80382 “Carlos A. Olivares”
- 1.3. DIRECTOR : Carlos López Pérez
- 1.4. SUBDIRECTOR : Elmor Plasencia Obando
- 1.5. NIVEL : Primaria
- 1.6. GRADO : 2°
- 1.7. SECCIÓN : “B”
- 1.8. PROFESORAS : Br. Barrantes Llanos Lourdes Jacqueline  
Br. Quispe Saldaña Leyla Malena
- 1.9. FECHA : Marzo del 2018.

#### **II. OBJETIVO**

1) Promover a través del desarrollo de sesiones de aprendizaje el desarrollo de capacidades cognitivas para la alimentación saludable, higiene corporal, y actividad física hacia las prácticas de estilos de vida saludable a estudiantes de 4º grado de primaria de la IE. 3050 “Alberto Hurtado Abadía”.

#### **III. METODOLOGÍA**

Las estrategias de enseñanza se aplicaron a través de proyectos y desarrollo de sesiones de aprendizaje tomando como base los tres momentos de todo proceso educativo que son: Inicio , desarrollo y cierre, lo que permitió a lo largo del proceso hacer uso de diversas actividades que plantea la promoción de la salud, como lecturas, elaboración de cuentos, afiches, letreros trípticos, dibujos, trabajo en grupo, práctica simuladas; canciones, juegos, entre otros con las cuales los estudiantes lograron cumplir con los objetivos propuestos desde la investigación.

Las sesiones de aprendizaje para el grupo experimental contaron con una duración de dos horas cronológicas; las cuales se ejecutaron una por semana dentro del Área Curricular Ciencia y Tecnología.

Cabe anotar que se contó con un espacio de 60 minutos antes y después de la ejecución de las sesiones donde se aplicó a los estudiantes pertenecientes al grupo experimental el cuestionario de entrada y salida que recogieron sus saberes, experiencias y conocimientos adquiridos antes y después de la intervención de la investigación.

El cuadro siguiente presenta los temas abordados en cada proyecto y sesión:

#### IV. SECUENCIA DE PROYECTOS Y SESIONES

DIMENSIÓN	PROYECTOS / SESIONES
Dimensión ambiental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyecto: Las áreas verdes embellecen y mejoran el ambiente de mi institución educativa.</li> <li>• Cultivemos hábitos de higiene para mantener nuestra I.E. limpia, promoviendo una cultura de reciclaje.</li> <li>• Sesión: Defensores de los animales.</li> </ul>
Dimensión biológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sesión: El tren de la salud.</li> <li>• Sesión: Aplicamos la higiene corporal.</li> <li>• Sesión: realizamos actividad física.</li> </ul>
Dimensión psicológica	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sesión: Buscando soluciones para todos.</li> <li>• Sesión: Afianzamos nuestra autoestima.</li> <li>• Autorregulamos nuestras emociones.</li> <li>• Sesión: Expresamos nuestros afectos y sentimientos.</li> </ul>

## **PROGRAMA**

# **“ESCUELAS LIMPIAS” PARA MEJORAR LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN EDUCACIÓN PRIMARIA”**

## **NOMBRE DEL PROYECTO:**

**“LAS ÁREAS VERDES EMBELLECEAN Y MEJORAN EL AMBIENTE DE MI INSTITUCIÓN EDUCATIVA”**

### **1. DATOS INFORMATIVOS:**

- 1.1. UGEL : Chapén
- 1.2. I.E. : N°80382 “Carlos A. Olivares”
- 1.3. DIRECTOR : Carlos López Pérez
- 1.4. SUBDIRECTOR : Elmor Plasencia Obando
- 1.5. NIVEL : Primaria
- 1.6. GRADO : 2°
- 1.7. SECCIÓN : “B”
- 1.8. PROFESORAS : Br. Barrantes Llanos Lourdes Jacqueline  
Br. Quispe Saldaña Leyla Malena
- 1.9. FECHA : 23 de Julio del 2018.

### **2. PRESENTACIÓN:**

El presente proyecto de aprendizaje se denomina “LAS ÁREAS VERDES EMBELLECEAN Y MEJORAN EL AMBIENTE DE MI INSTITUCION EDUCATIVA.” y busca promover el embellecimiento, cuidado del medio ambiente y la alimentación saludable de la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” a través del sembrado en los espacios que no están siendo utilizados y a la vez desarrollar en los estudiante los desempeños referidos al cuidado de su salud, del medio ambiente que le permitan desenvolverse de forma competente en donde poco se preocupa por el cuidado de este.

Para lograr los objetivos del proyecto se han planificado una serie de actividades que van desde la sensibilización para que los estudiantes se den cuenta de la necesidad de aprovechar esos espacios para la mejora del ambiente ,salud y ornamento, de nuestra institución educativa, se centra la implementación de dichos espacios y culminan con la evaluación del proyecto que permitirá reflexionar a los estudiantes acerca de la importancia de mantener un lugar sano y acogedor que nos permita obtener aprendizajes cuidando nuestro planeta.

### **3. JUSTIFICACIÓN:**

En la Institución Educativa actualmente existen áreas libres en materia de ambiente dentro del establecimiento el cual nos permitirá brindar estrategias didácticas vivenciales en la enseñanza de la temática ambiental por ello se cree que este proyecto suplirá una necesidad y se convertirá en una herramienta valiosa y de provecho para los alumnos, ayudándolos a sensibilizar los hábitos que contribuyen a la disminución de la contaminación del medio ambiente.

De otro lado es importante que los y las estudiantes aprendan a conservar su entorno trabajando en el sembrado y cuidado de áreas verdes que ayude a un entorno agradable a la vista, que irradie frescura y belleza proporcionando un ambiente saludable, en donde el trabajar con los y las estudiantes sea más agradable, creando condiciones favorezcan los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Cabe anotar la importancia de la ocupación del tiempo libre de los niños y niñas en las jornadas contrarias a las de estudio los librarán de los malos hábitos y los mantendrá ocupado en una labor muy gratificante.

En la actualidad la conservación de la salud y del medio ambiente más que ser una acción casual se ha convertido en un deber y por tanto en una acción consiente y responsable, es por eso que todo ser humano debe conocer y apreciar todo el conjunto natural que le se le ha brindado ya que es la conservación misma de la humanidad. La naturaleza y la sociedad es un conjunto que se relaciona y que buscan mantener un equilibrio constante, o por lo menos así debería ser de allí la razón de la conservación.

### **4. OBJETIVO GENERAL:**

Fomentar el sentido de pertenencia, respeto y cuidado por la naturaleza, salud y el embellecimiento de la Institución Educativa N° 80382 “Carlos A. Olivares” sembrando los espacios desaprovechados con plantas ornamentales, medicinales y plantas alimenticias propias de la región.

### **5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Concientizar a la población estudiantil para que respeten y cuiden su salud y nuestro medio ambiente
- Crear áreas verdes con plantas ornamentales, medicinales y alimenticias propias de la región.
- Crear en los estudiantes el aprecio y la conservación por las plantas ornamentales, medicinales y alimenticias.
- Preparar un espacio adecuado para el sembrado de las plantas.
- Seleccionar diferentes plantas teniendo en cuenta el ambiente y el espacio.
- Formar equipos de trabajo encargados de la elaboración del jardín.
- Utilizar las actividades del proyecto para el logro de aprendizajes de calidad en nuestros estudiantes.

## 6. PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE:

Área	Competencias y capacidades	Desempeño	Evidencia de aprendizaje
P.S.	<p><b>CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD Y DE LA CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA.</b></p> <p>Reconoce sus características personales, y demuestra respeto a sí mismo y hacia los demás en la convivencia cotidiana. Reconoce a los miembros de la familia, escuela y comunidad, describe sus roles, se identifica con ellas y cumple sus Responsabilidades como miembro de una familia, escuela y comunidad.</p>	<p>Reconoce y defiende su derecho a un ambiente saludable y cumple sus responsabilidades, en su entorno familiar y escolar.</p>	<p>Participa activamente en el proyecto de jardinería</p> <p>Identifica los elementos que necesitan las plantas para vivir</p>
C.Y.T.	<p><b>RECONOCE Y VALORA LA DIVERSIDAD ECOLÓGICA EXISTENTE EN EL PAÍS Y DESARROLLA HÁBITOS DE CUIDADO Y PROTECCIÓN PARA LA CONSERVACIÓN DEL MEDIO AMBIENTE</b></p>	<p>Demuestra interés y preocupación por los seres vivos y el medio natural como una forma de preservar la vida y cuidar el ambiente.</p>	<p>Clasifica las plantas por su utilidad.</p> <p>Reconocen la importancia de las áreas verdes en el cuidado del ambiente.</p>
COM.	<p><b>COMPRENSIÓN DE TEXTOS.</b></p> <p>Comprende textos narrativos y descriptivos de estructura sencilla a partir de sus experiencias previas, los reconoce como fuente de disfrute y conocimiento de su entorno inmediato.</p>	<p>Lee textos instructivos y narrativos sobre la biodiversidad identificando las ideas principales.</p>	<p>Comprenden textos sobre el cuidado del medio ambiente.</p>

## 7. METODOLOGÍA:

Se parte de una concientización, del respeto, amor y aprecio, que debemos tener al medio ambiente y más aún cuando son de vital importancia, a través de charlas, reuniones, juegos entre otras actividades de interés para los estudiantes.

Trabajaremos en este proyecto como parte vital, la valoración, el respeto por la vida y al medio ambiente que poseemos, la transversalidad de las áreas del conocimiento y la puesta en marcha de los conocimientos adquiridos.

Teniendo en cuenta lo anterior se visualizo la importancia de cuidar, organizar y proteger un ambiente sano.

La metodología empleada es crítica y concientizadora, cuestiona la realidad tal como se observa, participativa porque su principal medio es la experiencia directa, por lo cual la actividad pedagógica transcurre en ambientes naturales. Las actividades se

implementarán de manera grupal e individual, con la finalidad de respetar los ritmos de desarrollo y estilos de aprendizajes de los estudiantes.

La metodología a implementar en este plan se basa en la puesta en práctica de mecanismo de siembra, trasplante de la planta y proceso de adaptación de la misma. Además de utilizar estrategias de cuidado y conservación de los espacios a utilizar. Carteleras con frases alusivas al embellecimiento, salud y cuidado del medio ambiente escolar.

#### 8. CRONOGRAMAS DE ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES	INICIO	TERMINO	PROPÓSITO	TAREAS	RESPONSABLE
Planificación del proyecto	02/07/18	12/07/18	Dar a conocer a la comunidad educativa acerca de la importancia de tener jardines en La I.E.	Sensibilización a través del análisis de videos Asamblea de aula Organización de equipos de trabajo Distribución de responsabilidades.	Profesora de aula, padres de familia y estudiantes.
Implementación del proyecto	16/07/18	27/07/18	Sembrado de las áreas verdes de la I.E. 80382	-Preparar el terreno a sembrar.  -Sembrado de plantas	Profesora de aula, padres de familia y estudiantes.
Evaluación y comunicación del proyecto	28/07/18	16/11/18	Determinar el impacto de la implementación del proyecto en la comunidad educativa y en los aprendizajes de los estudiantes	-Exposición de las áreas verdes implementados -Evaluación de los aprendizajes logrados por los estudiantes -Elaboración del informe de fin del proyecto.	Profesora de aula.

#### 9. RECURSOS:

8.1. Recursos físicos: material reciclable; madera; tierra; abono; recurso humano

8.2. Comité ambiental: estudiantes; padres de familia del 2° grado "B"; docente; recurso financiero.

#### 10. DETALLE DE LAS ACTIVIDADES QUE SE DESARROLLARÁN:

**ACTIVIDAD 1:** Indagar con el docente y la comunidad educativa sobre las necesidades actuales.

**ACTIVIDAD 2:** Establecer con los estudiantes y padres de familia la forma en cómo se va a llevar a cabo el proyecto pedagógico de aula, resaltando la importancia de la participación de toda la comunidad.

**ACTIVIDAD 3:** Definir los materiales a utilizar para la ejecución del proyecto pedagógico de aula.

**ACTIVIDAD 4:** Gestionar los materiales que se van a necesitar como canastas, brochas, pinturas, abono y demás.

**ACTIVIDAD 5:** Decepcionar la donación de gajos de plantas por parte de los padres de familia y comunidad educativa en general.

**ACTIVIDAD 6:** Realizar la división del jardín escolar mediante la colocación de ladrillos por parte de los padres de familia.

**ACTIVIDAD 7:** Sembrar las plantas en el lugar destinado para el jardín escolar por parte de los padres de familia.

**ACTIVIDAD 8:** Pintar los ladrillos que conforman el jardín escolar por parte de los estudiantes.

**ACTIVIDAD 9:** Promover el sentido de pertenencia en la comunidad educativa de manera que todos participen en el cuidado y mantenimiento del jardín escolar.

**ACTIVIDAD 10:** Reunión con los y las estudiantes y padres de familia del 2° grado "B" para evaluar resultados y recomendaciones acerca del proyecto.

## PROGRAMA

### **“ESCUELAS LIMPIAS” PARA MEJORAR LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN EDUCACIÓN PRIMARIA”**

#### NOMBRE DEL PROYECTO:

**“CULTIVEMOS HÁBITOS DE HIGIENE PARA MANTENER NUESTRA I.E. LIMPIA, PROMOVRIENDO UNA CULTURA DE RECICLAJE”**

#### 1. DATOS INFORMATIVOS.

1.1.- INSTITUCIÓN	:	N° 80382 “Carlos A. Olivares”
1.2.- ÁREAS	:	Todas las Áreas
1.3.- NIVEL	:	Primaria
1.4.- MODALIDAD	:	Menores
1.5.- EJECUCIÓN	:	Abril - Diciembre
1.6.- AÑO LECTIVO	:	2018

#### 2. PROBLEMAS PRIORIZADOS

##### 2.1. PROBLEMATIZACIÓN:

Son problemas significativos y funcionales para la vida presente y futura de los estudiantes, lo que implica que, deben conectarse con los intereses y preocupaciones de los alumnos, de modo que cobren sentido para ellos, que sean aplicables a la vida cotidiana, y que movilicen contenidos culturales socialmente relevantes.

**Primera prioridad:** basura, basura y más basura; los alumnos hoy en día generan grandes cantidades de basura, al punto tal que la basura orgánica e inorgánica están fuera de los basureros convirtiendo esto en un problema ambiental muy serio de la Institución Educativa.

**Segunda prioridad:** es de conocimiento los graves problemas que se tienen en la utilización de los servicios higiénicos de la institución educativa ya que los estudiantes malogran constantemente las instalaciones y servicios que se brinda, esto se produce por la falta de medidas correctivas y colectivas que ayuden a evitar la mala utilización de dichos ambientes.

**Tercera prioridad:** nuestras áreas verdes están descuidadas, los docentes, estudiantes y padres de familia poco o nada hacemos y expresamos una total despreocupación por conservar y mantenerlo limpio.

**Cuarta prioridad:** la ausencia de una conciencia y cultura ambiental; la falta de una comprensión en las diversas generaciones, genera actitudes absolutamente contradictorias y que puede encontrarse frecuentemente en cualquier estrato social.

## 2.2. ALTERNATIVAS DE SOLUCION:

**PRIMERA PRIORIDAD:** reducir la cantidad de desechos orgánicos e inorgánicos de la institución educativa, asumiendo que solo con el sistema de las 3R reducir, reutilizar y reciclar bien organizados y proyectados alcanzaremos una nueva forma de manejar los residuos.

**SEGUNDA PRIORIDAD:** impulsar la correcta utilización de las distintas unidades del servicio higiénico para el mejoramiento en sus hábitos de higiene, implementando las condiciones sanitarias de dicho ambiente.

**TERCERA PRIORIDAD:** conservar nuestras áreas limpias y cuidadas.

**CUARTA PRIORIDAD:** concientizar, y sensibilizar a la comunidad educativa en temas ambientales de acuerdo a la problemática de limpieza y salud de la institución educativa

## 3. JUSTIFICACIÓN:

Actualmente existe una serie de problemas ambientales en nuestro país, siendo uno de los más importantes la excesiva generación de residuos sólidos y la inadecuada disposición final de los mismos. Este importante problema ambiental es el más común de las instituciones educativas lo cual provoca que aumente el riesgo de la comunidad a contraer algunas enfermedades. Por tal razón es que se ha previsto la realización de este proyecto que forma una adecuada conciencia ambiental alrededor de este tema.

La I.E. N° 80382 "Carlos A. Olivares", es el lugar donde pasamos mayor parte de nuestro tiempo, entonces podemos decir que ella es parte de nosotros y nosotros somos parte de ella entonces ¿Cómo podemos explicar que somos nosotros mismos quienes estamos dañando el lugar donde convivimos y por ende dañándonos nosotros mismos?

Al observar que los educandos hacen mal uso de los ambientes como de las aulas, patio, paredes, mobiliario escolar.

Todo acto nos llevó a plantear el presente proyecto, al realizar su diagnostico situacional, encontró que los educandos y la comunidad educativa en general hacen mal uso de los ambientes, mobiliario escolar, observándose la falta de higiene en las paredes, pisos, aulas, servicios higiénicos, patios y demás ambientes de la institución asimismo, podemos observar alumnos desaseados y con evidentes signos de desnutrición.

Por ello es necesario que la comisión de escuelas limpias y saludables implemente un programa de apoyo, control y difusión del cumplimiento de normas sanitarias, esto ayudara a mejorar las condiciones de vida, educación y salud de la comunidad uretana y su entorno.

Cuando hablamos de escuela de excelencia, no solo es que la Institución Educativa cuente con una buena gestión, debemos contar al contrario con aulas escolares e infraestructura en optimas condiciones y con la comunidad educativa comprometida en la resolución y participación del quehacer educativo, es el de contar con una institución educativa verde, limpia y saludable y seguro en todo sentido de la palabra, esto involucra, todo el aspecto ambiental donde se desarrolla el acto de educar.

#### **4. OBJETIVOS:**

##### **4.1. GENERALES:**

- Sensibilizar, involucrar y fomentar en la actividad educativa, padres de familia, docentes, estudiantes y la sociedad, en el desarrollo de hábitos de limpieza del entorno escolar
- Que los miembros de la comunidad Educativa tomen conciencia del hábito de la limpieza y orden en la IE, en sus hogares comunidad con el apoyo de los docentes y promover el reciclaje en beneficio del medio ambiente.
- Reconocer las formas de contaminación ambiental y sus efectos.
- Determinar los factores negativos que afectan a la conservación del lugar donde convivimos, a través de la observación, entrevistas y aplicación de reglamentos.
- Realizar acciones que fomenten la practica de hábitos de limpieza a nivel del colegio.
- Lograr que el alumno en general tome conciencia de sus responsabilidades de cuidar el colegio y el lugar en donde vive.
- Elevar la calidad de vida y la salud ambiental propiciando la participación activa de los gobiernos locales y la sociedad civil a nivel local y regional, en la reflexión y solución de problemas ambiéntales en el marco del programa nacional de emergencia educativa.

##### **4.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- 1) Organizar a la comunidad educativa para afrontar sus principales problemas ambientales con el propósito de informar, sensibilizar e involucrar a esta sobre los problemas de contaminación ambiental.
- 2) Lograr en los miembros de la comunidad los hábitos de orden, limpieza y uso racional del agua.
- 3) Promover el mejoramiento de las condiciones de uso de los ambientes de los servicios higiénicos de la I.E. propiciando buenos hábitos y actitudes de respeto, tolerancia, honradez y solidaridad.
- 4) Promover estilos de vida saludable en cuanto lo ambiental, nutricional y mental.
- 5) Fomentar la cultura de reciclaje, como una actividad productiva de generación de ingresos.
- 6) Hacer la sala de profesores un lugar agradable para la convivencia.
- 7) Sensibilización a los docentes frente al orden y la limpieza en:
  - El aula de profesores.
  - En cada uno de los espacios que presente en la institución.
  - Despertar en el docente el sentido de pertinencia y responsabilidad.
- 8) Fomentar la colaboración y participación de la comunidad escolar (maestros escolares padres de familia personal directivo administrativo) en conseguir una escuela verde limpia y saludable.

#### **5. ACTIVIDADES.**

- Recopilación de información, utilizando todos los medios posibles, oral, escrito, libros, revistas, Internet, etc.
- Realización de acciones indirectas de reducción y sensibilización que contrarrestan los hábitos negativos de nuestros compañeros.
- Elaboración y ubicación de afiches.
- Campaña agresiva frente la importancia del orden y la limpieza.
- Campaña de limpieza interna (recolección de papeles de todo el colegio)
- Toma de fotos y diseño del panel de exposición.
- Diseño y aplicación de una encuesta.

## TEMA TRANSVERSAL.- “EDUCACION AMBIENTAL”

DURACION: del I trimestre al III trimestre

Del 1° de Marzo al 15 de Diciembre 2018

### PLANIFICACION DE ACCIONES:

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	CRONOGRAMA									
		M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
➤ Organización de la comisión	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elección del Comité Ambiental Escolar</li> <li>Reunión de los integrantes</li> <li>Coordinación con personal directivo y jerárquico.</li> <li>Coordinación con Dirección.</li> </ul>	X	X								
➤ Campañas de sensibilización sobre limpieza de la infraestructura escolar y aseo personal...por mes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboración de lemas, pancartas, proyección de videos ambientaltes etc.</li> <li>Marcha con carteles que contengan mensajes relacionados a los problemas ambientales</li> </ul>		X	X				X			
➤ Adquisición de tachos big ben para la basura y papeleras.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Oficios a la Municipalidad de Chepén, empresas privadas.</li> </ul>		X	X	X						
➤ Elaborar Requerimiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comisión de escuelas limpias</li> </ul>			X				X			
➤ Designación de policía ecológica, en cada aula.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Selección e implementación de alumnos por aulas.</li> </ul>				X						
➤ Concursos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lemas, Afiches, Pancartas y Murales</li> <li>Concurso y presentación de tachos</li> </ul>				X		X		X		

	ecológicos (orgánicos e inorgánicos)										
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Establecer convenios con ONG y Centro de Salud</li> <li>➤ Charlas al personal docentes y tutores alumnos</li> </ul> <p>Temas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Saneamiento ambiental</li> <li>✓ Salud integral</li> <li>✓ aspecto nutrición</li> <li>✓ prevención de enfermedades como: Diarrea, dengue, difteria, uso y abuso de drogas, tabaco y alcohol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Charlas de capacitación por el personal de Salud de Nueva Esperanza</li> <li>• Feria nutricional conocimiento del valor nutritivo</li> <li>• Charlas por personal especializado de del Hospital de Chepén.</li> <li>• ONGs</li> <li>• Defensora del pueblo</li> </ul>			x							
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Monitoreo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Control del uso de los ambientes y mobiliario</li> </ul>	x	x	x	x						
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Evaluación del proyecto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Durante el proceso:</b> Comisión de Escuelas Limpias y Saludables</li> <li>• <b>Al final del proyecto:</b> Comisión y dirección</li> </ul>										x

## 6. CONCLUSIONES:

- Los factores o elementos contaminantes de nuestra institución son los papeles y envolturas, los residuos de los alimentos consumidos por el alumnado, los envases plásticos, etc.
- El problema de la basura se debe principalmente al factor humano que aun no tiene conciencia de su rol de cuidar el lugar donde convive , nuestro patio, corredores

aulas frecuentemente se ven ordenados con papeles, cáscaras y envolturas que integrantes de la comunidad educativa botan mientras camina.

- El ornato y limpieza de nuestra institución también se ve afectada por la mala costumbre de estudiantes de rayar las paredes, pizarras, carpetas.
- La contaminación en el aula de profesores esta dada básicamente en el desorden y la pereza de llevar los envases al cilindro, o votar el desechable al tacho
- Se observó en algunos compañeros que no les interesa mantener limpio cuidar nuestro colegio.

## **7. SUGERENCIAS:**

- Constituir un organismo institucional que coordine la realización de campaña de limpieza y acciones de difusión orientadas a concientizar a la comunidad educativa sobre la importancia de la práctica de los hábitos de orden y limpieza personal y colectiva.
- Utilizar mas cilindros de basura en las zonas de circulación y aulas de clase
- En las horas de formación se debe incidir en la práctica de los hábitos de higiene.
- Incluir en la comisión de escuelas limpias al personal administrativo y de servicio.
- Solicitar al equipo de C. y T. para que realice una capacitación para identificar deshechos reciclables y no reciclables, orgánicos y tóxicos.
- Solicitar al equipo de industria alimentaría, para llevar acabo una feria nutricional.
- Coordinar con el Municipio Escolar para ayudar a conservar limpia nuestra institución educativa, utilizando como lema “coloca la basura en los cilindros y mantén tu lugar de trabajo y estudio limpios”
- La supervisión y monitoreo de esta comisión debe ser asumida por un miembro directivo de la institución.
- Cada responsable debe de mantener su aula limpia durante sus horas de clases.
- Convirtamos la institución educativa MEGU en la más limpia de Nueva Esperanza.

## **8. FINANCIAMIENTO.**

**A) RECURSOS ECONOMICOS:** Reciclaje  
Donaciones

**B) RECURSOS PROPIOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA:**

Necesidades y Carencias: ambiente para depositar el reciclaje de papel  
depósitos de basura entre pabellones tachos  
basura para cada aula.

de

## SESIONES DE APRENDIZAJE

### SESIÓN N° 1

#### DEFENSORES DE LOS ANIMALES

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	Materiales o recursos a utilizar
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Preparar imagen para la motivación.</li> <li>➤ Preparar lectura de la protección defensa de los animales.</li> <li>➤ Preparar tarjetas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Imagen para la motivación.</li> <li>➤ Lectura de la protección defensa de los animales.</li> <li>➤ Tarjetas</li> <li>➤ plumones</li> </ul>

#### INICIO:

- *Observan la siguiente imagen*

#### LOS DEFENSORES DE LOS ANIMALES



- *Se les pregunta a los niños ¿Alguna vez ustedes participaron en la marcha para defender la vida de los animales? ¿Por qué hay organizaciones de protector de los animales?*
- **Comunicamos el propósito de la sesión:**

### HOY VAMOS A INFORMARNOS Y DIALOGAR SOBRE LOS DEFENSORES DE LOS ANIMALES.

- **Acuerdan normas de convivencia:**
  - Ponerse de acuerdo respetando las ideas.

#### DESARROLLO

##### A los animales hay que respetarlos

Se intenta hacer de la lucha contra el maltrato animal una batalla integral que no sólo quede en el tema del	<p style="text-align: center;"><b>TENENCIA RESPONSABLE</b></p> <p>Consiste en la calidad de vida que los dueños deben darles a sus</p>	<p style="text-align: center;"><b>QUEREMOS ANIMALES FELICES</b></p>
--	--	---

<p>maltrato animal y el delito que conlleva, sino que también queremos darle un doble objetivo, que es hacer de la población el medio fiscalizador y el denunciante directo del delito.</p> 	<p>mascotas, esto se refiere a la alimentación, afecto, educación, condición del espacio físico donde viven, actividad física, esterilizaciones, controles médicos periódicos, vacunaciones, desparasitaciones, tratamientos.</p> 	 <p><b>DENUNCIA AQUÍ</b> Para denunciar un hecho de maltrato animal puedes recurrir a Carabineros de Chile. Fiscalía, o a la Policía de Investigaciones o la PDI</p>
---	---	---

### Nos informamos.

- Al finalizar la lectura los niños escriben sus concreciones sobre los defensores de los animales.

Son defensores de los animales, aquellas personas que quieren mucho a los animales.

Son defensores de los animales, buscan que todas las personas traten bien a los animales.

Son defensores de los animales, buscan que los animalitos abandonados se han adoptados y reciban buen trato.

Son defensores de los animales, buscan que los animalitos vivan felices.

Son defensores de los animales, nos pide que debemos denunciar todo maltrato que observemos de los animales.

- No olvidemos que los animales son seres como nosotros, que sienten hambre y tienen muchas necesidades. La persona que adopta animalitos debe de ser muy responsable.

### CIERRE

- Finalmente, entre todas y todos proponemos un compromiso que vamos a asumir de ahora en adelante cuando estemos en la vía pública, y se escribe en la pizarra.

### Tarea para la casa

Escribe un compromiso de buen trato a las mascotas, ¿Cómo lo harías escríbelo?

Lee el siguiente texto:

<b>Nuestro mejor amigo</b>	
	El perro es el mejor amigo del hombre. Es un animal inteligente y fiel que es capaz de ayudar a las personas de muchas formas. Hay perros pastores que cuidan y guían el ganado.
	Otros como los dóberman, son muy buenos para la vigilancia y defensa. Los pastores alemanes son excelentes perros policía. Hay perros fuertes y resistentes, como los husky que tiran de los trineos en la nieve.
	Los golden retriever son magníficos perros guía. Aprenden a guiar a las personas ciegas por la calle y en los transportes públicos.
Además, algunos perros, como los terrier y los caniches, pueden formar parte de una familia, ya que hacen mucha compañía y son muy cariñosos.	

**Escribe otro título para esta lectura.**

---

**Subraya en el texto las palabras y expresiones que nos dicen cómo son los perros. Después, copíalas**

Inteligente,

---

---

**¿Qué puede hacer cada uno de los perros que aparece en el texto?  
Completa la tabla.**

<b>Tipo de perro</b>	<b>¿Qué puede hacer?</b>
Perro pastor	Cuidar y guiar al ganado
Dóberman	
Husky	
Golden retriever	
Terrier y caniche	

**Escribe V en las oraciones verdaderas y F en las oraciones falsas.**

- Los perros no pueden vivir en una familia. ( )
- Los perros son buenas mascotas y ayudan a las personas de muchas formas. ( )
- Los perros solo pueden vivir con otros animales. ( )
- Las mascotas son animales que se cuidan por sí mismos. ( )

**¿Qué tipo de perro te gustaría tener? Explica por qué.**

---

## SESIÓN Nº 2

### El tren de la salud

#### ¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?

- Preparar todos los materiales con anticipación

#### Materiales o recursos a utilizar

- Una manzana
- Dibujo o recorte de una botella de cerveza.
- Cartulina, hojas, lápices de color
- Tijeras, goma, cinta

#### ¿Qué buscamos?

- Que los estudiantes reconozcan cómo las drogas son sustancias que dañan nuestra salud.

#### PRESENTACIÓN

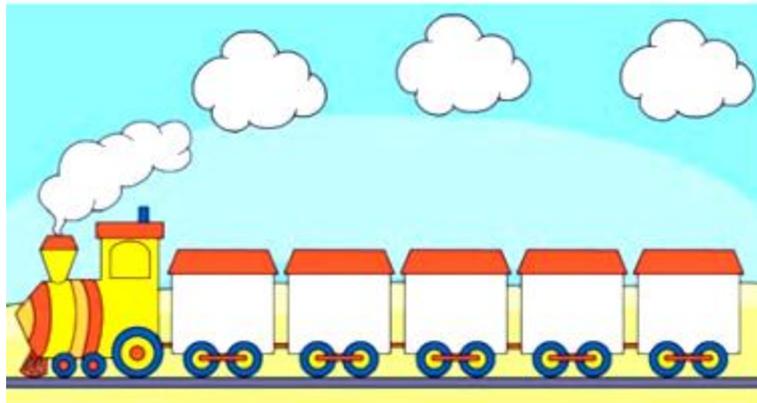
- *Se muestra una manzana y preguntamos ¿Qué es esto? ¿para que sirve? ¿es bueno para la salud? Luego se muestra la imagen de una botella de cerveza y hacemos las mismas preguntas y se pregunta ¿saben que es una droga?*
- *Comentamos que existen sustancias o alimentos que al ingresar a nuestro organismo benefician a la salud , y otras como la cerveza (drogas) dañan nuestra salud.*

#### DESARROLLO

- *Dictan nombres de alimentos o productos que suelen consumir en casa y que son buenos para la salud. Luego dictan productos que conocen que dañan la salud.*

Alimentos sanos	Alimentos que dañan la salud

- *Dibujan y colorean dos alimentos o productos buenos para la salud y un producto o sustancia que daña la salud. Terminado el trabajo, solicitamos que recorten sus dibujos y los peguen en cartulinas en forma de rectángulo, y el que es dañino, dentro de una nube.*
- *Explicamos que van a construir “EL tren de la salud”. Cada rectángulo representará un vagón del tren que irán ordenando en la pizarra de forma espontánea y uniendo con una cinta masking tape. Se les entrega la silueta de un tren e irán ordenando en la pizarra.*



- *Reflexionamos sobre la importancia de consumir alimentos y sustancias que son buenos para la salud de las personas, porque nos permite tener bienestar y realizar actividades con entusiasmo.*

### **CIERRE**

- *Se pide que formen cuatro grupos; los integrantes de cada equipo se colocarán formando una columna, con las manos en los hombros del compañero o compañera que esté adelante. Una vez que hayan formado el tren, dan una vuelta alrededor del aula diciendo que consumen alimentos saludables porque quieren crecer sanos y fuertes.*

### **Después de la hora de tutoría**

- *Escriben en una hoja bond los nombres de tres drogas que dañan la salud*

### **Ideas fuerza**

- *Nuestro organismo necesita sustancias sanas y nutritivas para tener energía y vitalidad.*
- *No todo lo que ingerimos nos alimentan y dan salud.*
- *La salud de nuestro cuerpo depende de una dieta sana y balanceada que excluye sustancias tóxicas.*
- *Lee y responde:*

#### **La salud depende de nuestro comportamiento**

En buena medida, la salud depende de nuestros hábitos y comportamientos. Por ejemplo:

**Observa y analiza los dibujos 1 y 2:**



**Ahora, responde :**

¿Qué observas en el dibujo 1?

---

¿Qué observas en el dibujo 2?

---

¿Qué conclusión puedes sacar de lo que expresan los dibujos?

---

**Para entender mejor los problemas, como los que nos presentan los dibujos es necesario conocer las posibles causas. Para ello a cada respuesta que señala ¿Por qué?**

¿Qué le sucede a José?

---

¿Por qué?

---

¿Por qué?

---

¿Por qué?

---

¿Por qué?

---

De las respuestas que diste subraya todas las que corresponden a comportamientos o hábitos.

## SESIÓN

### CÓMO PODEMOS ENCONTRAR SOLUCIONES QUE SEAN BUENAS PARA TODOS Y NO SOLAMENTE PARA ALGUNOS

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales se utilizarán en esta sesión?
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Preparar imagen para la motivación.</li><li>➤ Tener listo papelote, plumones</li><li>➤ Ficha de trabajo</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Imagen para la motivación.</li><li>➤ Papelote, plumones</li><li>➤ Ficha de trabajo</li></ul>

#### INICIO:

##### Presentación

- A los niños se invita a ver esta imagen



- Luego se pregunta: ¿Cómo se encuentran los niños? ¿Por qué creen que están disgustados? ¿Qué les hizo disgustar?
- Dialogamos con los niños; “Muchas veces discutimos con nuestros amigos porque queremos hacer cosas diferentes. ¿O también no pusieron la misma atención a nuestro pedido al igual que otro compañero? en este caso ¿Cómo nos sentimos? Por ejemplo, algunas veces, a nuestros amigos le dejaron jugar rompecabezas, ¿pero a unos nos lo han negado? ¿Alguna vez les pasó? ¿Cómo se sintieron?
- Se da a conocer el propósito de aprendizaje:  
**HOY VAMOS A HABLAR DE CÓMO, PODEMOS ENCONTRAR SOLUCIONES QUE SEAN BUENAS PARA TODOS Y NO SOLAMENTE PARA ALGUNOS”.**
- Seleccionamos normas de convivencia?
  - Esperar su turno para hablar
  - Participar en todas las actividades.

## DESARROLLO

- *Veamos esa situación*

<b>¿Por qué él puede y yo?</b>
<p>Juan es un niño que realiza sus tareas de manera rápida. Él terminó de hacer el trabajo que se le encomendó al inicio de clase y se puso a jugar en el sector de rompecabezas con algunos compañeros. Pedro estuvo entregando su trabajo y tocó la sirena de cambio de hora, él deseaba jugar y se le indica que ya no puedes jugar, ¿entonces surge la pregunta? ¿Por qué él sí puede jugar y yo no? Ante esta situación</p> <p>¿Pedrito manifiesta que Juan es su engrudo a él siempre le consciente?</p> <p>La respuesta es recordarle, que el que termina de hacer su trabajo a tiempo podía distraerse. Pedrito seguía enojado</p>

- *Dos estudiantes voluntarios representan la situación del desarrollo de su trabajo. Uno de Juan y otro de Pedro*
- *Luego de la representación, proponga las siguientes preguntas y escuche algunas respuestas:*
  - *¿Cuál es el problema aquí? ¿Cómo realiza sus tareas Juan? ¿De qué forma realiza sus tareas Pedro? ¿Por qué se demoró Pedro en hacer sus tareas? ¿Por qué a Pedro ya no se le dio la oportunidad de Jugar? ¿Qué debe de hacer Pedro en las siguientes tareas? ¿Juan debe de seguir pregunta por qué a él si a mí no?*
- *En estas situaciones:*
  - Se debe de respetar los tiempos indicados.
  - Saber distinguir mi tarea del momento y no distraerse.
  - Dialogar para entender la situación

## CIERRE

- *Se realiza el compromiso, de dedicar el tiempo a la actividad que se está desarrollando hasta terminar, para que puedas disfrutar de otros tiempos.*

## IDEAS FUERZA

- *Una estrategia adecuada para resolver conflictos que se piensa que en estas edades de las y los estudiantes son los turnos y el compartir.*
- *Los conflictos no son malos, por el contrario, forman parte las interacciones humanas.*
- *Cuando tenemos un conflicto, no necesariamente terminamos peleando, las peleas usualmente reflejan un mal manejo de los conflictos.*

## Tarea para la casa

- *Leen el siguiente texto: “No es justo”*

Ana siempre decía lo mismo cuando sus padres no le compraban algo que quería.

- ¡No es justo, no es justo, no es justo! - gritaba mientras pataleaba -  
¡Tengo pocos juguetes, no es justo! chillaba siguiendo a su madre por toda la casa.

Era una niña tan caprichosa que sus abuelos nunca sabían qué regalarle por su cumpleaños. Y además, se cansaba muy pronto de sus juguetes nuevos.

Un día en el colegio su amiga Leire llegó muy triste.

- ¿Qué te pasa?, le preguntó Ana.

- Que mañana es el cumpleaños de mi hermano y mis papás dicen que no tienen dinero para comprarle un regalo. No es justo...

Ana pensó entonces en todas las veces que había llorado diciendo eso mismo. Así que llegó a su casa y después de merendar le preguntó a su madre si podía invitar a Leire y a su hermano a jugar ese fin de semana. La madre de Ana se extrañó de que su hija quisiera compartir sus juguetes, pero por supuesto que le dio permiso.

Ese sábado los tres niños jugaron juntos con los juguetes de Ana. Y al sábado siguiente también. Y al otro y al otro.... Ana estaba tan contenta jugando con sus amigos que ya no necesitaba que sus padres le compraran tantas cosas. Se le pasaba el tiempo volando y siempre quería que fuese sábado para que Leire y su hermano vinieran a su casa a jugar.

Un fin de semana, los padres de Ana se tuvieron que ir de viaje así que Ana fue a casa de Leire y su hermano a jugar. Ana vio que allí tenían pocas cosas y que las pocas que tenían estaban muy gastadas, como la ropa que llevaba Leire al colegio.

Los niños jugaron durante horas hasta que llegó la hora de que Ana se marchase. Lo que más le gustó fue crear muñecos con trozos de cartón. Jugaron a hacerles melenas de colores con trozos de lana y a ponerles collares hechos de macarrones. Ana pensó en todas las veces que había pedido juguetes nuevos y en lo mucho que se había enfadado cuando sus padres no se los compraban y se sintió muy mal.

Esa misma noche al contarle a su madre lo que habían estado haciendo, Ana empezó a entender lo que era la justicia.

- Sabes mami, lo que no es justo es que Leire y su hermano tengan los juguetes viejos y la ropa estropeada. Ojalá todos tuviéramos lo mismo y todos los niños pudieran ser felices.

Poco a poco, Ana fue entendiendo que se había equivocado diciendo tantas veces eso de "no es justo" porque había cosas mucho más importantes en la vida que tener juguetes nuevos por todas partes

### **Responden preguntas:**

1. ¿Qué opinas de Ana? ¿Por qué?

---

2. ¿Cuándo se dio cuenta de su error?

---

3. ¿Qué nos enseña Ana?

---



Anexo 4: Álbum fotográfico

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS















