UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA EDUCACIÓN INICIAL

TÍTULO:

EL HUERTO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NIÑOS DE 5 A 6 AÑOS

TRABAJO ESPECIAL DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADOS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL

AUTORES:
CESAR LUIS MOSQUERA OLAVE
AMY XIOMARA ROCAFUERTE YAGUAL

TUTOR:
DR. ISRAEL ANDRES TOMALÁ SALAVARRIA, Msc

LA LIBERTAD, AGOSTO 2026

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS

CARRERA EDUCACIÓN INICIAL

TÍTULO:

LA DRAMATIZACIÓN EN EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS

TRABAJO ESPECIAL DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN INICIAL

AUTORES:

ROCAFUERTE YAGUAL AMY XIOMARA

MOSQUERA OLAVE CESAR LUIS

TUTOR:

DR. ISRAEL ANDRES TOMALÁ SALAVARRÍA, MSC

LA LIBERTAD, AGOSTO 2026

DECLARACIÓN DEL DOCENTE TUTOR

En mi calidad de Docente Tutor del Trabajo de Integración Curricular, "**EL HUERTO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE NIÑOS DE 5 A 6 AÑOS**", elaborado por el Sr. CESAR LUIS MOSQUERA OLAVE Y Srta. AMY XIOMARA ROCAFUERTE YAGUAL , estudiantes de la Carrera de Educación Inicial, Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas de la Universidad Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias Educación Inicial, me permito declarar que luego de haber dirigido su desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por la cual, apruebo en todas sus partes, encontrándose apto para la evaluación del docente especialista.

Atentamente



Dr. Israel Andrés Tomalá Salavarria, MSc.
DOCENTE TUTOR
C.I. 0930932900

DECLARACIÓN DOCENTE ESPECIALISTA

En mi calidad de Docente Especialista, del Trabajo de Integración Curricular **"EL HUERTO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE NIÑOS DE 5 A 6 AÑOS",** elaborado por el Sr. CESAR LUIS MOSQUERA OLAVE Y la Srta. AMY XIOMARA ROCAFUERTE YAGUAL , estudiante de la Carrera de Educación Inicial, Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas de la Universidad Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial, me permito declarar que luego de haber evaluado el desarrollo y estructura final del trabajo, éste cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por la cual, declaro que se encuentra apto para su sustentación.

Atentamente



Lic. Nubia Jaramillo Bazurto, Msc.
DOCENTE ESPECIALISTA
C.I.0922018726

TRIBUNAL DE GRADO

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
ANA MARIA URIBE VEINTIMILLA

Ed. Párv. Ana Uribe Veintimilla, Msc

DIRECTORA DE CARRERA

EDUCACION INICIAL

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
NUBIA VICTORIA JARAMILLO BAZURTO

Lic. Nubia Jaramillo Bazurto, Msc

DOCENTE ESPECIALISTA

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
ISRAEL ANDRES TOMALA SALAVARRIA

Dr. Israel Tomalá Salavarria, Msc

DOCENTE TUTOR

Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
RUTH ESTHER PENAFIEL VILLARREAL

Lic. Esther Peñafiel Villareal, Msc.

DOCENTE GUIA UIC

DECLARACIÓN AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

El presente Trabajo de Integración Curricular, con el título "EL HUERTO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN NIÑOS DE 5 A 6 AÑOS", declaró que la concepción, análisis y resultados son originales y aportan a la actividad educativa en el área de Ciencias de la Educación Inicial.

Atentamente,



Sr. César Luis Mosquera Olave

C.I: 2400232712



Srta. Amy Xiomara Rocafuerte Yagual

C.I: 0928125475

DECLARATORIA DE RESPONSABILIDAD

Quienes suscriben: CESAR LUIS MOSQUERA OLAVE, C.I. 2400232712 Y AMY XIOMARA ROCAFUERTE YAGUAL CON C.I. 0928125475 estudiantes de la Carrera de Educación Inicial, declaramos que el Trabajo de Titulación, presentado a la Unidad de Integración Curricular, cuyo tema es: "El Huerto Escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años" corresponde y es de exclusiva responsabilidad de las autoras y pertenece al patrimonio intelectual de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

Atentamente,



Cesar Luis Mosquera Olave
C.I. 2400232712



Amy Xiomara Rocafuerte Yagual
C.I. 09281225475

DEDICATORIA

A Dios, creador de todo lo que existe, quien estuvo presente en todos estos años de estudio; quién me dio la sabiduría para entender, la inteligencia para resolver, el dominio propio para no rendirme y el amor para no endurecer mi corazón. A Él, que fue mi amparo y fortaleza, mi pronto auxilio en momentos de flaqueza. A mis padres, César Mosquera y Tania Olave, cuyo apoyo estuvo más allá de lo económico, quienes fueron mi abrigo en las noches de desvelo y la palabra exacta en los momentos de duda, quienes fueron mis pies cuando ya no quería caminar. A mis amados hermanos Fernanda Mosquera y Alejandro Mosquera, cómplices de este sueño, que en ningún momento dudaron de mí y supieron esperar en silencio cada una de mis ausencias. A toda mi familia y cada hermano en Cristo que, desde la distancia o la cercanía, elevó oraciones por este siervo, porque sé que no llegué solo. A todos ustedes, gracias por ser parte de este gran logro que hoy veo cumplido y con el corazón lleno de regocijo.

César Luis Mosquera Olave

Dedico este logro a Dios por ser mi guía en este camino por concederme sabiduría, constancia y permitirme alcanzar esta meta tan anhelada. A mis queridos padres, Wilston Rocafuerte y Geomar Yagual por ser el pilar fundamental de mi vida, por su amor incondicional, por enseñarme que con esfuerzo y perseverancia los sueños pueden hacerse realidad. A mi novio Santiago Salinas, por permanecer a mi lado en los momentos más difíciles, por creer en mí cuando yo misma dejé de hacerlo y por motivarme a seguir adelante hasta cumplir este sueño. A mi querida abuelita, María Asencio, por su amor y sus oraciones, de manera muy especial a mi ángel en el cielo, Plutarco Rocafuerte, porque, aunque ya no esté físicamente conmigo, su recuerdo vive en mi corazón y sé que desde el cielo ha guiado cada uno de mis pasos. A todos ustedes, gracias por ser parte de este sueño que hoy se convierte en una hermosa realidad.

Amy Xiomara Rocafuerte Yagual

AGRADECIMIENTO

Para empezar, mi más profunda gratitud a Dios todo poderoso, aquel que me dio la vida y que, con su grande misericordia, ha puesto en mi sabiduría, fortaleza y la perseverancia para no desmayar en el camino, tal como se expresa en Filipenses 4:13: “Todo lo puedo en Cristo que me fortalece”. A mis padres, hermanos y familia, por ser ese pilar silencioso, pero firme. Gracias por su apoyo emocional y sus palabras de aliento, que fueron el combustible que me sostuvo en los días difíciles. A mis amigas, gracias por su amistad sincera; aquellas que nunca dudaron en compartir sus conocimientos, tiempo y fuerza sin reservas. A la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por darme la oportunidad y brindarme el espacio físico y académico para crecer como profesional, y a los docentes que, con mucha paciencia, amor y entrega, formaron parte de mi vida académica. Y así, con el corazón lleno de felicidad, agradezco a todos aquellos que confiaron en mí y ahora son parte de esta historia.

César Luis Mosque Olave

En primer lugar, toda la gloria y honra sean para Dios por ser mi guía, mi fortaleza y mi refugio durante cada etapa de este camino. A mis padres, por sus sacrificios, su apoyo constante. A mis hermanas Nathaly, Elina, Maria Paula y a mi mejor amiga Emily de la Cruz por acompañarme en este proceso, brindándome ánimo en los momentos en que más lo necesité. A mi novio, por creer en mí incluso cuando yo dudaba de mis propias capacidades. A mis amigas, Shirley, Juleidy, Belen, Melina, Solange, Angie, por compartir conmigo esta etapa universitaria, por cada palabra de aliento, por los momentos de alegría y por demostrarme el verdadero valor de la amistad. A la Universidad Estatal Península de Santa Elena y a los docentes que formaron parte de mi preparación académica. Finalmente, agradezco a todas las personas que de una u otra manera, confiaron en mí, me apoyaron y fueron parte de este logro, porque cada palabra de ánimo y cada gesto de cariño hicieron posible que hoy este sueño se convierta en una hermosa realidad.

Amy Xiomara Rocafuerte Yagual

ÍNDICE GENERAL

PORTADA i

CARATULA ii

DECLARACIÓN DEL DOCENTE TUTOR iii

DECLARACIÓN DOCENTE ESPECIALISTA iv

TRIBUNAL DE GRADO v

DECLARACIÓN AUTORÍA DEL ESTUDIANTE vi

DEDICATORIA viii

AGRADECIMIENTO ix

ÍNDICE GENERAL x

RESUMEN xv

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO I PRIMER MOMENTO SITUACIÓN PROBLEMÁTICA 3

Situación objeto de investigación 3

Contextualización de la situación objeto de investigación 4

Inquietudes del investigador 6

Propósitos u Objetivos de la investigación 6

Objetivo general 6

Objetivos específicos 6

Motivaciones del origen del estudio 7

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO-REFERENCIAL 10

Estudios relacionados con la temática 10

Referentes Teóricos 12

Huerto escolar 13
Concepto 13
Importancia 13
Estrategia lúdica 14
Beneficios 14
Aprendizaje vivencial 15
Educación ambiental 17
Alimentación saludable 18
Concepto 18
Importancia 19
Estrategia lúdica 19
Beneficios 20
Hábitos alimenticios 21
Relación entre el huerto escolar y los hábitos de alimentación saludable en la infancia 22
CAPITULO III ABORDAJE O MOMENTO METODOLÓGICO 23
Conceptualización ontológica y epistemológica del método 23
Población y Muestra 24
Naturaleza o paradigma de la investigación 26
Método Fenomenológico -hermenéutico 27
Técnicas e instrumentos de recolección de información 29

CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN DE LOS HALLAZGOS 38
Reflexiones Criticas.....38
Análisis de ficha de observación.....38
APORTES DEL INVESTIGADOR (CASUÍSTICA) 64
REFLEXIONES FINALES.....72
Referencias 73
ANEXO.....79

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudio..... 40
Tabla 2 Muestra de estudio..... 41
Tabla 3 Ruta metodológica del método fenomenológico-hermenéutico adapta al estudio 44
Tabla 4 Categorización de análisis 50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Triangulación 47
Figura 2 Red semántica: Ficha de observación 61
Figura 3 Red semántica: Ficha de observación 65
Figura 4 Red semántica: Ficha de observación 69
Figura 5 Red semántica: Ficha de observación 73
Figura 6 Nube de palabras ficha de observación 79

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela "Alfredo Sanz Rivera", ubicada en la parroquia Manglaralto, provincia de Santa Elena. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, sustentado en el paradigma interpretativo, con método fenomenológico-hermenéutico y de alcance descriptiva. La población estuvo conformada por una docente y 46 estudiantes del subnivel de Preparatoria, mientras que la muestra, seleccionada mediante muestreo intencional, estuvo integrada por una docente y cuatro estudiantes. Como técnicas de recolección de información se emplearon la entrevista semiestructurada y la ficha de observación; la información obtenida fue organizada, codificada y analizada mediante triangulación con el apoyo del software ATLAS. Ti 26. Los resultados evidenciaron que el huerto escolar constituye una estrategia pedagógica que favorece el aprendizaje vivencial, fortalece el interés por el consumo de alimentos saludables y promueve valores como la responsabilidad, el trabajo colaborativo, la autonomía y el respeto por el medio ambiente. Se concluye que el huerto escolar representa un recurso pedagógico pertinente para fortalecer la educación alimentaria en Educación Inicial mediante experiencias prácticas, participativas y contextualizadas.

Palabras clave: huerto escolar, alimentación saludable, educación inicial, aprendizaje vivencial.

INTRODUCCIÓN

La alimentación saludable durante la primera infancia constituye un factor fundamental para el crecimiento, el desarrollo integral y la formación de hábitos que perdurarán a lo largo de la vida. En este sentido, la educación inicial desempeña un papel esencial en la promoción de prácticas que favorezcan el bienestar infantil mediante experiencias significativas que permitan a los niños comprender el origen de los alimentos, valorar el consumo de productos naturales y desarrollar actitudes responsables hacia su salud y el medio ambiente. Dentro de estas estrategias, el huerto escolar se ha consolidado como un recurso pedagógico que integra el aprendizaje vivencial, la experimentación y el contacto directo con la naturaleza, fortaleciendo conocimientos, habilidades y valores relacionados con la alimentación saludable y la educación ambiental.

Por lo tanto, el presente estudio tiene como propósito analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela "Alfredo Sanz Rivera", ubicada en la parroquia Manglaralto, provincia de Santa Elena. La investigación surge ante la necesidad de comprender cómo las experiencias desarrolladas mediante el huerto escolar favorecen la adquisición de conocimientos y hábitos alimenticios saludables desde la educación inicial, considerando las percepciones de la docente y las experiencias de los estudiantes. Por eso, se busca aportar información que fortalezca las prácticas pedagógicas y promueva estilos de vida saludables desde edades tempranas.

La estructura del presente trabajo de investigación se encuentra organizada en cuatro capítulos, los cuales permiten desarrollar de manera secuencial el proceso investigativo.

CAPÍTULO I. En el primer capítulo se presenta el planteamiento del problema, donde se describe la realidad problemática relacionada con la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años y la importancia del huerto escolar como estrategia pedagógica dentro del contexto educativo. Por lo tanto, se expone la contextualización del estudio, la formulación y sistematización del problema, el objetivo general y los objetivos específicos, la justificación, la delimitación y la identificación de las categorías de estudio, sustentando la pertinencia de la investigación.

CAPÍTULO II. En el segundo capítulo se desarrolla el marco teórico, mediante la revisión de antecedentes internacionales, nacionales y locales que respaldan la investigación. De igual manera, se presentan las bases teóricas, conceptuales y legales relacionadas con las categorías huerto escolar y alimentación saludable, abordando aspectos como el aprendizaje vivencial, la participación infantil, la educación ambiental, los hábitos alimenticios y la relación existente entre ambas categorías, permitiendo fundamentar científicamente el estudio.

CAPÍTULO III. En el tercer capítulo se describe el abordaje metodológico de la investigación, sustentado en el enfoque cualitativo, el paradigma interpretativo y el método fenomenológico-hermenéutico. Por lo consiguiente, se detalla la población y la muestra, las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de información, el procedimiento desarrollado durante el trabajo de campo, las consideraciones éticas y el proceso de organización, codificación, categorización y análisis de los datos mediante triangulación con apoyo del software ATLAS.ti 26, garantizando el rigor científico del estudio.

CAPÍTULO IV. En el cuarto capítulo se presentan el análisis e interpretación de los resultados obtenidos mediante la guía de entrevista semiestructurada y las fichas de observación, organizados de acuerdo con las categorías y subcategorías establecidas en la investigación.

Posteriormente, se desarrolla la discusión y triangulación de los hallazgos con los antecedentes y referentes teóricos, permitiendo responder al objetivo de la investigación. Finalmente, se exponen las conclusiones y recomendaciones derivadas del estudio, así como la propuesta pedagógica elaborada como aporte investigativo, las referencias bibliográficas y los anexos que respaldan el desarrollo del trabajo.

CAPÍTULO I

PRIMER MOMENTO SITUACIÓN PROBLEMÁTICA

Situación objeto de investigación

El presente estudio se delimitó bajo el dominio de la Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas, Carrera de Educación Inicial, dentro del campo del desarrollo educativo, social y formativo de la niñez. Se estableció como línea de investigación las metodologías y procesos de enseñanza-aprendizaje, enfocándose en la sub-línea relacionada con el desarrollo integral, hábitos saludables y estrategias pedagógicas innovadoras en la educación inicial. Por lo tanto, el presente estudio denominado El huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años, se fundamentó en la necesidad de fortalecer los conocimientos y prácticas alimenticias saludables desde edades tempranas, promoviendo experiencias significativas mediante el uso del huerto escolar como recurso didáctico y pedagógico para favorecer el bienestar físico, social y educativo de los niños.

Según el autor Ávila (2017) señala que el huerto escolar se representa como una estrategia pedagógica trasciende a las tradiciones de las escuelas comunes, fortaleciendo los valores ambientales y permitiendo que los niños aprendan mediante las experiencias prácticas en el proceso de cultivo. Indica que esta metodología resulta especialmente efectiva en edades tempranas, dado que al involucrarlos directamente en actividades como sembrar, regar y cosechar, se logra obtener vínculos significativos despertando un mayor interés al cuidado al medio ambiente y mejora de hábitos.

De acuerdo con Yepes (2006) menciona que formar una educación en torno a la alimentación saludable durante los primeros años de vida se constituye esencial para que los niños construyan hábitos que beneficien a su crecimiento y bienestar integral. Esto fortalece las conductas alimentarias apropiadas, a través de iniciativas pedagógicas que integren a los estudiantes como figura central de su propio aprendizaje, permitiendo que los estudiantes de 5 a 6 años conozcan de donde provienen los alimentos y así generar mayor disposición hacia el consumo de elecciones nutritivas que los acompañen a lo largo de toda su vida.

En función de lo antes mencionado, se identificaron las causas y efectos que dan origen a la investigación:

De acuerdo con Herrán Murillo et al. (2023) la limitada educación alimentaria en niños representa una de las causas más alarmantes que afectan el desarrollo saludable en la infancia. Cuando estos entornos carecen de orientación necesaria sobre una alimentación equilibrada, los estudiantes se forman sin los conocimientos ni las herramientas imprescindibles para identificar y elegir alternativas nutritivas adecuadas. Esta realidad no es menor, su consecuencia se aumenta hacia el consumo de alimentos ultra procesados y con bajo nivel nutricional, lo que se deriva a problemas de salud a corto y largo plazo (Jiménez, 2023 p. 6302).

Una de las causas más relevantes es el consumo frecuente de alimentos ultra procesados que según López et al. (2022) ha aumentado de manera presurosa en América Latina, impactando directamente a niños y adolescentes los cuales se encuentran en una etapa crítica para formación de sus hábitos alimenticios. En la actualidad, los recreos escolares y las mesas en las familias están cada vez más dominado por productos con alto nivel de azucares, grasas saturadas y suplementos artificiales, que ofrecen muy poco o ningún valor nutricional. El fácil acceso a estos tipos de alimentos ha creado un entorno donde comer mal se ha convertido más sencillo que comer bien, lo que representa grandes riesgos (Díaz et al., 2020 p. 812).

De acuerdo con Vélez (2025) en la formación hacia una alimentación saludable a través del huerto escolar, el docente se vuelve en un referente cercano y motivador que genera un ambiente seguro y estimulante. Su papel es fundamental, ya que no solo debe mostrar entusiasmo y promover la participación de los niños en actividades como plantar, regar y cosechar, sino que también orientar el aprendizaje mediante experiencias prácticas que fortalezcan los conocimientos, habilidades y actitudes relacionadas con una alimentación saludable.

Contextualización de la situación objeto de investigación

Estudios sostienen que el huerto escolar constituye una estrategia pedagógica innovadora que favorece el aprendizaje vivencial y el desarrollo integral de los niños desde edades tempranas. En este sentido Salas et al. (2026) afirma que los huertos escolares fortalecen la participación de los estudiantes y promueven experiencias significativas relacionadas con la alimentación saludable y sostenible. Además, destacan que el contacto directo con la tierra, la siembra y el cuidado de las plantas permite que los niños desarrollen responsabilidad, objetivo e impersonal y cambios positivos en preferencias alimenticias. Estas experiencias también facilitan

que los aprendizajes adquiridos en la escuela sean trasladados al entorno familiar, favoreciendo hábitos alimentarios más saludables desde la infancia.

La alimentación saludable en la infancia representa un factor fundamental para el adecuado crecimiento físico, cognitivo y emocional de los niños. De acuerdo con Weigel & Armijos (2022) las instituciones educativas cumplen un rol esencial en la promoción de hábitos alimenticios saludables, debido a que el entorno escolar influye directamente en las decisiones alimentarias de los estudiantes, los autores señalan que la implementación de estrategias educativas vinculadas con la nutrición y el consumo de alimentos naturales contribuye a disminuir prácticas inadecuadas de alimentación y favorece estilos de vida más saludables, enfatizan que las actividades pedagógicas relacionadas con la alimentación permiten que los niños desarrollen conocimientos sobre nutrición y comprendan la importancia de mantener una dieta equilibrada desde edades tempranas.

El Ministerio de educación, deporte y cultura- MINEDUC (2025) señala que impulsar prácticas pedagógicas orientadas al bienestar de los estudiantes, especialmente en el nivel de Educación Inicial, busca fortalecer practicas saludables mediante experiencias significativas y participativas, una buena estrategia educativa integra el aprendizaje del cuidado del medio ambiente, la alimentación saludable y el trabajo participativo. A través de actividades como la siembra, el cuidado y la observación de plantas, los niños de 5 a 6 años desarrollan habilidades cognitivas, motrices y sociales, además de adquirir conocimientos sobre el origen y el valor nutricional de los alimentos, de esta manera las propuestas impulsadas por el Ministerio contribuyen a fomentar estilos de vida saludables desde la primera infancia y fortalecen la relación entre la escuela y la comunidad educativa.

Aunque existen investigaciones que demuestran los beneficios del huerto escolar para promover hábitos saludables, aún son limitados los estudios cualitativos que analicen cómo esta estrategia contribuye a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años dentro del contexto de la Educación Inicial ecuatoriana, particularmente en instituciones de la provincia de Santa Elena, esta situación evidencia una brecha de conocimiento que justifica el desarrollo de la presente investigación.

Inquietudes del investigador

La idea de hacer esta investigación nace del interés por conocer cómo el huerto escolar puede contribuir a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Por eso, busca comprender la importancia de implementar estrategias pedagógicas que favorezcan la adopción de hábitos alimentarios saludables desde la primera infancia.

Pregunta principal

¿De qué manera la implementación del huerto escolar contribuye a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años?

Preguntas secundarias

¿Cuáles son los fundamentos teóricos relacionados con el uso del huerto escolar y la de enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años?

¿Cuál es el estado actual del uso del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable los niños de 5 a 6 años?

¿Qué actividades contribuyen al uso del huerto escolar y la enseñanza de la alimentación saludable en los niños de 5 a 6 años?

Propósitos u Objetivos de la investigación

Objetivo general

Analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años.

Objetivos específicos

Fundamentar los aportes teóricos relacionados con el huerto escolar y la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años.

Describirla situación actual del uso del huerto escolar y la enseñanza de la alimentación saludable en los niños de 5 a 6 años.

Diseñar actividades pedagógicas fundamentadas en el huerto escolar y la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años.

Motivaciones del origen del estudio

El presente estudio se justifica por la necesidad de fomentar una buena alimentación saludable desde la primera infancia, etapa en la que los niños adquieren las bases principales para un buen desarrollo físico, cognitivo y emocional. La existencia de problemas de malnutrición, sobrepeso y consumo excesivo de alimentos procesados evidencia la importancia de implementar actividades pedagógicas innovadoras que favorezcan la educación alimentaria de manera práctica y significativa.

A partir de ello, el huerto escolar se convierte en un recurso valioso, dado que permite a los niños vivir experiencias prácticas relacionadas con el cultivo, cuidado y el uso de alimentos sanos. Facilitando emplear actividades esenciales que afiancen los conocimientos sobre la alimentación nutritiva, desarrollando conductas puntuales y necesarias como la responsabilidad, el trabajo en equipo y la protección del medio ambiente, lo cual resulta fundamental en la actualidad para la sociedad y para la futura generación que está cada día más vulnerable.

Por otra parte, estas actividades se presentan como una herramienta educativa dominante, puesto que les permite aprender de manera vivencial sobre el origen de los alimentos, el sembrado y su proceso de crecimiento. Así, estas experiencias contribuyen al progreso y mejoras de las habilidades motrices, social, emocional y la capacidad de actuar con soberanía, ya que el proyecto fortalece el vínculo entre las instituciones educativas promoviendo el actuar de la comunidad escolar en tareas centradas en promover una vida más saludable y el bienestar infantil en su totalidad.

En la Escuela “Alfredo Sanz Rivera”, ubicada en la parroquia Manglaralto, provincia de Santa Elena, se considera que el huerto escolar no sea únicamente un espacio de cultivo de plantas, tampoco una estrategia pedagógica para el adorno del entorno escolar, más bien una herramienta que promueva en los niños la comprensión de enseñanza de alimentación saludable y puedan comprender la importancia de una dieta equilibrada. Este proyecto busca fortalecer el aprendizaje dentro de la institución educativa, utilizando el huerto escolar como un recurso educativo que contribuye a la enseñanza de la alimentación saludable en los niños. Así de manera progresiva, los niños van generando gusto a los alimentos naturales y disminuyendo la preferencia por el

consumo de alimentos procesados

Esta investigación es muy importante porque no se queda solamente en teoría, sino que conecta el aprendizaje con la práctica, algo clave para que los estudiantes realmente asimilen lo que aprenden, creando así una cultura más consciente y preparada. Trabajar desde muy temprana edad en hábitos saludables les da la oportunidad de crear una base sólida para su futuro, necesario para su desarrollo integral y es ahí donde el docente promueve acciones conjuntas para crear en los niños un aprendizaje significativo con la ayuda de enseñanzas dinámicas sobre la alimentación saludable. Por último, se pretende que los alumnos no solo comprendan la importancia de una alimentación saludable, sino que incorporen estos conocimientos como parte de su vida cotidiana.

Desde la perspectiva metodológica, la presente investigación se desarrolló mediante un enfoque cualitativo con diseño fenomenológico-hermenéutico, debido a que permitió comprender las percepciones y experiencias de los docentes respecto a la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Por lo consiguiente, la utilización de entrevistas semiestructuradas y fichas de observación facilitó la obtención de información detallada y contextualizada sobre las prácticas pedagógicas implementadas y las conductas observadas en los estudiantes, garantizando la coherencia entre el problema de investigación, los objetivos planteados y el proceso metodológico desarrollado.

Desde la perspectiva científica, la investigación contribuye al fortalecimiento del conocimiento sobre el huerto escolar como estrategia pedagógica para la enseñanza de la alimentación saludable en la Educación Inicial. Así también, se busca que los hallazgos obtenidos generen información valiosa sobre como el huerto escolar puede emplearse como herramienta para la enseñanza de la alimentación saludable. Además, este trabajo podría convertirse en un punto de partida para nuevos estudios y contribuir a iniciativas que fortalezcan la alimentación saludable en los niños.

Finalmente, la investigación permitió responder a nuestra pregunta planteada sobre cómo el huerto escolar contribuye a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Los resultados evidenciaron que el huerto escolar ofrece a los niños ampliar sus conocimientos sobre los alimentos de origen natural y comprendan la importancia de mantener buenos hábitos desde los primeros años de vida. El fenómeno demuestra que su incorporación en el contexto escolar favorece experiencias de aprendizaje más significativas y acordes con las necesidades de los estudiantes de la Escuela Alfredo Sanz Rivera.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO-REFERENCIAL / ABORDAJE TEÓRICO / SEGUNDO MOMENTO

Estudios relacionados con la temática

Nivel Internacional

A nivel internacional, se reconoce que los huertos escolares constituyen una estrategia pedagógica que favorece el aprendizaje de hábitos alimenticios saludables desde la primera infancia. En este sentido, la tesis denominada Huertos escolares en establecimientos educacionales municipales de Santiago de Chile: biodiversidad de plantas e invertebrados, entorno y tipos de manejo, desarrollada por (Herrera, 2020) en la Pontificia Universidad Católica de Chile, el objetivo fue analizar la importancia de los huertos escolares dentro de los establecimientos educativos la contribución al aprendizaje de los estudiantes mediante experiencias prácticas relacionadas con el cultivo y cuidado de plantas. La investigación utilizó un enfoque Cualitativo, permitiendo identificar cómo estos espacios favorecen la participación de los niños y fortalecen la relación con la naturaleza.

Los resultados mostraron que los huertos escolares van más allá del cuidado del medio ambiente, ya que ayuda a que los niños aprendan sobre alimentación saludable y el alto valor de consumir alimentos naturales. Las prácticas en el terreno despiertan el interés y la motivación en los estudiantes, y causa que lo aprendido quede realmente grabado en ellos, fomentando hábitos importantes que en su crecimiento en la vida los van a acompañar. Estos aportes guardan relación con la presente investigación, debido a que se busca fortalecer la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años mediante la implementación de un huerto escolar.

Los resultados de este trabajo muestran que el huerto escolar ofrece experiencias muy gratificantes creando un aprendizaje de gran impacto en los niños, reforzando los saberes de los cuales ya tienen conocimiento sobre la alimentación saludable. Pará nuestra investigación es importante, debido a que la participación de los niños en las actividades del huerto promueve la adquisición de hábitos alimenticios desde una edad temprana. Los resultados de esta investigación muestran que el huerto escolar va más allá de ser un espacio destinado al cultivo de plantas. En un recurso educativo que permite a los niños aprender de manera práctica,

participativa y significativa. A través del contacto directo con la naturaleza, los estudiantes comprenden mejor de dónde provienen los alimentos y fortalecen sus conocimientos mediante experiencias que favorecen la enseñanza de una alimentación saludable desde los primeros años de vida. Estos hallazgos respaldan la presente investigación, ya que coinciden en reconocer el valor del huerto escolar como una estrategia didáctica que integra conocimientos, actitudes y experiencias significativas dentro del contexto de la Educación Inicial.

Nivel Nacional

A nivel nacional, en la región Sierra del Ecuador, la tesis titulada El huerto educativo como medio de enseñanza de contenidos curriculares para niños y niñas de 5 a 6 años de edad, desarrollada por (Polanco & Moreno, 2013) en la Universidad Politécnica Salesiana, tuvo como objetivo analizar la importancia del huerto educativo como herramienta pedagógica en el aprendizaje infantil, la investigación se desarrolló con niños de educación inicial y se enfocó en fortalecer el desarrollo cognitivo, socioafectivo y psicomotor mediante experiencias prácticas relacionadas con el cultivo y cuidado de plantas. El estudio presentó un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo e interpretativo, permitiendo comprender la interacción de los niños con el entorno natural y su influencia en el aprendizaje significativo.

Los resultados evidenciaron que el huerto educativo favorece el aprendizaje activo, fortalece el trabajo colaborativo y promueve hábitos relacionados con la alimentación saludable y el cuidado del medio ambiente. Se identificó que las actividades prácticas despertaron mayor interés y motivación en los niños, permitiendo desarrollar experiencias educativas significativas desde temprana edad, estos aportes guardan relación con la presente investigación, debido a que se busca fortalecer la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años mediante la implementación de un huerto escolar. En esta investigación demuestran que el huerto educativo no es una simple actividad puntual, sino un lugar vivo que se convierte en un espacio enriquecedor en el cual los niños experimentan, averiguan y aprenden. Los datos obtenidos avalan la importancia de usar esta estrategia pedagógica, ya que ayuda al crecimiento integral en los niños y a su formación alimentaria.

Los resultados obtenidos en esta investigación permiten evidenciar que la incorporación del huerto escolar en el proceso educativo favorece aprendizajes contextualizados y fortalece la participación de los niños durante las actividades pedagógicas. De esta manera, los resultados del

estudio prueban que las actividades realizadas en el huerto favorecen el aprendizaje de temas relacionados con la alimentación a través de experiencias prácticas y significativas, adaptadas a las características propias de los niños de Educación Inicial. En este sentido, este antecedente aporta elementos valiosos para la presente investigación ya que respalda el uso del huerto escolar como una estrategia que facilita el desarrollo de estos aprendizajes en niños de 5 a 6 años.

Nivel Local

En el ámbito local, en la provincia de Santa Elena también se han realizado investigaciones relacionadas con el huerto escolar en educación inicial. La tesis denominada El huerto escolar en el cuidado de la naturaleza en niños de 4 a 5 años, desarrollada por Granado, (2023) en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, tuvo como propósito determinar cómo la aplicación del huerto escolar influye al cuidado de la naturaleza en la educación inicial de la Escuela de Educación Básica "Alfa & Omega". La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, paradigma interpretativo y carácter fenomenológico-hermenéutico.

Los resultados demostraron que el huerto escolar proporciona experiencias significativas que fortalecen el aprendizaje práctico, el cuidado del entorno natural y la participación de los niños se evidenció que las actividades desarrolladas dentro del huerto despertaron interés por el cultivo de alimentos y promovieron hábitos positivos relacionados con el cuidado de la salud y la alimentación. Esta investigación se relaciona con el presente estudio porque evidencia que el huerto escolar favorece el desarrollo integral infantil y puede utilizarse como estrategia pedagógica para enseñar alimentación saludable en niños de 5 a 6 años.

Referentes Teóricos

Desde el enfoque constructivista, Jean Piaget (como se citó en Dias & Goi ,2022) y Lev Vygotsky (como se citó en Salas et al., 2024) plantean que el aprendizaje se realiza desde la interacción activa del niño con su entorno y de las experiencias vivenciales que favorecen la adquisición de conocimientos significativos. Desde la perspectiva pedagógica, el huerto escolar constituye un espacio educativo que ofrece un escenario de aprendizaje significativo, vinculadas al sembrío donde los niños despiertan la curiosidad, creatividad y el pensamiento crítico sobre lo que hacen y por qué la practican. En consecuencia, este recurso sirve para integrar de manera natural diversas materias de aprendizaje como ciencias naturales, psicomotricidad y la educación

social, ayudando así a una formación más entera.

El huerto escolar constituye una estrategia pedagógica que permite a los niños participar activamente en experiencias relacionadas con la siembra, el cuidado y la cosecha de alimentos, favoreciendo un aprendizaje dinámico y significativo. Según Montes & Castillo (2021) los huertos escolares promueven hábitos alimenticios saludables mediante la participación directa de los estudiantes en actividades agrícolas y ambientales, estas experiencias fortalecen no solo el conocimiento sobre alimentación saludable, sino también habilidades cognitivas, sociales y motrices esenciales en la educación inicial. A través del contacto con la naturaleza, los niños desarrollan capacidades de observación, exploración y experimentación que contribuyen a su formación integral. Así mismo, el huerto crea en los niños la responsabilidad, el respeto y la cooperación por el medio ambiente, permitiendo comprender la importancia del cuidado de los recursos naturales y de una alimentación equilibrada desde edades tempranas.

Importancia

Cuando se menciona entre nosotros el huerto escolar, normalmente pensamos en sembrar, regar y cuidar, pero se evidencia que estas actividades generan múltiples experiencias de aprendizaje, niños que están aprendiendo a esperar por el crecimiento de una semilla, compartiendo espacio y pidiendo ayuda cuando las cosas no salen bien. Para Lalama et al. (2025) señala que esta práctica fortalece la convivencia y la expresión emocional, y ante eso estos planteamientos coinciden con la literatura científica, porque el trabajo en el área enciende la curiosidad y los estudiantes comienzan a formular preguntas entre sí, generando una necesidad de experimentar y luego de haber realizado lo aprendido, en ese momento surge un aprendizaje muy significativo casi imposible de ser olvidado fácilmente. De este modo, para nosotros esto es lo que nos prueba que tal estrategia no es algo simple que se lo debe poner en poco, sino un recurso con mucho valor que aportar al desarrollo integral de los más pequeños.

Por ello, es fundamental resaltar los beneficios de una alimentación adecuada y sostenible que se promueven dentro de la comunidad educativa. Investigaciones realizadas por Salas et al. (2026) destacan que el huerto escolar permite que los niños se conviertan en agentes activos en la promoción de hábitos saludables, trasladando los aprendizajes adquiridos en la escuela hacia sus hogares y su vida cotidiana. De acuerdo con Jiménez & Chávez, (2024) los huertos escolares favorecen que los niños de la primera infancia acepten e incorporen con mayor facilidad el

consumo de frutas y verduras, ya que participan de manera directa en actividades relacionas en la siembra, cuidado de las plantas y preparación de algunos alimentos. Estas experiencias permiten que el aprendizaje sea más significativo al tiempo que fortalecen la educación alimentaria y promueven el respeto por el entorno natural y el uso responsable de los recursos. En este sentido, el huerto escolar se consolida como una estrategia pedagógica que contribuye al desarrollo integral de los estudiantes al fomentar hábitos adecuados y una mayor conciencia sobre el cuidado del ambiente.

Estrategia lúdica

El huerto escolar permite que los niños aprendan de manera creativa y significativa mediante experiencias prácticas relacionadas con la naturaleza, se convierte en un espacio pedagógico donde el juego, la exploración y la participación fortalecen el aprendizaje integral de los niños, las actividades desarrolladas en el huerto favorecen la creatividad, la resolución de problemas, las habilidades cognitivas y las relaciones sociales entre ellos. Por otro lado, Murillo et al. (2022) señalan que el juego, como estrategia lúdica pedagógica, favorece el aprendizaje activo mediante la observación, la exploración, la experimentación y el trabajo colaborativo, permitiendo que los niños construyan conocimientos de manera dinámica y significativa. Por ello, estas estrategias estimulan la curiosidad infantil y promueven una conexión más cercana con la naturaleza y el cuidado del medio ambiente.

De igual manera, el huerto escolar es considerado una estrategia pedagógica innovadora que fortalece el aprendizaje significativo a través de actividades recreativas y participativas. Estudios señalan que las dinámicas lúdicas realizadas en el huerto favorecen el desarrollo de competencias investigativas, el trabajo en equipo y la formación de valores socioculturales, el uso del juego en actividades como la siembra, el cuidado de plantas y la observación del crecimiento de los cultivos motiva a los estudiantes a involucrarse activamente en el proceso educativo, estas experiencias permiten integrar conocimientos científicos, ambientales y sociales en un entorno agradable y vivencial, donde los niños aprenden haciendo y desarrollan actitudes responsables hacia la alimentación saludable y la conservación de la naturaleza.

Beneficios

Educativo: El huerto escolar aporta importantes beneficios educativos en los niños, ya que les permite aprender de manera práctica y significativa sobre el proceso de crecimiento de

las plantas. Mediante la siembra, el riego y el cuidado diario de los cultivos, los estudiantes comprenden el ciclo vital de las plantas y fortalecen sus conocimientos sobre la naturaleza, el huerto favorece el desarrollo de habilidades científicas como la observación, el análisis y la clasificación, debido a que los niños exploran cambios, comparan tamaños, colores y texturas y descubren las necesidades de cada planta, esta estrategia pedagógica facilita la integración curricular de diferentes áreas como ciencias naturales, educación ambiental y motricidad, promoviendo un aprendizaje dinámico, participativo y contextualizado. En concordancia con Pollin & Retzlaff (2021) señalan que el huerto escolar constituye un espacio de aprendizaje que favorece el desarrollo de capacidades cognitivas mediante experiencias directas con la naturaleza.

Social: En el ámbito social, fomenta la convivencia y el trabajo colaborativo entre los estudiantes ya que las actividades realizadas requieren cooperación, organización y apoyo mutuo, los niños aprenden a compartir responsabilidades, respetar turnos y trabajar en equipo para alcanzar objetivos comunes relacionados con el cuidado del huerto, esta experiencia fortalece valores como la responsabilidad y la autonomía, porque cada estudiante asume tareas específicas y comprende la importancia de cumplirlas adecuadamente, el huerto contribuye a construir un sentido de pertenencia escolar debido a que los niños se sienten parte activa de un proyecto que beneficia a toda la comunidad educativa y valoran más su entorno escolar.

Emocional: Desde el aspecto emocional, genera experiencias positivas que favorecen el bienestar integral de los niños, el hecho de observar el crecimiento de las plantas y cosechar los productos sembrados incrementa la autoestima y la satisfacción personal, ya que los estudiantes reconocen los resultados de su esfuerzo y dedicación, el contacto constante con la naturaleza ayuda a reducir el estrés y promueve estados de tranquilidad y relajación, creando ambientes más armónicos para el aprendizaje, el huerto fortalece la empatía hacia los seres vivos y el entorno natural, pues los niños desarrollan sensibilidad y cuidado por las plantas, los animales y el medio ambiente, comprendiendo la importancia de proteger y conservar la naturaleza.

Aprendizaje vivencial

A partir de experiencias directas con la naturaleza mediante actividades de siembra, cuidado y observación de las plantas. Estas proporcionan la comprensión de temas relacionados con la alimentación saludable y el cuidado ya que los niños participan activamente de cada

proceso del cultivo. Según & Albán (2024) las estrategias basadas en experiencias favorecen el desarrollo de competencias científicas y reflexivas debido a que los niños aprenden haciendo, explorando y descubriendo soluciones a partir de situaciones reales, por otro lado, ellos manipulan la tierra e identifican semillas y observan cambios en el crecimiento, esto va ir fortaleciendo su curiosidad, autonomía y la capacidad de resolver problemas desde edades tempranas.

Así también, las actividades desarrolladas dentro del huerto escolar generan espacios donde los niños pueden relacionarse y expresar sus ideas en conjunto a sus compañeros. A través de la participación del cultivo y cuidado de las plantas ya que fortalecen valores como la colaboración y el respeto por el trabajo colectivo. Estas experiencias favorecen un aprendizaje más significativo porque los estudiantes no solo reciben datos, sino que construyen sus conocimientos por medio de la observación, la práctica y el contacto directo con el entorno. Según Lalama et al. (2025) destacan que estas experiencias fortalecen la autoestima, la empatía y el sentido de responsabilidad hacia el entorno natural, el huerto escolar se transforma en un medio pedagógico que promueve hábitos saludables y una formación integral basada en la experiencia y la participación.

Participación de los niños

La intervención de los niños en las actividades del huerto escolar permite fortalecer experiencias formativas basadas en la exploración y el descubrimiento del entorno natural. A través de tareas fáciles que se realizan en el cultivo y los cambios que ocurren durante el crecimiento de las plantas, los niños fortalecen habilidades relacionadas con la motricidad y la responsabilidad. Es decir que el huerto escolar se convierte en un espacio donde el aprendizaje aparece a partir de la experiencia y la interacción directa con el entorno donde el contacto con la siembra permite que los niños comprendan de una forma más cercana el origen de los alimentos y la importancia de la naturaleza en su vida diaria. Investigaciones recientes destacan que el huerto escolar fortalece el protagonismo infantil y favorece la construcción de aprendizajes relacionados con la alimentación saludable y el cuidado del ambiente (Salas et al., 2026).

De igual manera, la integración de los niños en los espacios de cultivo escolar contribuye al fortalecimiento de valores y actitudes positivas dentro del aula. La interacción constante con sus compañeros durante las jornadas de cuidado y mantenimiento fomenta el compañerismo, el

respeto por las opiniones de otros y la solidaridad en las actividades colectivas. A su vez, estas experiencias ayudan a que los estudiantes expresen emociones, aumenten su confianza y se sientan motivados al observar los resultados obtenidos con su esfuerzo, el huerto también favorece el desarrollo de hábitos relacionados con el orden, la disciplina y el compromiso, aspectos que influyen de manera positiva en su formación personal y educativa.

Cultivo de alimentos

El cultivo de alimentos en el entorno escolar representa una práctica educativa que permite a los niños comprender de manera vivencial el origen y el proceso de producción de los alimentos que consumen día a día, por eso mediante actividades como la preparación de la tierra, siembra de semillas y el cuidado de las plantas, fortalecen en ellos habilidades relacionadas con la observación, responsabilidad y perseverancia. Estas experiencias favorecen la adquisición de conocimientos sobre alimentación saludable y sostenibilidad permitiendo que los niños valoren la importancia de ingerir productos naturales y cuidar del medio ambiente. Así mismo, el trabajo en los cultivos escolares estimula la participación y el aprendizaje significativo, debido a que los estudiantes construyen conocimientos a partir de la práctica y la experimentación directa con la naturaleza. Según Puentes et al. (2026) señala que los huertos escolares favorecen procesos educativos integrales mediante experiencias prácticas relacionadas con el entorno y la producción alimentaria.

El desarrollo de actividades de cultivo también fortalece capacidades cognitivas y sociales, ya que promueve el trabajo colaborativo y la resolución de problemas dentro de un espacio de aprendizaje dinámico. A través de la observación del crecimiento de las plantas, los estudiantes comprenderán la importancia de factores como el agua, la luz solar y el suelo fértil para el desarrollo de los cultivos, estas experiencias permiten relacionar contenidos científicos con situaciones reales, facilitando aprendizajes más comprensibles y cercanos a la vida cotidiana.

Educación ambiental

Es un aspecto importante dentro del proceso educativo permitiéndole a los niños que desarrollen de manera progresiva mayor sensibilidad hacia el cuidado de la naturaleza. Se busca que los estudiantes reconozcan la importancia de proteger su entorno y comprendan que sus acciones diarias pueden contribuir a mantener un ambiente más sano. Mediante actividades relacionadas con el reciclaje, la clasificación de residuos y el mantenimiento de huertos

escolares, los estudiantes desarrollan valores ambientales y aprendizajes significativos vinculados con la sostenibilidad. El contacto directo con las plantas y el medio natural favorece experiencias vivenciales que estimulan la curiosidad, la observación y la sensibilidad hacia el ambiente. Según Beltri et al. (2023) señala que el huerto escolar favorece el aprendizaje de las ciencias y fortalece actitudes de respeto y cuidado hacia el medio ambiente en niños de educación inicial.

La educación ambiental se convierte en una oportunidad para que los niños conozcan la importancia de cuidar el lugar donde viven y comprendan cómo sus pequeñas acciones pueden generar cambios positivos. A través de actividades asociadas con el contacto con la naturaleza los estudiantes aprenden a valorar recursos importantes que forman parte de su vida cotidiana, estas experiencias enriquecen el desarrollo de sus actitudes como la colaboración en el compromiso hacia el respeto de su entorno. La interacción constante en espacios naturales contribuye al desarrollo emocional, fortalecimiento de pertenencia en la comunidad educativa. Por ello, la educación ambiental se considera una herramienta fundamental para formar ciudadanos conscientes y comprometidos con la preservación del planeta.

Categoría 2

Alimentación saludable

Concepto

La alimentación saludable es un conjunto de hábitos que permiten un adecuado estado de salud y bienestar mediante el consumo equilibrado de nutrientes esenciales para el organismo. Una dieta balanceada debe incluir frutas, verduras, cereales etc., y una correcta hidratación, evitando exceso de azúcares, grasas y alimentos procesados, durante la infancia una buena alimentación favorece el crecimiento físico, desarrollo cognitivo y el fortalecimiento del sistema inmunológico, también mejora el rendimiento escolar y su calidad de vida. La formación de hábitos saludables desde edades tempranas ayuda a prevenir enfermedades como la mala nutrición, también promueve estilos de vida responsables sea en el entorno familiar y educativo, como señala (Domínguez, 2023).

En la etapa escolar la alimentación es importante para garantizar un adecuado desarrollo integral, esta influye directamente al crecimiento, aprendizaje y el bienestar físico de los niños.

Mantener una nutrición equilibrada permite que el organismo reciba los nutrientes necesarios para fortalecer las defensas, aumentar la energía y favorecer la concentración durante las actividades académicas. Al respecto, los hábitos alimenticios adquiridos en la infancia suelen mantenerse en la vida adulta por lo que resulta importante promover prácticas saludables desde temprana edad mediante la participación de la escuela en conjunto con la sociedad. Fomentar el consumo de alimentos nutritivos contribuye a prevenir enfermedades crónicas como mejorar la calidad de vida infantil (Reyes et al., 2020).

Importancia

Mantener hábitos alimenticios equilibrados durante la infancia contribuye al desarrollo adecuado y al bienestar de los niños, al buen rendimiento escolar y social. Una nutrición adecuada evita prevenir enfermedades asociadas con la mala alimentación, obesidad, desnutrición y otros trastornos crónicos que afectan la calidad de vida. Por ello, promover estilos de vida saludables desde edades tempranas permite que los niños desarrollen conductas responsables respecto al cuidado de su salud y bienestar. La importancia de fomentar una alimentación balanceada y hábitos saludables en el entorno familiar y educativo es resaltada por (Bolet & Socarrás, 2010) quienes destacan que la promoción de la salud constituye una estrategia esencial para mejorar la calidad de vida de las personas.

La alimentación saludable constituye uno de los pilares fundamentales uno de los pilares más importantes para el desarrollo integral y el mantenimiento de una vida equilibrada, debido a que influye directamente en el estado físico, emocional y social de las personas, consumir alimentos nutritivos y variados permite obtener la energía necesaria para realizar las actividades diarias, mejorar la concentración y fortalecer el organismo frente a diversas enfermedades, los hábitos saludables no solo incluyen una adecuada nutrición, sino también la práctica de actividad física, el descanso y el cuidado emocional, aspectos que favorecen una mejor calidad de vida, en la infancia estas prácticas son esenciales porque ayudan a formar conductas positivas que pueden mantenerse en la etapa adulta. Además, fomentar estilos de vida saludables dentro del hogar y las instituciones educativas contribuye a crear conciencia sobre la importancia del autocuidado y la prevención de enfermedades, como señala (Ballinas, 2021).

Estrategia lúdica

La estrategia lúdica es considerada una herramienta pedagógica fundamental para

promover aprendizajes significativos en los niños mediante experiencias dinámicas, participativas y motivadoras. La Universidad Estatal de Milagro indica que el uso de actividades recreativas dentro del proceso educativo fortalece la adquisición de hábitos saludables y mejora la interacción social entre los estudiantes, el juego se convierte en un medio que estimula la creatividad, la curiosidad y el interés por aprender, permitiendo que los niños desarrollen capacidades cognitivas, emocionales y motrices de manera natural. Según Núñez et al. (2017) la incorporación de metodologías lúdicas dentro del proceso educativo favorece el desarrollo integral de los niños y facilita la construcción de conocimientos relacionados con la alimentación y la protección del entorno.

Así mismo, las actividades lúdicas representan una alternativa metodológica que impulsa la participación espontánea de los niños y fortalece su interés por las experiencias educativas dentro y fuera del aula. De acuerdo con Coral & Vargas, (2014) señala que la implementación de dinámicas recreativas favorece ambientes escolares más armónicos, donde los estudiantes pueden expresar emociones, compartir ideas y construir aprendizajes de manera colectiva. En relación con el huerto escolar, este tipo de metodología permite que los infantes descubran conocimientos mediante la experimentación directa con la naturaleza, desarrollando actitudes de cuidado y compromiso hacia el entorno. Las experiencias recreativas estimulan la imaginación, la iniciativa y la toma de decisiones durante las actividades grupales, facilitando procesos educativos más activos y motivadores. De igual manera, la utilización de juegos y dinámicas pedagógicas contribuye a fortalecer la integración entre compañeros y mejora la adaptación de los niños a las actividades escolares cotidianas.

Beneficios

La alimentación saludable genera múltiples beneficios en el desarrollo físico, cognitivo y emocional estas permiten un adecuado crecimiento y mejora el rendimiento académico. De acuerdo con el autor Núñez et al. (2017) indica que una dieta equilibrada disminuye problemas como la desnutrición, falta de concentración y el bajo rendimiento académico, está favorece el bienestar integral. De este modo, se evidencia que cuando tienen buenos hábitos alimenticios presentan mayor energía, mejor atención y mayor capacidad de aprendizaje. Se destaca que una correcta nutrición en la infancia impacta directamente en la salud futura, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas.

Los beneficios de una alimentación saludable incluyen la prevención de enfermedades y ayuda al sistema inmunológico, lo que permite a los niños mantener un estado de salud óptimo. Malavé et al. (2023) indican que una alimentación variada y basada en alimentos orgánicos aportan beneficios necesarios para el crecimiento de los niños. Así mismo, resaltan que la escuela puede favorecer la adquisición de mejores prácticas alimentarias mediante la promoción del consumo de frutas, verduras y agua, aspectos que influyen en la salud física y en el desarrollo emocional de los estudiantes. Cabe señalar que, una nutrición adecuada es clave para lograr una mejor calidad de vida desde la infancia.

Hábitos alimenticios

En la infancia los hábitos de alimentación influyen en el desarrollo físico, cognitivo y emocional, ya que una alimentación equilibrada permite un adecuado funcionamiento en el organismo y mejora el rendimiento académico, una dieta saludable aporta la energía necesaria para realizar actividades diarias dentro del entorno educativo, favoreciendo la atención, memoria y participación. Desde esta perspectiva, se evidencia que los niños con buenos hábitos alimenticios presentan una buena condición de salud y mayor capacidad de aprendizaje, una alimentación inadecuada puede generar dificultades en el desarrollo y afectar el desempeño académico, es importante incentivar desde la escuela prácticas alimenticias adecuadas que contribuyan al bienestar integral de los niños (Zambrano et al., 2023).

Una alimentación basada en productos naturales como frutas, verduras y cereales contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico y al desarrollo adecuado del organismo. Reducir el consumo de productos procesados prevé el riesgo de presentar problemas relacionados con la mala alimentación durante la infancia. Por ello, la enseñanza dentro del entorno escolar permite que los niños reconozcan la importancia de elegir alimentos que forman parte de su vida diaria. Por lo cual, la formación de buenos hábitos beneficia el desarrollo integral y bienestar emocional de los estudiantes.

Nutrición infantil

La educación infantil debe entenderse como una etapa fundamental donde se consideran diferentes aspectos que influyen en la vida del niño, el entorno en el que se desarrolla y la alimentación que recibe. En los primeros años, las experiencias que viven y los hábitos que adquieren aportan a la construcción de sus capacidades físicas, emocionales y cognitivas.

Relación entre el huerto escolar y los hábitos de alimentación saludable en la infancia.

Varios estudios de investigación destacan que el huerto escolar representa un espacio de aprendizaje que favorece la relación de los niños con los alimentos y la naturaleza. Al involucrarse en procesos como el cultivo y la recolección de productos, adquieren mayor conocimiento sobre el origen de los alimentos y desarrollan una actitud más positiva hacia el consumo de frutas y verduras. De esta manera, estas experiencias contribuyen a fortalecer aprendizajes relacionados con la alimentación desde los primeros años. Por tanto, el huerto escolar es un espacio educativo que promueve experiencias de aprendizaje prácticas capaces de influir positivamente en las conductas alimentarias de los estudiantes (Ruiz et al., 2024, p. 573).

Por otra parte, investigaciones sobre hábitos de alimentación infantiles muestran que la adquisición de prácticas saludables durante los primeros años de vida es un factor importante en el crecimiento, desarrollo y bienestar integral de los niños. Autores coinciden en que la educación alimentaria debe iniciarse desde edades tempranas mediante estrategias que permitan interactuar directamente con los alimentos y comprendan su importancia. Desde este sentido, el huerto escolar es una herramienta pedagógica que facilita la formación de hábitos alimentarios adecuados desde experiencias significativas (Atupaña et al., 2026, p. 3250).

En relación con los antecedentes revisados se logró verificar hay una estrecha relación entre el huerto escolar y los hábitos de alimentación saludable en la infancia. La participación de los niños en las actividades del huerto favorece el desarrollo de actitudes positivas hacia los alimentos saludables ya que estas fortalecen sus conocimientos hacia la nutrición y contribuye a la asimilación de prácticas alimentarias importantes para su salud. Al respecto, estos hallazgos respaldan la necesidad de profundizar en el estudio de la relación entre ambas variables en el contexto de la Educación Inicial, considerando el potencial del huerto escolar como un recurso educativo para promover estilos de vida saludables desde la infancia (Ejoh et al., 2025, p.58).

CAPITULO III

ABORDAJE O MOMENTO METODOLÓGICO

Conceptualización ontológica y epistemológica del método

La presente investigación se fundamentó en el paradigma interpretativo, debido a que busca comprender los significados y experiencias construidas por los participantes dentro de su realidad educativa. Desde este paradigma, se adoptó un enfoque cualitativo, ya que permite analizar e interpretar las percepciones y vivencias relacionadas con el huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Este enfoque de la investigación se desarrolló mediante el método fenomenológico-hermenéutico, el cual permitió comprender e interpretar las experiencias de los participantes considerando la realidad y el contexto en el que se desenvuelven

El paradigma interpretativo es apropiado para esta investigación porque posibilita el comprender el fenómeno educativo a partir de experiencias y percepciones de los participantes dentro del contexto en el que se desarrollan. Desde esta perspectiva, el estudio busca interpretar cómo el huerto escolar contribuye al desarrollo de hábitos de alimentación saludable mediante las vivencias de los niños y docentes, reconociendo que la realidad educativa se construye a partir de la interacción social. Según Guzmán (2021) el enfoque cualitativo permite ahondar teorías claves que se plantea el investigador a partir de las realidades presentes en el contexto, y así profundizar la problemática planteada: ¿De qué manera contribuye la implementación del huerto escolar a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela Alfredo Sanz Rivera?

En relación con el fundamento ontológico, según los autores Akkerman et al. (2021) expresan que la realidad se construye de manera social a través de la interacción habitual entre los individuos, quienes interpretan y otorgan entendimiento a sus experiencias intersubjetivas. Para ello, fue necesario tener en cuenta las diversas perspectivas de los estudiantes y docentes acerca del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable. En cuanto a la epistemología, para Almeida et al. (2021) mencionan que estos espacios establecen un entorno de aprendizaje experiencial donde los estudiantes crean conocimientos mediante la interacción directa con su entorno. Por tanto, el conocimiento nace de la observación, la práctica y la participación, facilitando conocimientos significativos relacionados con la alimentación.

Población y Muestra

Población

Según Willie (2024) la población corresponde al grupo de individuos sobre los cuales se pretende desarrollar la investigación y obtener información pertinente, por lo que debe delimitarse de acuerdo con los objetivos del estudio. Por lo cual, la investigación se llevó a cabo en la Escuela Alfredo Sanz Rivera, ubicada en la provincia de Santa Elena, Cantón Salinas, en la parroquia Manglaralto, se estableció una población conformada por niños de 5 a 6 años y la docente del subnivel preparatoria.

Tabla 1

Población de estudio

Participantes	Cantidad
Docente de Preparatoria	**1**
Estudiantes	**46**
Total	**47**

Nota. Creado por Cesar Mosquera Olave y Amy Rocafuerte Yagual.

Muestra

Para la selección de los participantes se establecieron criterios de inclusión y exclusión con la finalidad de delimitar aquellos sujetos que presentaban una relación directa con el fenómeno investigado. Según Czernek & McCabe (2024) la muestra en la investigación cualitativa está conformada por los participantes seleccionados para aportar información relevante y pertinente sobre el fenómeno de estudio. Para esta investigación se empleó el muestreo intencional con un grupo de 4 niños de 5 a 6 años y una docente de aula. Esta técnica facilitó la selección de participantes con características específicas y permitió recoger información detallada relacionada con el fenómeno investigado (Ahmad & Wilkins, 2025 p.).

Tabla 2

Muestra de estudio

Grupo participante	Descripción	Cantidad
Docentes	Docente de Preparatoria	1
Estudiantes	Niños o estudiantes participantes del estudio	4
Total		5

Nota. Creado por Cesar Mosquera Olave y Amy Rocafuerte Yagual.

La selección de los participantes respondió a criterios relacionados con su vinculación directa con el contexto investigado. Se consideró a la docente de aula por su rol en el desarrollo de las actividades pedagógicas y a los niños de 5 a 6 años por ser quienes participan en las experiencias relacionadas. La selección respondió a criterios de pertinencia y relación directa con el fenómeno estudiado, garantizando que los participantes aportaran información relevante para comprender las experiencias vinculadas con el huerto escolar y la alimentación saludable.

Enfoque de investigación

La investigación se fundamenta en un enfoque cualitativo, ya que permite comprender de manera profunda las experiencias y opiniones que los participantes construyen a partir de sus propias vivencias. Este enfoque posibilita estudiar fenómenos dentro del contexto escolar donde se desarrollan las realidades de cada participante y la forma en que comprenden. Según Piña (2023) menciona que la investigación cualitativa busca comprender los significados de las personas y acciones desde sus experiencias dentro de los espacios donde estas tienen lugar. De igual manera, Kiger & Varpio (2020) destacan que este enfoque se centra en analizar los fenómenos desde la perspectiva de los participantes, dando mayor importancia a la interpretación de sus experiencias y realidades sociales que a la obtención de datos cuantificables.

Por otra parte, la investigación cualitativa se caracteriza por su flexibilidad metodológica y por la posibilidad de profundizar en fenómenos educativos y sociales permitiendo obtener una comprensión integral del fenómeno estudiado, los procesos de observación, interacción e interpretación facilitan la construcción de conocimientos contextualizados y significativos.

Según Espinoza (2025) este enfoque favorece el análisis profundo de los fenómenos a partir de las experiencias de los sujetos involucrados. Por su parte, Busetto et al. (2020) señalan que la investigación cualitativa permite analizar y comprender las dinámicas sociales y educativas desde una mirada interpretativa, tomando en consideración las experiencias, percepciones y significados que los participantes elaboran a partir de sus vivencias dentro del contexto en el que se desarrolla el fenómeno estudiado.

Naturaleza o paradigma de la investigación

Esta investigación no busca medir variables, sino en analizar cómo los participantes construyen significados a partir de sus experiencias del huerto escolar en actividades orientadas al aprendizaje de una alimentación adecuada. Se elegio el paradigma interpretativo porque busca entender percepciones, conocimientos y vivencias de la docente e estudiantes dentro de su contexto educativo, favoreciendo una comprensión integral del fenómeno desde la perspectiva de quienes lo perciben.

El paradigma interpretativo se fundamenta en la comprensión de los significados que las personas atribuyen a sus acciones y experiencias dentro de su contexto social. Este paradigma surge desde la investigación cualitativa como una alternativa al enfoque positivista, centrando su atención en la comprensión de la realidad desde la perspectiva de los sujetos y no únicamente en la explicación de los fenómenos. Así mismo, considera que la realidad es dinámica, múltiple y construida a partir de las interacciones humanas, por lo que busca comprender los significados, percepciones y experiencias que las personas desarrollan en su entorno natural (Janzen, 2022 p.15).

En este sentido, el paradigma interpretativo reconoce que la realidad no puede entenderse únicamente mediante datos objetivos, sino a través de la interpretación de las experiencias y significados construidos por las personas en su vida cotidiana. Por eso, el investigador se involucra en el contexto de estudio para comprender las percepciones, vivencias y formas de

actuar de los participantes, considerando que cada individuo construye su propia realidad a partir de la interacción con su entorno.

Por esta razón, este paradigma permitió interpretar cómo el huerto escolar contribuye a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años, comprendiendo los conocimientos, experiencias, habilidades y actitudes que los estudiantes desarrollan mediante su involucramiento activo en las diferentes etapas del manejo del huerto escolar, desde la siembra hasta la obtención de productos alimenticios. La investigación se centró en comprender los significados que los niños construyen a partir de sus propias experiencias y de qué manera esto contribuyen al desarrollo de hábitos alimenticios adecuados dentro del entorno escolar.

Método Fenomenológico -hermenéutico

El estudio se trabajó con el método fenomenológico-hermenéutico, ya que permitió comprender e interpretar las experiencias vividas por los participantes dentro de su contexto escolar. Como referencia de esta primera fase de descripción fenomenológica basada en los aportes de Max va Manen, el cual permitió aproximarse a las experiencias tal como ocurren dentro del entorno. Desde este enfoque, las experiencias de los participantes presentan el punto inicial para interpretar el fenómeno de estudio, considerando que cada experiencia necesita un significado propio según como es observada y comprendida.

Se desarrolló una segunda fase fundamentada en Heidegger, orientada a interpretar el sentido del fenómeno mediante la relación entre las experiencias de los participantes, la comprensión del investigador y la construcción de significados a través del diálogo interpretativo. Según Rosales et al. (2024) este proceso permite una fusión de horizontes donde convergen las vivencias de los participantes y los conocimientos del investigador para ampliar la comprensión del fenómeno. Para ello, se aplicaron la entrevista semiestructurada y la ficha de observación, previamente validadas mediante una prueba piloto; posteriormente, la información fue organizada, codificada y triangulada con apoyo de ATLAS.ti, permitiendo interpretar los significados relacionados con los hábitos alimentarios y las experiencias del huerto escolar.

La elección del método fenomenológico-hermenéutico fue pertinente porque permitió comprender e interpretar las experiencias vividas por los participantes en relación con el huerto escolar como estrategia para la enseñanza de la alimentación saludable. Este método facilitó

explorar los significados que los estudiantes y la docente atribuyen a las actividades desarrolladas, permitiendo responder a la pregunta de investigación desde una perspectiva interpretativa y contextualizada, acorde con los principios del enfoque cualitativo.

Tabla 3

Ruta metodológica del método fenomenológico-hermenéutico adapta al estudio

Fase	Descripción	Aplicación en el estudio
1	Descripción fenomenológica	Observación y entrevista semiestructurada
2	Interpretación hermenéutica	Codificación, triangulación e interpretación
3	Diseño propositivo	Elaboración y validación de la propuesta

Nota. Elaboración propia

Tipo de investigación: descriptiva-propositiva

La presente investigación corresponde a un tipo descriptivo-propositivo, de acuerdo con los lineamientos establecidos por la guía institucional. Desde el enfoque cualitativo, el carácter descriptivo permite comprender e interpretar las experiencias, percepciones y significados construidos por los participantes respecto al fenómeno estudiado, dentro de un contexto educativo específico, permitiendo comprender cómo se desarrolla la implementación del huerto escolar y su relación con la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Este tipo de investigación posibilita examinar las experiencias, percepciones, conocimientos y prácticas que se generan durante las actividades relacionadas, sin alterar la realidad donde ocurre el fenómeno.

Según Guevara et al. (2020) la investigación descriptiva se orienta a la recopilación sistemática de información con el propósito de describir las características, comportamientos y elementos que conforman un fenómeno determinado, proporcionando datos precisos y

organizados para un análisis, el estudio se centra en la descripción de las

experiencias, percepciones y prácticas de los participantes mediante técnicas como la observación y la entrevista semiestructurada esto es importante ya que favorece la comprensión detallada de la problemática abordada desde un enfoque cualitativo e interpretativo.

Según Torres et al. (2023) la investigación crítico-propositiva se orienta al análisis reflexivo de una problemática y a la búsqueda de alternativas de mejora mediante propuestas fundamentadas en las necesidades identificadas dentro del contexto. Por eso, la presente investigación culmina con la elaboración de una propuesta educativa basada en los hallazgos obtenidos y en los fundamentos teóricos que respaldan el estudio.

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Se emplean técnicas como la observación y la entrevista semiestructurada, debido a que ambas facilitan el acercamiento al fenómeno de estudio desde una perspectiva cualitativa e interpretativa. La observación permite identificar y registrar de manera directa los comportamientos e interacciones que se desarrollan en el contexto investigado, recolectando información relevante para la comprensión de la realidad analizada. Por su parte, la entrevista semiestructurada favorece la obtención de experiencias, opiniones y significados construidos por los participantes mediante un diálogo flexible y orientado. De acuerdo con Lobe et al. (2020) las técnicas cualitativas constituyen herramientas fundamentales para comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva de los actores involucrados, permitiendo una interpretación profunda de sus experiencias y contextos.

Los instrumentos seleccionados corresponden a la ficha de observación y la guía de entrevista semiestructurada, donde la ficha de observación agilita el registro sistemático de los indicadores establecidos previamente en las categorías de análisis donde la entrevista semiestructurada orienta la conversación mediante preguntas abiertas que facilitan la exploración detallada de las percepciones y vivencias de la docente. Según Babativa et al. (2024), la entrevista semiestructurada se caracteriza por combinar una estructura previa y necesaria para profundizar en aspectos emergentes durante el proceso de interacción, enriqueciendo la calidad de la información obtenida. Por lo cual, ambos instrumentos aportan información significativa para la descripción, comprensión e interpretación del fenómeno estudiado, manteniendo

coherencia con el método fenomenológico-hermenéutico y la investigación descriptiva-propositiva.

La selección de la entrevista semiestructurada y la observación respondió a la necesidad de obtener información desde diferentes perspectivas del fenómeno estudiado. La entrevista permitió conocer las percepciones, experiencias y conocimientos de la docente respecto al uso del huerto escolar como estrategia pedagógica, mientras que la observación facilitó identificar de manera directa los comportamientos y actitudes de los estudiantes durante las actividades relacionadas con la alimentación saludable, esta combinación de ambas técnicas enriqueció el proceso de análisis al proporcionar información complementaria que fortaleció la comprensión e interpretación del fenómeno investigado.

Prueba piloto de los instrumentos

La prueba piloto es una fase clave para cualquier investigación cualitativa, considerándose el procedimiento metodológico previo a la aplicación de los instrumentos, cuya intención es comprobar la claridad, comprensión, pertinencia y funcionalidad de la ficha de observación y de la guía de entrevista semiestructurada para la aplicación de este trabajo, la prueba piloto no representa una técnica ni un método de investigación, no obstante, su trabajo es verificar e identificar posibles dificultades en la redacción de los ítems, las estructura de las preguntas, la comprensión de los participantes y el tiempo requerido para su aplicación. Para Buschle et al. (2022) la prueba piloto debe realizar revisiones y ajustes pertinente antes de su uso final, con la intención de asegurar su coherencia tanto con los objetivos y las categorías del estudio presente.

En esta investigación, la prueba piloto permitió verificar la utilidad de la entrevista semiestructurada y también de la ficha de observación, permitiendo realizar los ajustes necesarios antes del análisis cualitativo. De acuerdo con Trainor & Graue (2014) cuando se utiliza el estudio cualitativo es importante comprobar que los procedimientos de recolección de información estén adquiriendo verdaderamente datos importantes y racionales de acuerdo al fenómeno analizado. De este modo, la prueba piloto brinda mayor fortalecimiento a los procesos de estudio metodológico, al concedernos instrumentos más efectivos, claros y pertinente al entorno educativo.

Procedimiento de análisis con ATLAS. Ti y triangulación

El análisis de la información se desarrolló mediante las siguientes etapas: organización de la información recopilada, lectura interpretativa de los datos, codificación de unidades de significado, construcción de categorías y subcategorías, interpretación de resultados y triangulación de la información obtenida, los datos fueron añadidos al software ATLAS. TI, usando como recurso de apoyo para la codificación, categorización y organización de unidades de significado. Menciona Guillen (2019) el enfoque cualitativo facilita reconocer el significado y la importancia de la experiencia recogida. Asimismo, ATLAS. TI posibilito la identificación de código, subcategorías y categorías vinculadas con los objetivos del estudio. (Paulus et al., 2017)

El proceso de triangulación se llevó a cabo mediante la comparación entre los datos obtenidos a través de las entrevistas, las anotaciones de la ficha de observación y los aportes del marco teórico de referencia. Este procedimiento permitió contrastar coincidencias, diferentes y complementariedades mediante las fuentes de información, consolidando la interpretación del fenómeno examinado. En opinión de Chaves (2021) la triangulación permite conseguir mayor consistencia al análisis cualitativo, al actuar con diferentes fuentes, técnicas o perspectiva para capturar la complejidad de una realidad compleja. En este sentido, la triangulación facilito la construcción de una comprensión profunda del fenómeno educativo y proporcionando una base sólida para definir la propuesta pedagógica o educativa, sin que esta llegue a ser aplicada.

Figura 1

Triangulación



Nota. Imagen creada por Cesar Mosque Olave y Amy Rocafuerte Yagual.

Criterios de rigor científico

Para asegurar la calidad y rigurosidad del estudio cualitativo, se contempló los criterios de credibilidad, dependencia, conformabilidad y transferibilidad. En cuanto, a la credibilidad se empleó diversas técnicas de recopilación de información, entre ellas la entrevista semiestructurada y la ficha de observación, que permitieron obtener una comprensión más amplia del fenómeno investigado. Por tanto, la dependencia se garantizó mediante la organización y sistematización de cada etapa del proceso investigativo, permitiendo establecer coherencia entre los procedimientos aplicados y los resultados obtenidos. La conformabilidad permitió que los resultados estuvieran sustentados en la información obtenida de los participantes y no en apreciaciones personales del investigador. Por último, la transferibilidad se relaciona con la posibilidad de que los hallazgos puedan servir como referencia para contextos educativos con características similares.

Diseño y validación de la propuesta

El cierre de todo proceso investigativo, en correspondencia con el tipo de estudio descriptivo-propositivo. Esta propuesta no comenzó de lo abstracto, sino que surge a partir de los hallazgos recogidos en el proceso de análisis cualitativo teniendo en cuenta la información recopilada mediante la entrevista semiestructurada, la ficha de observación y la triangulación con el marco teórico. Según Barrera (2024) la investigación propositiva se orienta a la elaboración de propuestas, planes o programas que respondan a conflictos específicos en un lugar determinado. Por lo cual, la propuesta que aquí se presenta no se aplicara en la presente investigación, sino que se da como una idea o alternativa pedagógica fundamentada en la comprensión e interpretación de la problemática identificada.

Tabla 4 *de análisis de categorías*

Ámbito temático	Problema de investigación	Preguntas de investigación	Objetivo general	Objetivos específicos	Categorías	Subcategorías	Instrumentos
Contexto: Preparatoria. **Ámbito de aprendizaje: Descubrimiento y comprensión del medio natural y cultural.** **Sub línea de investigación de la carrera: Métodos y técnicas de enseñanza y aprendizaje**	¿De qué manera contribuye la implementación del huerto escolar a la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela Alfredo Sanz Rivera?	¿Cuáles son los fundamentos teóricos relacionados con los huertos escolares y la educación alimentaria, y cómo aportan a la formación de enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años?	Analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela Alfredo Sanz Rivera.	Fundamentar los aportes teóricos relacionados con los huertos escolares y la educación alimentaria para comprender su incidencia en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años.	**C1** Huerto escolar	**C1.1** Conceptualización del huerto escolar **C1.2** Fundamentos pedagógicos del huerto escolar **C1.3** El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo **C1.4** Aprendizaje vivencial mediante el cultivo **C1.5** Participación infantil en actividades agrícolas **C1.6** Producción y cuidado de alimentos saludables **C1.7** Educación ambiental y sostenibilidad	**Técnica:** Entrevista **Instrument o:** Guía de entrevista semiestructurada

Contexto: Preparatoria. **Propuesta:** Estrategia que contribuyan a la buena alimentación.	¿Qué percepción tienen los docentes sobre el huerto escolar como estrategia pedagógica para fomentar la enseñanza de la alimentación saludable en los niños?	Diseñar actividades pedagógicas fundamentadas en el huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable de niños de 5 a 6 años	Propuesta pedagógica	**1**.- Del Huerto a mi mesa. 2.- Conociendo las plantas de mi localidad. 3.- El hogar de las plantas y los animales. 4.- La caja sorpresa 5.- Mirada de explorador.

Nota. Elaboración propia autores: Cesar Luis Mosquera Olave y Amy Xiomara Rocafuerte Yagual.

Tabla 5

Sistematización de categorías y subcategorías apriorísticas.

Categorías	Subcategorías apriorísticas	Autor y año	Guía de entrevista semiestructurada dirigida a docentes del Subnivel de Preparatoria	Resultados de la ficha de observación dirigida a niños de 5 a 6 años
C1. Huerto escolar	C1.1. Conceptualización del huerto escolar	Granado Lino (2023)	¿Cómo definiría usted el huerto escolar dentro del contexto educativo del Subnivel de Preparatoria?	Se evidenció que los niños reconocieron las principales plantas, frutas y verduras presentadas mediante imágenes, demostrando una comprensión básica de los elementos que forman parte de un huerto escolar.
	C1.2. Fundamentos pedagógicos del huerto escolar	Redondo Salas et al. (2024)	¿Qué enfoques o fundamentos pedagógicos considera que respaldan la implementación del huerto escolar en el proceso de enseñanza-aprendizaje?	Los niños relacionaron el huerto escolar con el aprendizaje sobre las plantas y los alimentos, aunque algunos requirieron preguntas de apoyo para expresar sus ideas.
	C1.3. El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo	Jiménez et al. (2024)	¿De qué manera considera que el huerto escolar promueve la participación de los niños en su propio aprendizaje?	Los niños participaron activamente en las actividades propuestas y mostraron interés y disposición para intervenir durante la experiencia educativa.
	C1.4. Aprendizaje vivencial mediante el cultivo	Panchana y Mayorga (2024)	¿Cómo favorece el contacto directo con los procesos de siembra y cultivo la construcción de aprendizajes significativos en los niños?	Los niños mostraron interés por conocer el desarrollo de las plantas, expresaron sus ideas, realizaron comentarios y respondieron las preguntas formuladas por la docente.
	C1.5. Participación infantil en actividades agrícolas	Lalama et al. (2025)	¿Qué tipo de actividades agrícolas considera adecuadas para promover la participación de los niños?	Los niños participaron activamente en las actividades grupales y demostraron disposición para colaborar, respeto por las opiniones de los demás y una actitud favorable hacia el trabajo cooperativo.
	C1.6. Producción y	Puentes-	¿Qué aprendizajes podrían	Los niños identificaron acciones básicas

	cuidado de alimentos saludables	Luna et al. (2026)	desarrollar los niños al conocer el proceso de producción y cuidado de los alimentos saludables?	relacionadas con el cuidado de las plantas y la conservación de los alimentos saludables, aunque algunos necesitaron orientación para ampliar sus respuestas.
	C1.7. Educación ambiental y sostenibilidad	Beltri et al. (2023)	¿Cómo considera que el huerto escolar fortalece la conciencia ambiental y el cuidado de la naturaleza en los niños?	Los niños demostraron actitudes de respeto hacia el entorno y reconocieron la importancia de proteger las plantas y los recursos naturales.
C2. Alimentación saludable	C2.1. Conceptualización de la alimentación saludable	Domínguez (2023)	¿Cómo define usted la alimentación saludable durante la etapa infantil?	Los niños reconocieron la importancia de consumir alimentos saludables para favorecer su bienestar y desarrollo, expresando ideas acordes con su edad.
	C2.2. Principios básicos de nutrición infantil	Huiracocha et al. (2019)	¿Cuáles considera que son las nociones básicas de nutrición que deben comenzar a conocer los niños de 5 a 6 años?	Los niños identificaron que el consumo de alimentos nutritivos contribuye al crecimiento y fortalecimiento del organismo, aunque algunos lo explicaron de manera sencilla.
	C2.3. Hábitos alimenticios en la infancia	Malavé et al. (2023)	¿Qué factores familiares, escolares y sociales influyen en la formación de los hábitos alimenticios durante la infancia?	Los niños reconocieron la importancia de mantener hábitos alimenticios adecuados, participaron activamente y mostraron una actitud favorable ante las orientaciones brindadas durante la actividad.
	C2.4. Consumo de alimentos nutritivos	Ruiz-Arregui et al. (2024)	¿Qué estrategias pedagógicas y lúdicas considera adecuadas para motivar a los niños a consumir alimentos nutritivos en la escuela?	Los niños identificaron y seleccionaron alimentos saludables entre diversas opciones, expresaron sus preferencias y explicaron mediante ideas sencillas las razones de sus elecciones.
	C2.5. Preferencias y elecciones alimentarias	Reyes y Oyola (2020)	¿De qué manera las experiencias educativas podrían favorecer elecciones alimentarias más saludables en los niños?	Los niños seleccionaron alimentos saludables entre diferentes opciones y justificaron sus elecciones mediante explicaciones básicas.
	C2.6. Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable	Jiménez Miño (2023)	¿Qué conocimientos relacionados con la alimentación saludable deberían desarrollar	Los niños manifestaron conocimientos sobre los beneficios de una alimentación saludable y mencionaron ideas relacionadas con el

			los niños de 5 a 6 años?	cuidado de su salud; sin embargo, algunos requirieron acompañamiento y preguntas orientadoras para ampliar sus respuestas.
	C2.7. Promoción de estilos de vida saludables	Ballinas (2021)	¿Qué acciones institucionales considera indispensables para promover permanentemente estilos de vida saludables en los centros educativos?	Los niños participaron en acciones de higiene, como el lavado de manos y de los alimentos, y reconocieron su importancia para el cuidado de la salud.

Nota. Elaboración propia a partir de las categorías y subcategorías apriorísticas del estudio, la entrevista dirigida a la docente del Subnivel Preparatoria y la observación aplicada a niños de 5 a 6 años, 2026.

CAPÍTULO IV
PRESENTACIÓN DE LOS HALLAZGOS

Reflexiones Criticas

En este apartado se presentan los resultados obtenidos mediante los instrumentos de recolección de información aplicados durante el proceso investigativo. En primer lugar, cabe resaltar el uso de una ficha de observación durante el periodo establecido para la recolección de información por parte de los investigadores dentro de la institución educativa, donde se desarrolló las respectivas observaciones en el aula de preparatoria de la escuela "Alfredo Sanz Rivera". En segundo lugar, se desarrolló una entrevista de preguntas abiertas a la docente, con la intención de complementar la información recogida por medio del análisis. También la utilización de ambos instrumentos se llevó a cabo de manera presencial, y el estudio de los datos se efectuó mediante el uso del software Atlas. Ti 26, donde se generaron nubes de palabras y redes conceptuales que interpretan y analizan los resultados en los siguientes párrafos de este estudio.

Análisis de ficha de observación

La ficha de observación aplicada a los estudiantes, se estructuró la información a través de una red semántica elaborada en ATLAS. Ti,26 tomando en cuenta dos categorías centrales: El huerto escolar y la alimentación saludable. La primera facilito interpretar la manera en que los niños se relacionan con el huerto como un espacio de aprendizaje vivencial, interviniendo en actividades de cultivo, cuidado y observación de las plantas; mientras que la segunda posibilito examinar sus actitudes, conocimientos y hábitos ante el consumo de alimentos nutritivos. A partir de este orden, los resultados se presentan por categorías y subcategorías, con el objetivo de describir de manera estructurada y cercana las conductas observadas en los niños en el desarrollo de las actividades pedagógicas

Estudiante A

Categoría 1: El huerto escolar

Subcategoría C1.1. Conceptualización del huerto escolar

Indicador: Nombra o señala las plantas, frutas y verduras que observa dentro del huerto escolar.

Durante la actividad, se pudo observar que el niño aún necesita el acompañamiento de la profesora para identificar con seguridad algunas verduras y frutas. Esto indica que su relación con los huertos escolares y sus elementos están en proceso de construcción, y que la ayuda constante de la docente sigue resultando clave para que vaya reforzando ese vocabulario y esa capacidad de reconocimiento.

Subcategoría C1.2. Fundamentos pedagógicos del huerto escolar

Indicador: Expresa de forma verbal o mediante dibujos sencillos que los vegetales provienen del huerto.

Aquí el estudiante muestra mayor desenvolvimiento, pudo decir con sus propias palabras que las frutas y verduras provienen del huerto, y lo complemento mediante dibujos sencillos relacionados con lo que había visto en los cultivos. Esto indica que, las experiencias directas y la oportunidad de expresarse con libertad, provoca que el aprendizaje sea más significativo para él.

Subcategoría C1.3 El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo

Indicador: Participa activamente en las tareas guiadas del huerto (sembrar, regar o limpiar la tierra).

De acuerdo con la subcategoría de El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo se constató la participación del estudiante en actividades guiadas relacionadas con la siembra, riego y cuidado de plantas mediante la exposición realizada con un macetero. Este efecto deja en evidencia que el aprendizaje activo, sostenido en la manipulación directa de los elementos del huerto, ayuda a la implicación del estudiante en su propio proceso de aprendizaje.

Subcategoría C1.4 Aprendizaje vivencial mediante el cultivo

Indicador: Muestra curiosidad planteando preguntas sencillas sobre como nacen, crecen y se cosechan las plantas del huerto.

En cuanto a esta subcategoría, el educando mostro una participación bastante limitada, escogiendo observar las actividades sin relacionase activamente. Esta actitud permite interpretar que, no específicamente signifique desinterés, sino que puede estar vinculado con su nivel de confianza en ese momento, ya que cada niño pregunta y explora a su propio ritmo, y este proceder nos hace pensar en cómo motivar más su curiosidad hacia el proceso de cultivo.

Subcategoría C1.5. Participación infantil en actividades agrícolas

Indicador: Trabaja en equipo junto a sus compañeros durante las actividades del cuidado del huerto.

En este punto se logró observar algo muy positivo, el niño trabajó en equipo con sus compañeros, compartiendo materiales y ayudándose unos a otros durante las actividades relacionadas con el cuidado de las plantas esto deja en evidencia que el huerto. Esto no solo deja aprendizaje sobre la siembra en sí, sino que también se convierte en un espacio donde se afianza la colaboración y la convivencia entre los estudiantes.

Subcategoría C1.6. Producción y cuidado de alimentos saludables

Indicador: Identifica acciones básicas para el cuidado y conservación de alimentos saludables.

En este momento, el niño aún requiere de apoyo y orientación para realizar la actividad de manera autónoma. Esto nos muestra que las nociones sobre el cuidado y la preservación de los alimentos aún están en proceso de formación, y que la presencia de la docente sigue siendo muy importante para reforzarlas.

Subcategoría C1.7. Educación ambiental y sostenibilidad

Indicador: Demuestra actitudes de respeto y cuidado hacia la naturaleza y los recursos del entorno.

Finalmente, quedó en evidencia que el niño trató con cuidado las plantas, evitando dañarlas, y utilizó de manera apropiada los recursos presentes. Este comportamiento refleja que desde edades tempranas el huerto escolar va formando en los niños valores como respeto y el cuidado hacia el entorno.

Categoría 2: Alimentación saludable

Subcategoría C2.1. Conceptualización de la alimentación saludable

Indicador: Reconoce la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar

Para decir sus ideas sobre por qué es importante comer saludable, el niño necesitó que se le dieran ejemplos fáciles de entender de hechos reales. Esto nos indica que todavía está construyendo esta noción y que trabajar con él usando ejemplos cercanos puede fortalecer esa comprensión.

Subcategoría C2.2. Principios básicos de nutrición infantil

Indicador: Menciona de forma espontánea qué alimentos de su entorno le ayudan a crecer sano y fuerte.

En este caso, el estudiante comentó que comer saludable le permite obtener energía para jugar, aprender y hacer distintas actividades de la vida cotidiana. Esta respuesta espontánea evidencia que logra relacionar la alimentación con su propio bienestar y con su vida diaria, aunque sea de forma sencilla.

Subcategoría C2.3. Hábitos alimenticios en la infancia

Indicador: Mantiene hábitos adecuados durante los momentos de alimentación

En el tiempo de la comida, el niño se mantuvo sentado y comió de manera moderada. Esto indica que ya tiene incorporadas algunas rutinas buenas en lo que corresponde a la alimentación, lo cual es una base fundamental para seguir fortaleciendo los hábitos nutritivos.

Subcategoría C2.4. Consumo de alimentos nutritivos

Indicador: Consume o muestra interés por fruta verduras y otros alimentos nutritivos.

Se pudo observar que el estudiante aceptó comer alimentos saludables, pero con la ayuda y la motivación de la docente. Cual deja ver que el apoyo afectivo, más que una simple indicación es lo que realmente lo anima a aceptar y aprobar este tipo de alimento.

Subcategoría C2.5. Preferencias y elecciones alimentarias

Indicador: Selección alimento saludables cuando se le presentan diferentes opciones.

Cuando se le presentó distintas opciones para que él le dijera una, el niño escogió con más frecuencia alimentos nutritivos sobre todo frutas. Esto es una señal motivadora, porque muestra que cuando tiene la posibilidad de elegir entre dos o tres opciones, él mismo por cuenta propia ya empieza a inclinarse hacia elecciones más saludables.

Subcategoría C2.6. Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable

Indicador: Expresa conocimientos básicos sobre la función de los alimentos saludables.

En esta subcategoría se notó que el niño presentó cierta dificultad para explicar con claridad los beneficios de los alimentos sanos. Esto propone que, aunque ya tiene una noción general del tema, todavía le cuesta poner en palabras propias por qué estos alimentos son

necesarios para nuestro cuerpo, algo que se espera que se vaya formando con más experiencias de diálogo y ejemplos reales.

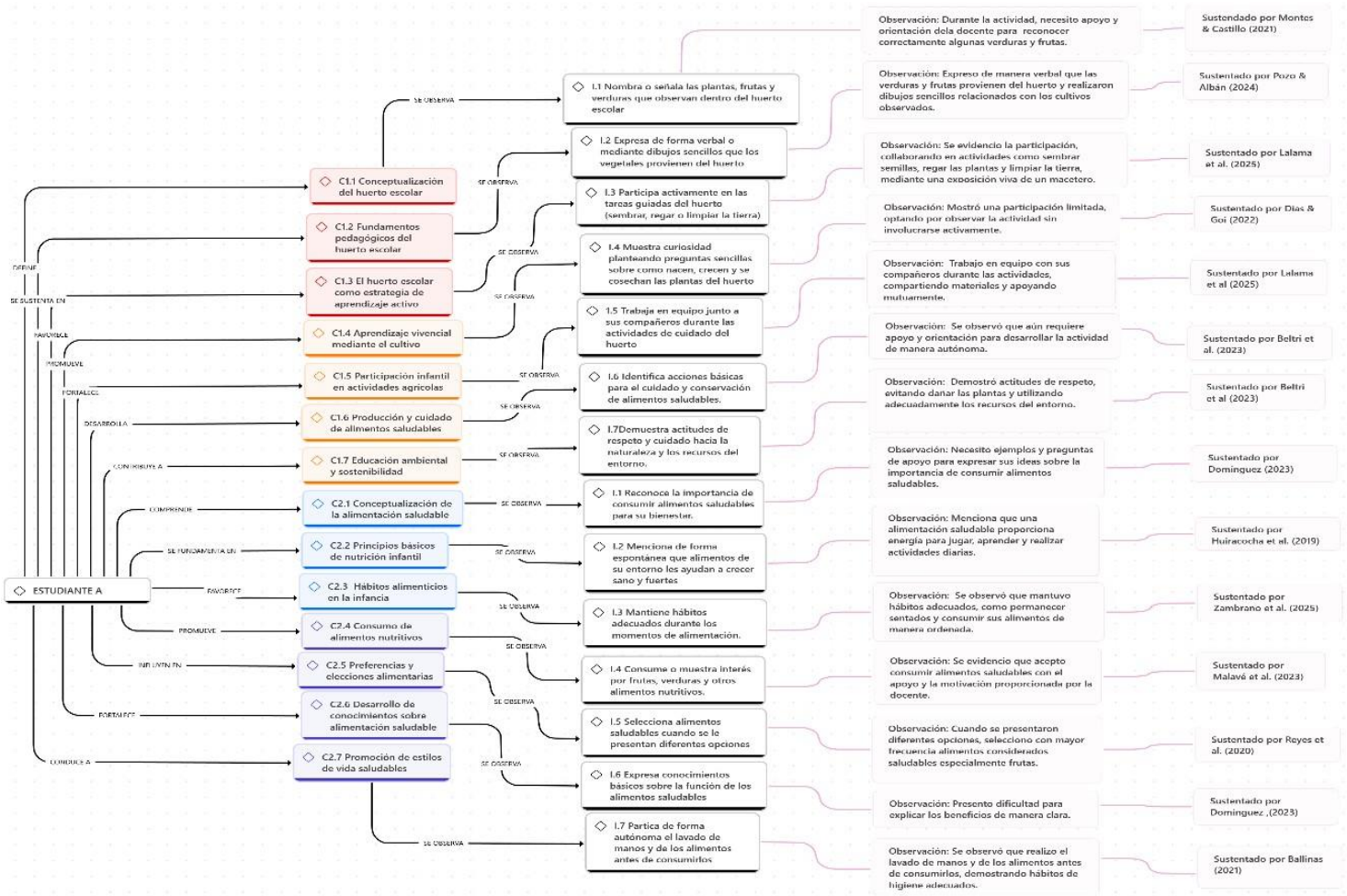
Subcategoría C2.7. Promoción de estilos de vida saludables

Indicador: Práctica de forma autónoma el lavado de manos y de los alimentos antes de consumirlos.

Aquí el resultado fue muy gratificante, ya que se observó que el niño realizó por cuenta propia el lavado de manos y de los alimentos antes de ingerirlos, demostrando hábitos de higiene ya adecuados para su edad. Este proceder muestra que, en este aspecto puntual, ha logrado construir una rutina saludable sin necesidad de que se le recuerde continuamente.

Figura 2

Red semántica: Ficha de observación



Nota. Extraído de Atlas Ti. 26

Estudiante B

Categoría 1: El huerto escolar

Subcategoría C1.1. Conceptualización del huerto escolar

Indicador: Nombra o señala las plantas, frutas y verduras que observa dentro del huerto escolar.

El estudiante logra nombrar correctamente varias plantas y verduras que observó a través de imágenes, y lo hizo con mayor facilidad. Esto muestra que ya cuenta con un conocimiento bastante considerable sobre los elementos del huerto, lo cual es un buen indicio de que ha enriquecido su vocabulario de manera progresiva.

Subcategoría C1.2. Fundamentos pedagógicos del huerto escolar

Indicador: Empresa de forma verbal o mediante dibujos sencillos que los vegetales provienen del huerto.

El estudiante explico fácilmente que los vegetales provienen del huerto y añadió a su explicación un dibujo que estaba combinado entre palabra y representación gráfica, lo que refleja que el niño está comprendiendo la idea de una manera integral y no solo memorística.

Subcategoría C1.3. El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo

Indicador: Participa activamente en las tareas guiadas del huerto (sembrar, regar o limpiar la tierra).

En esta subcategoría no se evidenció una participación directa durante la actividad, no obstante, se pudo notar que el niño sí maneja el conocimiento sobre el proceso. Esto apunta que su comprensión del tema no siempre se vuelve en una participación física directa, lo cual puede tratarse a su temperamento o a su forma particular de relacionarse con las actividades.

Subcategoría C1.4. Aprendizaje vivencial mediante el cultivo

Indicador: Muestra curiosidad planteando preguntas sencillas sobre cómo nacen, crecen y se cosechan las plantas del huerto.

Aquí el estudiante mostró un mayor interés genuino por el proceso de crecimiento de las plantas, manifestando a través de preguntas y observaciones relacionadas con la siembra mientras trabajaba con imágenes. Esta curiosidad muestra que el tema le resulta importante, incluso cuando la experiencia no es completamente experimental.

Subcategoría C1.5. Participación infantil en actividades agrícolas

Indicador: Trabaja en equipo junto a su compañero durante las actividades de cuidado del huerto.

En esta fase se observó que el estudiante presentó dificultad para trabajar en equipo, escogiendo realizar la actividad de manera individual. Este comportamiento puede ser una oportunidad para seguir trabajando estrategias que lo animen progresivamente a compartir espacios y tareas con sus compañeros.

Subcategoría C1.6. Producción y cuidado de alimentos saludables.

Indicador: Identifica acciones básicas para el cuidado y conservación de alimentos saludables.

El niño reconoce acciones básicas relacionadas con el cuidado, la conservación y el uso adecuado de los alimentos producidos por medio del huerto Esto evidencia que ha adquirido nociones prácticas necesarias para este proceso.

Subcategoría C1.7. Educación ambiental y sostenibilidad

Indicador: Demuestra actitudes de respeto y cuidado hacia la naturaleza y los recursos del entorno.

Finalmente, el estudiante mostró actitudes de respeto hacia las plantas y los recursos naturales, sosteniendo una conducta apropiada durante el desarrollo de las actividades. Esto revela que ha ido incorporando valores de cuidado hacia la naturaleza.

Categoría 2: Alimentación saludable

Subcategoría C2.1. Conceptualización de la alimentación saludable

Indicador: Reconoce la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar.

El niño reconoce la importancia de comer alimentos saludables y logra relacionarlos directamente con su bienestar físico. Este entendimiento refleja un nivel de conciencia interesante respecto al vínculo entre la alimentación y salud.

Subcategoría C2.2. Principios básicos de nutrición infantil

Indicador: Menciona de forma espontánea qué alimentos de su entorno le ayudan a crecer sano y fuerte.

A lo largo de la actividad, el estudiante participó y mencionó diversos alimentos saludables que se encuentra en su entorno y que lo ayudan a crecer fuerte, como el tomate y la zanahoria. Esta respuesta muestra que posee conocimientos sobre el tema y más allá de lo teórico.

Subcategoría C2.3. Hábitos alimenticios en la infancia

Indicador: Mantiene hábitos adecuados durante los momentos de alimentación.

Se deduce que, en algunas ocasiones, el estudiante mantuvo hábitos adecuados durante la alimentación, pese a que necesitó recordatorios para cumplirlos. Esto revela que, si bien conoce el consejo correcto, todavía está en proceso el aplicarlo de manera automática como su rutina.

Subcategoría C2.4. Consumo de alimentos nutritivos

Indicador: Consume o muestra interés por fruta verduras y otros alimentos nutritivos.

El estudiante demostró interés por comer frutas y verduras durante la actividad realizada en el aula, lo cual refleja una actitud favorable hacia este tipo de alimentos nutritivos.

Subcategoría C2.5. Preferencias y elecciones alimentarias

Indicador: Selecciona alimentos saludables cuando se le presentan diferentes opciones.

Al plantearle varias opciones, el estudiante seleccionó alimentos saludables sin mayor dificultad. Esto sugiere que ya tiene un conocimiento bastante claro a la hora de escoger este tipo de alimento.

Subcategoría C2.6. Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable

Indicador: Expresa conocimientos básicos sobre la función de los alimentos saludables.

De forma sencilla, el niño expresó que los alimentos sanos ayudan al crecimiento y al bienestar. Aunque su explicación fue corta, muestra que comprende la idea central de una buena alimentación.

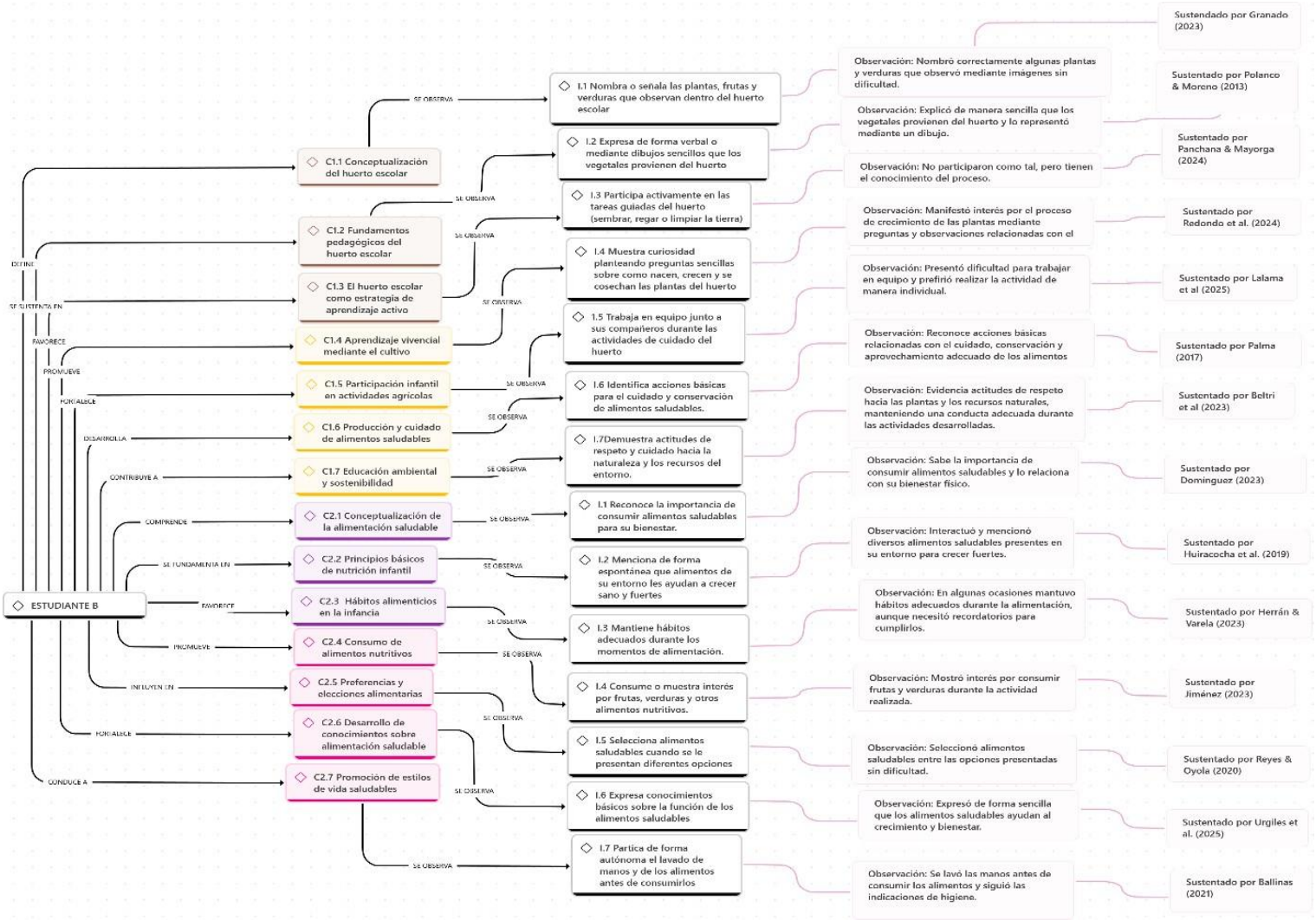
Subcategoría C2.7. Promoción de estilos de vida saludables

Indicador: Práctica de forma autónoma el lavado de manos y de los alimentos antes de consumirlos.

Por último, se observó que el estudiante se lavó las manos antes de consumir los alimentos y siguió las instrucciones de higiene enseñadas. Esta práctica deja en evidencia que ha incorporado, al menos de manera guiada una práctica saludable para su rutina diaria.

Figura 3

Red semántica: Ficha de observación



Nota. Extraído de Atlas Ti. 26

Estudiante C

Categoría 1: El huerto escolar

Subcategoría C1.1. Conceptualización del huerto escolar

Indicador: Nombra o señal a las plantas frutas y verduras que observa dentro del huerto escolar.

En este caso, el estudiante logró identificar sin ningún problema algunas plantas, frutas y verduras al observar las imágenes presentadas durante la actividad. Lo que deja en evidencia que ya cuenta con un reconocimiento visual bastante desarrollado sobre los elementos del huerto escolar, lo cual es un buen punto de partida para seguir reforzando su vocabulario relacionado con el tema.

Subcategoría C1.2. Fundamentos pedagógicos del huerto escolar

Indicador: Expresa de forma verbal o mediante dibujo sencillo que los vegetales provienen del huerto.

El niño manifestó, apoyándose en la explicación dada y en la observación del macetero que las verduras pueden ser sembradas en un huerto. Esta comprensión refleja que fue capaz de conectar con lo que se le explicó con lo que él experimentó de manera directa, lo cual favorece a una comprensión más significativa sobre los orígenes de los alimentos.

Subcategoría C1.3. El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo

Indicador: Participa activamente en las tareas guiadas del huerto (sembrar, regar o limpiar la tierra).

Durante la actividad se evidenció una respuesta favorable el niño mostró interés por intervenir durante las actividades, reconociendo la importancia de brindar cuidados adecuados a las plantas. Este comportamiento muestra una disposición activa hacia el aprendizaje vivencial que propone el huerto escolar.

Subcategoría C1.4. Aprendizaje vivencial mediante cultivo

Indicador: Muestra curiosidad planteando preguntas sencillas sobre cómo nacen, crecen y se cosechan las plantas del huerto.

Durante la presentación de la maceta, se observó que el estudiante mostró gran interés por conocer cómo crecen las plantas, formulando comentarios relacionados con lo que iba observando. Esto confirma que la curiosidad natural del niño se activa con facilidad cuando se le presentan experiencias cercanas y concretas.

Subcategoría C1.5. Participación infantil en actividades agrícolas

Indicador: Trabaja en equipo junto a su compañero durante las actividades de cuidado del huerto.

En este punto, el niño respetó los turnos de participación y escuchó con atención las explicaciones de sus compañeros mientras se desarrollaba la actividad. Esta conducta prueba que, más allá de la tarea en sí, el huerto escolar también está ayudando a desarrollar habilidades de escucha y convivencias con sus pares.

Subcategoría C1.6. Producción y cuidado de alimentos saludables

Indicador: Identifica acciones básicas para el cuidado y conservación de alimentos saludables.

El niño logró identificar acciones básicas para proteger una planta, como regarla y ubicarla en un lugar apropiado para su crecimiento. Esto prueba que ya ha asimilado algunas nociones prácticas sobre el cuidado de los cultivos, resultado de la exposición constante a la actividad.

Subcategoría C1.7. Educación ambiental y sostenibilidad

Indicador: Demuestra actitudes de respeto y cuidado hacia la naturaleza y los recursos del entorno.

Finalmente, el educando demostró comportamiento de respeto, evitando dañar las plantas y utilizando de manera correcta los recursos del entorno. Actitudes que complementan la idea de que las experiencias relacionadas con el huerto escolar de manera significativa al fortalecimiento de valores de cuidado ambiental.

Categoría 2: Alimentación saludable

Subcategoría C2.1. Principios básicos de nutrición infantil

Indicador: Reconoce la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar.

Respondiendo las preguntas realizadas durante la actividad, el niño reconoció que consumir frutas y verduras favorece a su bienestar físico. Esta idea indica que ya tiene un concepto claro sobre el valor de una buena alimentación saludable.

Subcategoría C2.2. Principios básicos de nutrición infantil

Indicador: Menciona de forma espontánea qué alimento de su entorno le ayudan a crecer sano y fuerte.

El estudiante mencionó algunos alimentos saludables, no obstante, necesitó preguntas de apoyo para poder explicar de qué manera estos ayudan a su crecimiento. Esto indica que, si bien

identifica los alimentos aún está en desarrollo de comprender y expresar su importancia, aún se encuentra en proceso de comprender.

Subcategoría C2.3. Hábitos alimenticios en la infancia

Indicador: Mantiene hábitos adecuado durante los momentos de alimentación.

El niño logró detallar algunos hábitos saludables, aunque recibió orientación para mencionar otros alimentos relacionados. Esta respuesta refleja que sus conocimientos sobre hábitos alimenticios están presentes, pero aún se están consolidando con el acompañamiento del docente.

Subcategoría C2.4. Consumo de alimentos nutritivos

Indicadores: Consume o muestra interés por frutas, verduras y otros alimentos nutritivos.

Se pudo observar una actitud positiva por parte del estudiante, el cual logró identificar mediante imágenes frutas y verduras que manifestó consumir con regularidad. Esto prueba una relación favorable y ya implantada hacia el consumo de este tipo de alimento.

Subcategoría C2.5. Preferencias y elecciones alimentarias

Indicador: Selección alimentos saludables cuando se le presentan diferentes opciones.

Al mostrarle diferentes opciones, el niño seleccionó con mayor frecuencia alimentos considerados saludables, de preferencia frutas, lo que refleja una inclinación positiva hacia elecciones alimentarias saludables.

Subcategoría C2.6. Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable

Indicador: Expresa conocimientos básicos sobre la función de los alimentos saludables.

El estudiante expresó con sus propias palabras que varios alimentos ayudan a crecer y a tener energía para realizar sus actividades diarias. Esta reacción muestra que ya logra relacionar la alimentación con su desarrollo físico y con su capacidad para desempeñarse en el día a día, expresando esta idea de manera natural y con relativa claridad.

Subcategoría C2.7. Promoción de estilos de vida saludables

Indicador: Práctica de forma autónoma el lavado de manos y de los alimentos antes de consumirlos.

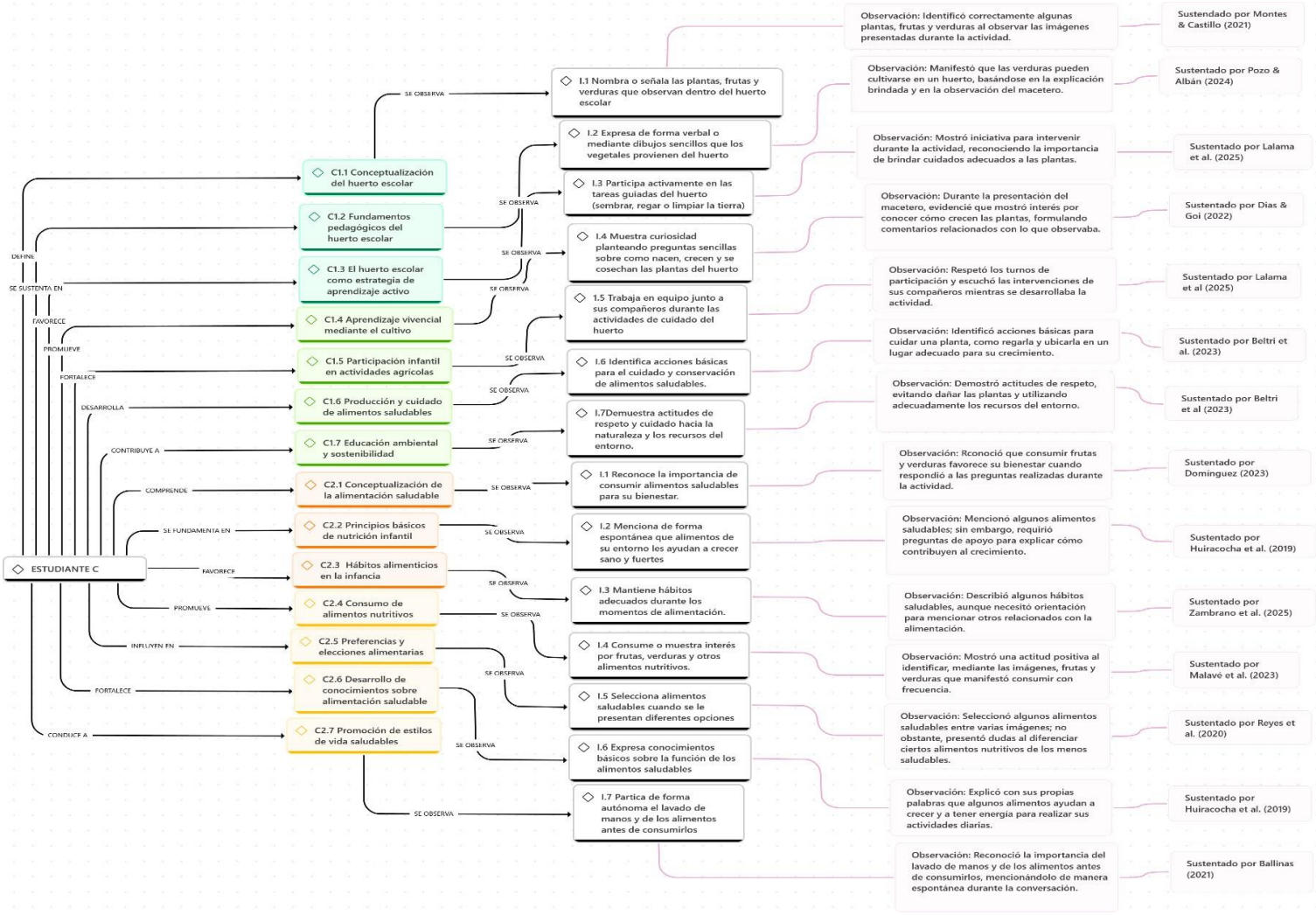
El estudiante reconoció la importancia de lavado de manos y también de los alimentos

Observación: Identificó correctamente algunas
Sustendado por Montes

antes de ser consumidos, refiriéndose de manera espontánea durante la conversación. Esto prueba que no solo conoce esta práctica, sino que la tiene integrada como parte de su rutina siendo capaz de inclinarse a ella sin necesidad de que se le ponga presión.

Figura 4

Red semántica: Ficha de observación



Nota. Extraído de Atlas Ti. 26

Estudiante D

Categoría 1: El huerto escolar

Subcategoría C1.1. Conceptualización del huerto escolar

Indicador: Nombra o señal a las plantas frutas y verduras que observa dentro del huerto escolar.

A partir de la actividad desarrollada, el estudiante reconoció correctamente diferentes frutas, verduras y plantas representadas en las imágenes, evidenciando familiaridad con los elementos propios del huerto escolar. Este desempeño permite inferir que dispone de conocimientos iniciales que facilitan la identificación de alimentos de origen vegetal y su relación con espacios destinados al cultivo.

Subcategoría C1.2. Fundamentos pedagógicos del huerto escolar

Indicador: Expresa de forma verbal o mediante dibujo sencillo que los vegetales provienen del huerto.

La respuesta proporcionada por el estudiante permitió establecer una relación entre los alimentos observados y su origen en el huerto. Esta asociación pone de manifiesto que las estrategias apoyadas en recursos visuales favorecen la comprensión de contenidos vinculados con la producción de alimentos y fortalecen la construcción de aprendizajes significativos.

Subcategoría C1.3. El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo

Indicador: Participa activamente en las tareas guiadas del huerto (sembrar, regar o limpiar la tierra).

Durante el intercambio de ideas, el estudiante respondió a las preguntas planteadas y manifestó interés por participar en la conversación relacionada con el huerto escolar. La disposición mostrada sugiere una actitud favorable hacia las actividades propuestas, permitiendo una interacción constante con los contenidos abordados.

Subcategoría C1.4. Aprendizaje vivencial mediante cultivo

Indicador: Muestra curiosidad planteando preguntas sencillas sobre cómo nacen, crecen y se cosechan las plantas del huerto.

La conducta registrada evidencia que el estudiante mantuvo atención durante la explicación y expresó interés por conocer las características de las plantas presentadas. Esta actitud refleja una disposición para ampliar sus conocimientos mediante la observación y el cuestionamiento de situaciones relacionadas con el proceso de cultivo.

Subcategoría C1.5. Participación infantil en actividades agrícolas

Indicador: Trabaja en equipo junto a sus compañeros durante las actividades de cuidado del

huerto.

En el desarrollo de la actividad se identificó una interacción respetuosa con el grupo, ya que el estudiante escuchó las intervenciones de sus compañeros y esperó el momento oportuno para participar. Este comportamiento demuestra habilidades de convivencia que favorecen la participación organizada en experiencias colectivas.

Subcategoría C1.6. Producción y cuidado de alimentos saludables

Indicador: Identifica acciones básicas para el cuidado y conservación de alimentos saludables.

El estudiante mencionó acciones orientadas al cuidado de las plantas, como regarlas y protegerlas para mantenerlas en buen estado. Este resultado permite reconocer que comprende prácticas elementales necesarias para favorecer el crecimiento de los cultivos y conservar adecuadamente los recursos naturales.

Subcategoría C1.7. Educación ambiental y sostenibilidad

Indicador: Demuestra actitudes de respeto y cuidado hacia la naturaleza y los recursos del entorno.

Las respuestas emitidas durante la actividad muestran que el estudiante valora la importancia de proteger las plantas por formar parte del medio ambiente. Esta apreciación evidencia el desarrollo de actitudes orientadas al respeto por la naturaleza y al cuidado responsable del entorno.

Categoría 2. Alimentación saludable

Subcategoría C2.1. Conceptualización de la alimentación saludable

Indicador: Reconoce la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar.

Las intervenciones del estudiante permitieron identificar que comprende la importancia de consumir alimentos saludables para mantener un adecuado estado de salud. Esta comprensión constituye una base relevante para el fortalecimiento de hábitos alimentarios durante la infancia.

Subcategoría C2.2. Principios básicos de nutrición infantil

Indicador: Menciona de forma espontánea qué alimentos de su entorno le ayudan a crecer sano y fuerte.

El estudiante mencionó alimentos presentes en su entorno que relacionó con el

crecimiento y el fortalecimiento del organismo. La información expresada permite advertir que posee conocimientos básicos acerca del aporte que determinados alimentos brindan al desarrollo infantil.

Subcategoría C2.3. Hábitos alimenticios en la infancia

Indicador: Mantiene hábitos adecuados durante los momentos de alimentación.

A lo largo de la conversación fue capaz de reconocer acciones que forman parte de una alimentación adecuada, haciendo referencia a prácticas que contribuyen al bienestar durante las comidas. Este comportamiento evidencia que identifica hábitos saludables propios de su edad.

Subcategoría C2.4. Consumo de alimentos nutritivos

Indicador: Consume o muestra interés por frutas, verduras y otros alimentos nutritivos.

Frente a las imágenes presentadas, el estudiante identificó con rapidez frutas y verduras, demostrando familiaridad con este grupo de alimentos. Este desempeño sugiere una percepción positiva hacia opciones alimenticias de mayor valor nutricional.

Subcategoría C2.5. Preferencias y elecciones alimentarias

Indicador: Selecciona alimentos saludables cuando se le presentan diferentes opciones.

Al momento de elegir entre diversas alternativas, el estudiante optó por alimentos saludables y justificó su elección mediante respuestas acordes con la actividad desarrollada. Esta actuación permite apreciar criterios iniciales para tomar decisiones relacionadas con una alimentación equilibrada.

Subcategoría C2.6. Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable

Indicador: Expresa conocimientos básicos sobre la función de los alimentos saludables.

El estudiante explicó, utilizando ejemplos sencillos, algunos beneficios asociados al consumo de alimentos saludables. Sus respuestas evidencian que logra establecer relaciones entre la alimentación y el mantenimiento de la salud, expresando estas ideas de forma comprensible para su nivel de desarrollo.

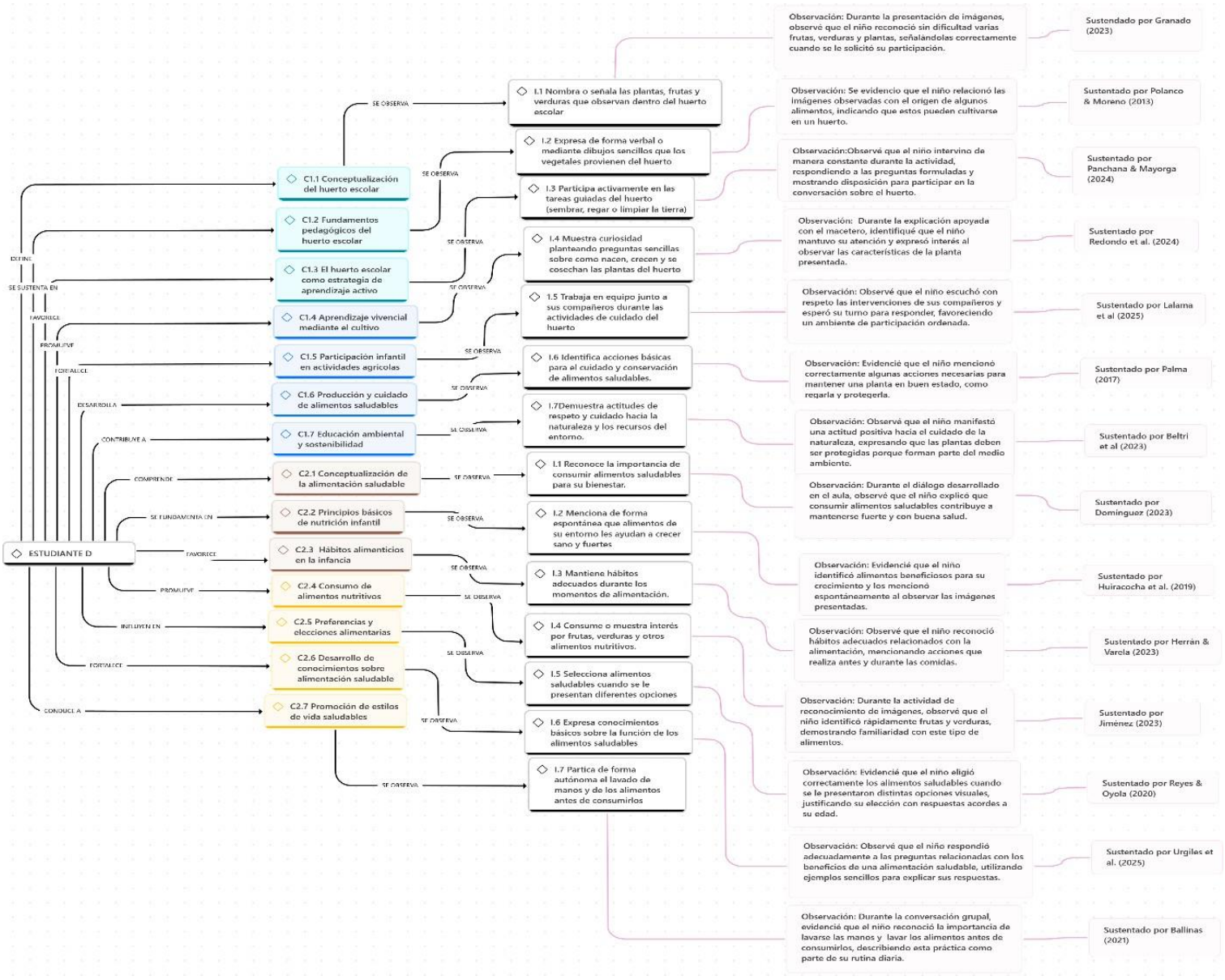
Subcategoría C2.7. Promoción de estilos de vida saludables

Indicador: Practica de forma autónoma el lavado de manos y de los alimentos antes de consumirlos.

El estudiante reconoció la importancia del lavado de manos y de los alimentos antes de ingerirlos, incorporando esta práctica como parte de sus hábitos cotidianos. Este comportamiento demuestra que comprende el valor de las medidas de higiene para prevenir enfermedades y favorecer un estilo de vida saludable.

Figura 5

Red semántica: Ficha de observación



Nota. Extraído de Atlas Ti. 26

Análisis de entrevista

Para el análisis de la entrevista aplicada a la docente, se diseñó una red semántica con el propósito de organizar la información en dos categorías principales: Huerto escolar y

Alimentación saludable. Cada categoría se organizó con sus respectivas subcategorías, lo que permitió examinar e interpretar las respuestas de la docente desde una perspectiva pedagógica, por lo tanto, los resultados se exponen por categoría y subcategoría, con el fin de comprender la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de Preparatoria.

Categoría 1: Huerto escolar

Subcategoría C1.1 Conceptualización del huerto escolar

Pregunta: ¿Cómo definiría usted el huerto escolar dentro del contexto educativo de la educación inicial?

La docente define el huerto escolar como "un espacio educativo donde los niños aprenden mediante la siembra, el cuidado y la observación de los cultivos, señala que estas experiencias favorecen el desarrollo de hábitos de alimentación saludable, fortalecen el respeto por el medio ambiente y promueven valores como la responsabilidad, el trabajo colaborativo y el cuidado de los recursos naturales". Desde esta perspectiva, se interpreta que el huerto escolar constituye un recurso pedagógico que integra el aprendizaje con experiencias prácticas propias de la educación.

Subcategoría C1.2 Fundamentos pedagógicos del huerto escolar

Pregunta: ¿Qué enfoques o fundamentos pedagógicos considera que respaldan la implementación del huerto escolar en el proceso de enseñanza-aprendizaje?

La docente expresa que el huerto escolar se sustenta en "el aprendizaje activo, significativo y basado en experiencias, permitiendo que los niños construyan conocimientos a través de la participación directa, menciona que la exploración y la observación facilitan la comprensión de los contenidos y favorecen la aplicación de lo aprendido en situaciones cotidianas". Esto permite comprender que la implementación del huerto responde a principios pedagógicos que priorizan la experiencia como medio para favorecer el aprendizaje.

Subcategoría C1.3 El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo

Pregunta: ¿De qué manera considera que el huerto escolar promueve la participación de los niños en su propio aprendizaje?

La docente manifiesta que "la participación de los niños en actividades como la siembra, el cuidado y la observación de las plantas les permite involucrarse activamente durante el proceso de cultivo, considera que estas acciones fortalecen la responsabilidad, la autonomía y el reconocimiento del crecimiento de los alimentos, favoreciendo una mayor valoración de la alimentación saludable". A partir de esta respuesta, se interpreta que el huerto escolar incentiva un aprendizaje donde los niños asumen un papel activo dentro de su formación.

Subcategoría C1.4 Aprendizaje vivencial mediante el cultivo

Pregunta: ¿Cómo favorece el contacto directo con los procesos de siembra y cultivo la construcción de aprendizajes significativos en los niños?

La docente sostiene que el "contacto directo con la siembra y el cultivo permite que los niños aprendan de manera más efectiva mediante experiencias prácticas, destaca que estas actividades fortalecen la relación entre la teoría y la práctica, permite que los niños aprendan de manera más significativa mediante experiencias prácticas en diferentes situaciones de la vida cotidiana". A partir de esta respuesta, se interpreta que las vivencias concretas enriquecen el proceso educativo y hacen que los aprendizajes sean más funcionales para los niños.

Subcategoría C1.5 Participación infantil en actividades agrícolas

Pregunta: ¿Qué tipo de actividades agrícolas considera adecuadas para la participación de los niños?

La docente considera apropiado que los niños participen "en actividades como sembrar, regar, cuidar las plantas y cosechar, ya que estas experiencias les permiten involucrarse directamente en el mantenimiento del huerto, señala que dichas acciones favorecen la responsabilidad, el cuidado del entorno natural y la valoración de los productos obtenidos mediante el cultivo". Esto evidencia que las actividades agrícolas pueden adaptarse al nivel de desarrollo infantil y convertirse en oportunidades de aprendizaje.

Subcategoría C1.6 Producción y cuidado de alimentos saludables

Pregunta: ¿Qué aprendizajes podrían desarrollar los niños al conocer el proceso de producción y cuidado de alimentos saludables?

La docente menciona que conocer el proceso de producción de los alimentos "ayuda a los

niños a desarrollar valores como la responsabilidad, el respeto y el compromiso con el medio ambiente, indica que este aprendizaje les permite comprender el origen de los alimentos y reconocer la importancia de mantener una alimentación equilibrada". A partir de esta subcategoría, se interpreta que estas experiencias fortalecen la relación entre el cuidado de los cultivos y la adopción de hábitos saludables.

Subcategoría C1.7 Educación ambiental y sostenibilidad

Pregunta: ¿Cómo considera que el huerto escolar fortalece la conciencia ambiental y el cuidado de la naturaleza en los niños?

La docente explica que el huerto escolar "enseña a los niños a valorar la naturaleza mediante el cuidado de las plantas y el reconocimiento de la importancia de proteger el medio ambiente, considera que las experiencias prácticas desarrollan actitudes de respeto hacia los recursos naturales y favorecen la comprensión de la relación entre las personas y su entorno". Desde esta perspectiva, se interpreta que el huerto escolar contribuye a fortalecer la educación ambiental desde la primera infancia.

Categoría 2: Alimentación saludable

Subcategoría C2.1 Conceptualización de la alimentación saludable

Pregunta: ¿Cómo define usted la alimentación saludable en la etapa infantil?

La docente define la alimentación saludable como "un conjunto de hábitos alimenticios que promueven el consumo equilibrado de alimentos variados, seguros y nutritivos, explica que una adecuada alimentación proporciona la energía y los nutrientes necesarios para el crecimiento, favorece el desarrollo físico y cognitivo, fortalece el sistema inmunológico y contribuye a prevenir enfermedades". A partir de ello, se interpreta que una alimentación equilibrada representa un elemento esencial para el bienestar integral durante la infancia.

Subcategoría C2.2 Principios básicos de nutrición infantil

Pregunta: ¿Cuáles considera que son las nociones o conceptos básicos de nutrición que deben empezar a conocer los niños de 5 a 6 años?

La docente considera que los conceptos relacionados "con la nutrición deben enseñarse de forma sencilla, concreta y vivencial, debido a que los niños se encuentran en una etapa de construcción de conocimientos sobre el cuidado de su cuerpo, señala que comprender la relación entre los alimentos y el bienestar favorece el desarrollo de hábitos saludables desde edades tempranas". Esto permite interpretar que la enseñanza de la nutrición debe responder a las

características propias del desarrollo infantil.

Subcategoría C2.3 Hábitos alimenticios en la infancia

Pregunta: ¿Qué factores (familiares, escolares, sociales) influyen más en la formación de hábitos alimenticios durante la infancia?

La docente identifica a la familia, la escuela y el entorno social como "los principales que influyen en la formación de los hábitos alimenticios infantiles. Explica que la orientación y las experiencias proporcionadas en estos espacios que influencian en las preferencias y elecciones alimentarias de los niños, favoreciendo el consumo de alimentos nutritivos y prácticas beneficiosas para su bienestar. Se interpreta que la formación de hábitos saludables requiere la participación conjunta de los diferentes contextos donde se desarrolla el niño.

Subcategoría C2.4 Consumo de alimentos nutritivos

Pregunta: ¿Qué estrategias pedagógicas y lúdicas considera adecuadas para motivar a los niños a consumir alimentos nutritivos en la escuela?

La docente indica que "el uso de juegos didácticos, cuentos infantiles, huertos escolares, elaboración de recetas sencillas y actividades prácticas con frutas y verduras para incentivar el consumo de alimentos nutritivos, considera que estas estrategias favorecen el aprendizaje significativo, estimulan la participación infantil y fortalecen actitudes positivas". Esta respuesta se interpreta que el empleo de recursos lúdicos constituye una alternativa pertinente para promover una mejor alimentación en el contexto escolar.

Subcategoría C2.5 Preferencias y elecciones alimentarias

Pregunta: ¿De qué manera las experiencias educativas podrían favorecer elecciones alimentarias más saludables?

La docente manifiesta que las experiencias educativas basadas en "actividades prácticas permiten que los niños conozcan, exploren y valoren los alimentos saludables permite que los niños conozcan, exploren y valoren los alimentos saludables mediante la participación activa, destaca que estas experiencias fortalecen la comprensión sobre la importancia de mantener una alimentación equilibrada y favorecen la adopción de hábitos alimentarios adecuados". A partir de esta respuesta, se interpreta que el contacto directo con los alimentos facilita la construcción de elecciones alimentarias más saludables.

Subcategoría C2.6 Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable

Pregunta: ¿Qué conocimientos relacionados con la alimentación saludable deberían

desarrollar los niños de 5 a 6 años?

La docente considera importante que los niños “aprendan a reconocer los alimentos saludables, comprendan la importancia de la hidratación y practiquen hábitos de higiene relacionados con la alimentación, señala que estos conocimientos les permiten entender los beneficios de mantener una alimentación equilibrada para favorecer su crecimiento y desarrollo”. Esto evidencia que la educación alimentaria debe abarcar aspectos que contribuyan al cuidado integral de la salud infantil.

Subcategoría C2.7 Promoción de estilos de vida saludables

Pregunta: ¿Qué acciones institucionales considera indispensables para promover de forma permanente estilos de vida saludables en los centros infantiles?

La docente reconoce al huerto escolar como una estrategia pedagógica que “permite a los niños participar en actividades de siembra y cuidado de los cultivos mediante experiencias prácticas, señala que estas actividades favorecen el conocimiento del origen de los alimentos, fortalecen la valoración de las frutas y verduras y promueven la formación de hábitos de alimentación saludable desde la primera infancia”. A partir de esta subcategoría, se interpreta que el huerto escolar constituye una alternativa educativa que contribuye al fortalecimiento de estilos de vida saludables dentro del contexto escolar.

El análisis de la entrevista docente evidencia que el huerto escolar y la alimentación saludable son aspectos complementarios en Preparatoria. La docente considera que el huerto escolar favorece experiencias prácticas que permiten a los niños conocer el origen de los alimentos, fortalecer valores y promover el cuidado del ambiente, destaca que estas experiencias contribuyen al desarrollo de conocimientos y hábitos orientados hacia una alimentación saludable desde la primera infancia.

Análisis de nube de palabras basado en la entrevista a la docente

La nube de palabras evidencia que los términos con mayor frecuencia y relevancia son “saludables”, “plantas”, “cuidado”, “verduras”, “frutas” y “actividades”, lo que pone de manifiesto que las respuestas obtenidas se relacionan hacia la importancia del huerto escolar como estrategia para promover la alimentación saludable. La presencia destacada de la palabra saludables demuestra que este aspecto fue recurrente durante la entrevista, resaltando la necesidad de fortalecer hábitos alimenticios desde la primera infancia mediante experiencias

prácticas. Por lo tanto, palabras como cuidado, plantas, aprendizaje, reconoce, interés y entorno evidencian que el desarrollo de estas actividades favorece la participación de los niños y el conocimiento sobre el cultivo y el origen de los alimentos.

De igual manera, los términos verduras, frutas, básicos, conocimientos, actitudes, recursos, identifica y desarrollo representan aspectos vinculados con el aprendizaje de contenidos relacionados con la alimentación saludable y el cuidado del ambiente. Los resultados obtenidos dejan en evidencia que el aprendizaje trasciende la simple identificación de alimentos saludables, a través de actividades prácticas orientadas a la exploración para fortalecer el cuidado de las plantas y el reconocimiento del valor de los recursos naturales. Por ello, la nube de palabras evidencia que el huerto escolar constituye una estrategia que facilita la elaboración de conocimientos como el desarrollo de actitudes positivas en la adquisición de hábitos saludables mediante experiencias educativas.

Figura 6

Nube de palabras ficha de observación



Nota. Extraído del Atlas ti.26

Discusión y triangulación de hallazgos sobre el huerto escolar y alimentación saludable

Los hallazgos obtenidos permiten evidenciar que el huerto escolar es considerado como una estrategia magistral que favorece la construcción de aprendizajes durante la educación inicial. La docente manifestó que el huerto posibilita que los niños aprendan mediante la siembra, el cuidado y la observación de las plantas, mientras que la ficha de observación señaló que los estudiantes observados reconocieron frutas y verduras, relacionándolas con el espacio del huerto, aunque algunos requirieron acompañamiento docente para ampliar sus respuestas. Estos hallazgos se relacionan con los aportes de Granado Lino (2023), quien señala que el huerto escolar constituye un espacio pedagógico en el que el aprendizaje se genera mediante la interacción directa con el entorno natural. La triangulación de la información obtenida desde la teoría, las percepciones de la docente y la observación realizada permite interpretar que la participación de los niños en actividades vinculadas al huerto contribuye a comprender el origen de los alimentos y favorece la construcción de conocimientos desde las primeras etapas educativas.

Los resultados evidencian que el aprendizaje vivencial y la participación favorecen el proceso de enseñanza-aprendizaje en niños de 5 a 6 años. La docente manifestó que las experiencias relacionadas con el sembrado aportan al fortalecimiento de actitudes como responsabilidad y la construcción de aprendizajes. La observación permitió identificar que los estudiantes participaron con interés en las actividades desarrolladas mediante recursos visuales como la presentación de un macetero, mostrando curiosidad por el proceso de crecimiento de las plantas; sin embargo, se evidenció que algunos niños necesitaron mayor motivación requirieron acompañamiento para involucrarse en las actividades. Estos hallazgos coinciden con los aportes de Redondo Salas et al. (2024), Jiménez et al. (2024) y Panchana & Mayorga (2024) quienes destacan que las metodologías activas favorecen la construcción del conocimiento a través de experiencias prácticas y relacionadas con el contexto. Desde la triangulación de la información, se interpreta que la participación infantil está influenciada no solo por las estrategias implementadas, sino también por la mediación docente y las características individuales del proceso de aprendizaje de cada niño.

La docente manifestó que las actividades de cuidado del huerto contribuyen al fortalecimiento del compromiso, la participación y la conciencia ambiental en los niños. Asimismo, mediante la observación se identificaron prácticas relacionadas con el cuidado de las plantas, el aprovechamiento adecuado de los recursos, el cumplimiento de normas y la colaboración entre compañeros durante el desarrollo de las actividades. Estos hallazgos guardan relación con los aportes de Beltri et al. (2023) y Lalama et al. (2025) quienes señalan que el huerto escolar favorece el desarrollo de competencias ambientales y sociales a través de experiencias prácticas y participativas. Desde la triangulación de la información, se interpreta que el huerto escolar representa un espacio de formación integral, donde los niños construyen conocimientos sobre el entorno natural y, al mismo tiempo, desarrollan valores, actitudes y habilidades necesarias para una convivencia responsable y sostenible.

En relación con la alimentación saludable, los resultados muestran que los niños poseen conocimientos básicos acerca de la importancia del consumo de frutas y verduras; sin embargo, aún requieren procesos de acompañamiento para profundizar la comprensión de los beneficios nutricionales de los alimentos. La docente manifestó que la enseñanza de la alimentación saludable debe desarrollarse mediante actividades prácticas y lúdicas, mientras que la observación reflejó que la mayoría de los estudiantes identificó alimentos saludables, manifestó interés por consumirlos y realizó elecciones alimentarias favorables cuando se les presentaron diferentes opciones, aunque algunos necesitaron ejemplos y preguntas de apoyo para justificar sus respuestas. Estos resultados se relacionan con los aportes de Domínguez (2023), Ruiz-Arregui et al. (2024) y Jiménez Miño (2023) quienes destacan que la adquisición de hábitos alimentarios saludables se fortalece cuando los niños participan en experiencias prácticas vinculadas con los alimentos y su entorno cotidiano. La triangulación de la información permite interpretar que el conocimiento sobre alimentación saludable constituye un proceso gradual, que requiere la aplicación constante de estrategias pedagógicas que articulen los contenidos teóricos con actividades significativas y cercanas a la realidad de los niños.

Para concluir, la integración de ambas categorías permite afirmar que existe una relación significativa entre el huerto escolar y la enseñanza de la alimentación saludable. La docente reconoce al huerto como una estrategia institucional que favorece el conocimiento del origen de los alimentos, el consumo de frutas y verduras y la formación de hábitos saludables, mientras

que la observación confirmó que los estudiantes demostraron interés por los alimentos nutritivos, practicaron hábitos de higiene antes de consumirlos y establecieron relaciones entre el cuidado de las plantas y la alimentación. Estos resultados coinciden con Puentes-Luna et al. (2026), Ballinas (2021) y Malavé et al. (2023), quienes sostienen que las experiencias vivenciales desarrolladas mediante el huerto escolar contribuyen al fortalecimiento de estilos de vida saludables desde la primera infancia. Por lo tanto, la triangulación de los hallazgos permite concluir que el huerto escolar constituye una estrategia pedagógica pertinente para favorecer simultáneamente el aprendizaje, la educación ambiental y la consolidación de hábitos de alimentación saludable en niños de 5 a 6 años, dando respuesta al objetivo general planteado en la investigación.

APORTES DEL INVESTIGADOR (CASUÍSTICA)

Tras analizar tanto la entrevista realizada a la docente como la aplicación de la ficha de observación, se identificaron aspectos relevantes relacionados con la necesidad de fortalecer el uso del huerto escolar como estrategia pedagógica para la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años. Este hallazgo coincide con las actuales propuestas educativas, las cuales promueven metodologías activas que favorecen el aprendizaje mediante la experiencia y la participación directa de los niños. Por eso, se considera fundamental incorporar con mayor frecuencia actividades relacionadas con el huerto escolar dentro de la planificación pedagógica, procurando que respondan a las necesidades, intereses y características propias de la primera infancia.

El huerto escolar favorece el aprendizaje sobre el origen de los alimentos y permite desarrollar conocimientos, valores y hábitos relacionados con una alimentación saludable y el cuidado del medio ambiente. Además, las actividades prácticas pueden contribuir a despertar el interés de los niños por el consumo de frutas y verduras, promoviendo su participación durante el proceso de aprendizaje, estas experiencias contribuyen a fortalecer la práctica docente mediante la aplicación de actividades innovadoras que vinculen la teoría con la práctica dentro del aula.

Durante la ejecución de estas actividades, resulta necesario que el docente planifique, orientar y evaluar cada experiencia para asegurar que los objetivos propuestos se cumplan de acuerdo con el nivel de desarrollo de los niños. El fortalecimiento del huerto escolar representa un aporte significativo para la formación de hábitos de alimentación saludable, al promover el consumo de alimentos nutritivos, el respeto por el entorno natural y la valoración del esfuerzo involucrado en el proceso de cultivo. Para favorecer estos aprendizajes, se pueden desarrollar actividades como la siembra de hortalizas, el cuidado y mantenimiento de las plantas, la observación del proceso de crecimiento de los cultivos, la clasificación de frutas y verduras, así como juegos didácticos y experiencias de exploración que permitan a los niños aprender de manera activa y significativa, es fundamental adaptar estas experiencias a las necesidades e intereses de los niños y ofrecer espacios de aprendizaje seguros, participativos y motivadores que contribuyan al desarrollo de hábitos saludables.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES PEDAGÓGICA

Cultivando salud: estrategias basadas en el huerto escolar para fortalecer la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años

Presentación

La presente propuesta pedagógica se desarrollará en la Escuela "Alfredo Sanz Rivera", dirigida a niños de 5 a 6 años del subnivel de Preparatoria. Se enmarca en el ámbito de Descubrimiento y Comprensión del Medio Natural y Cultural, con el propósito de fortalecer la enseñanza de la alimentación saludable mediante implementación del huerto escolar como estrategia pedagógica. En esta etapa, los niños muestran gran interés por explorar y comprender los elementos de su entorno natural. Por eso, el huerto escolar constituye un espacio de aprendizaje significativo donde pueden observar, experimentar y participar activamente en actividades como la siembra, el cuidado y la cosecha de alimentos. Estas favorecen la construcción de conocimientos sobre el origen de los alimentos, beneficios nutricionales y la importancia de mantener hábitos alimenticios saludables. A través de actividades prácticas y vivenciales, desarrollarán habilidades de observación, exploración y cuidado del medio ambiente, fortaleciendo al mismo tiempo valores de responsabilidad, cooperación y respeto por la naturaleza.

Justificación

El huerto escolar constituye una estrategia pedagógica que favorece el aprendizaje activo y significativo de los niños, permitiendo explorar, experimentar y participar directamente en procesos relacionados con la siembra, el cuidado y la cosecha de alimentos. A través del contacto con la naturaleza y las actividades agrícolas, desarrollan conocimientos sobre el entorno natural, fortalecen valores de responsabilidad y trabajo colaborativo y adquieren experiencias que contribuyen a su formación integral. A partir de estas experiencias, se promueve la alimentación saludable como un factor fundamental para el crecimiento, desarrollo físico y bienestar de los niños. El origen de los alimentos, así como la participación en el cultivo de frutas y verduras, favorece la valoración y el consumo de productos nutritivos, contribuyendo al desarrollo de hábitos alimenticios saludables desde edades tempranas (Ohly et al. 2016).

Objetivo general

Proponer estrategias pedagógicas fundamentadas en el huerto escolar para fortalecer la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años del subnivel de Preparatoria de la Escuela “Alfredo Sanz Rivera ".

Objetivos específicos

1. Promover cuentos animados descargados offline para favorecer el reconocimiento de alimentos saludables mediante experiencias practicas desarrolladas en huerto escolar.
2. Implementar secuencias didácticas multimedia para fortalecer la participación de los niños en actividades de cultivo y cuidado de plantan comestibles.
3. Desarrollar juegos interactivos para potenciar los conocimientos básicos sobre nutrición y hábitos saludables mediante actividades lúdicas y vivenciales.

Fundamentación breve

La presente propuesta pedagógica nace a partir de los datos obtenidos a través de la fase diagnostica de la presente investigación, donde se evidencio una problemática notable en los hábitos alimenticios de los niños 5 a 6 años de la presente institución. Estos hallazgos muestran la necesidad de emplear de manera oportuna el huerto escolar como estrategia didáctica, para conectar la enseñanza de la alimentación sana con experiencias reales y significativas para los niños.

El huerto escolar es una herramienta pedagógica que favorece el aprendizaje activo y significativo permitiendo que los niños construyan conocimientos a partir de la observación, experimentación y participación. Su implementación fortalece el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y ambientales. Por eso, la educación alimentaria en la primera infancia busca promover hábitos saludables que contribuyan al bienestar y prevención de problemas nutricionales. La integración del huerto escolar en los procesos educativos permite relacionar la teoría con la práctica, favoreciendo el conocimiento del origen de los alimentos y la valoración de una alimentación equilibrada (Salas et al., 2026).

Nombre de la actividad	Ámbito	Destreza	Objetivo	Desarrollo	Principio DUA	Materiales	Tiempo
Del huerto a mi mesa	Descubrimiento y comprensión del medio natural y cultural.	CN.1.3.19. Indagar de forma guiada sobre los alimentos que se cultivan en la localidad e identificar si se consumen en el hogar.	Observar e identificar la utilidad de las plantas y los animales en las actividades cotidianas de los seres humanos y comunicar las diferentes maneras de cuidarlos.	**Inicio:** Entonar la canción “Vamos a plantar” e invitar a los niños a imitar con su cuerpo las acciones de cavar, sembrar, regar y cosechar. Mostrar una cesta con frutas y verduras de la localidad y preguntar: ¿Conocen estas frutas? ¿Cuáles de estas verduras comen en casa? **Desarrollo:** Presentar un papelógrafo con imágenes de alimentos cultivados en la localidad y en otros lugares. Invitar a los niños a observarlas y dialogar sobre cuáles han visto sembrar en su comunidad. Solicitar que encierren con un círculo los alimentos cultivados localmente. **Cierre:** Dialogar sobre la importancia de consumir frutas y verduras para mantener una alimentación saludable. Preguntar: ¿Quién tiene alguna de estas plantas en casa? Permitir que compartan sus respuestas con el grupo.	Principio I: Proporcionar múltiples formas de representación.	Canción; cesta con productos locales; papelógrafo con imágenes; crayones.	40 minutos
Conociendo las plantas de mi				**Inicio:** Recibir a los niños con la canción “Vamos a sembrar”,	Principio III: Proporcion	Música; huerto escolar;	

localidad		acompañada de movimientos corporales. Presentar una planta cultivada y una silvestre para que observen sus características y respondan: ¿Las conocen? **Desarrollo:** Recorrer el huerto escolar y promover la exploración directa del entorno. Orientar la identificación de plantas cultivadas y silvestres mediante preguntas sobre sus características, utilidad e importancia para la naturaleza y la alimentación. Motivar a los niños a participar en acciones de cuidado, como regar y proteger las plantas mediante un cercado sencillo. **Cierre:** Invitar a los niños a expresar oralmente lo aprendido. Reforzar la importancia de cuidar las plantas para favorecer una alimentación saludable y conservar el ambiente.	ar múltiples formas de implicación o motivación.	carteles; agua.
El hogar de las plantas y los animales	CN.1.3.4. Explorar y reconocer las plantas cultivadas y silvestres de la localidad, describir su	**Inicio:** Interpretar la canción “La canción de la huerta” y presentar imágenes de diversos hábitats. Plantear la pregunta: ¿Dónde crecen las plantas?, para recuperar los conocimientos previos de los	Principio II: Proporcionar múltiples formas de acción y expresión.	Canción infantil; imágenes; huerto escolar; ficha de trabajo; crayones.

	utilidad e identificar las formas de cuidarlas.	niños. **Desarrollo:** Realizar un recorrido por el huerto escolar para observar los elementos necesarios para el crecimiento de las plantas, como tierra, agua y luz solar. Presentar imágenes de animales para que los niños relacionen cada especie con su hábitat. **Cierre:** Entregar una ficha de trabajo para unir cada planta o animal con su hábitat correspondiente. Invitar a mencionar una acción que contribuya al cuidado y protección de los espacios naturales.		
La caja sorpresa		**Inicio:** Presentar una caja sorpresa con imágenes de plantas acuáticas y terrestres. Invitar a los niños a observarlas y preguntar: ¿Dónde creen que vive cada planta? **Desarrollo:** Orientar la observación de las imágenes y motivar la identificación de semejanzas y diferencias entre las plantas acuáticas y terrestres. Promover la participación mediante preguntas sobre sus características y los frutos que producen. Explicar la	Principio I: Proporcionar múltiples formas de representación.	Caja sorpresa; imágenes de plantas; hoja de trabajo; crayones azules y cafés.

		importancia de ambos tipos de plantas para el equilibrio del entorno natural. **Cierre:** Entregar una hoja de trabajo con imágenes de plantas acuáticas y terrestres. Solicitar que coloreen de café las plantas terrestres y de azul las acuáticas, fortaleciendo la comprensión de lo aprendido.		
Mirada de explorador	Explicar las características de los elementos naturales —animales, plantas y cuerpos de agua— que constituyen parte del paisaje local.	**Inicio:** Presentar durante unos segundos una fotografía del huerto escolar y retirarla. Motivar a los niños a recordar los elementos observados mediante la pregunta: ¿Qué elementos lograron identificar? **Desarrollo:** Recorrer el huerto escolar y otros espacios de la institución para promover la observación del entorno. Orientar la identificación y descripción de elementos naturales y construidos, resaltando sus características y diferencias. **Cierre**: Entregar una hoja de trabajo para que los niños dibujen el paisaje observado e incluyan, al menos, un elemento natural y uno construido. Invitarlos a presentar sus dibujos y explicar los elementos representados.	Principio I: Proporcionar múltiples formas de representación.	Fotografía del huerto escolar; huerto escolar; hojas de trabajo; lápices; colores.

Conclusión

La estrategia “Cultivando Salud” se plantea como una propuesta educativa pertinente para fortalecer la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años, mediante experiencias significativas vinculadas con el huerto escolar. Las actividades diseñadas permiten acercar a los niños al reconocimiento de alimentos nutritivos de su entorno, su cultivo y cuidado, promoviendo la participación, la autonomía y la responsabilidad. Por lo tanto, el uso de recursos visuales, multimedia y juegos interactivos favorece un aprendizaje más dinámico y vivencial, relacionando lo aprendido con sus prácticas cotidianas. De esta manera, el huerto escolar se convierte no solo en un espacio para cultivar alimentos, sino también en un escenario pedagógico donde se cultivan conocimientos, valores y hábitos saludables desde la primera infancia.

REFLEXIONES FINALES

Después de analizar los hallazgos obtenidos durante la investigación del huerto escolar en relación con la enseñanza de la alimentación saludable, se determinó que las experiencias prácticas favorecen el aprendizaje y el desarrollo de hábitos saludables en los niños de 5 a 6 años. Desde esta perspectiva, se considera que el huerto escolar constituye una estrategia que favorece el reconocimiento del origen de los alimentos y permite que los niños participen activamente en actividades relacionadas con la siembra, el cuidado de las plantas y la valoración de frutas y verduras.

A partir de estos hallazgos, se considera pertinente que los docentes integren de manera permanente actividades vinculadas con el huerto escolar dentro de la planificación pedagógica. La incorporación de experiencias como la siembra, el riego, la observación del crecimiento de las plantas, el uso de imágenes, juegos y actividades de exploración favorece la construcción de conocimientos sobre la alimentación saludable, al tiempo que desarrolla la responsabilidad, el cuidado del ambiente y el interés por consumir alimentos nutritivos.

La incorporación del huerto escolar como estrategia pedagógica contribuye al aprendizaje significativo y promueve hábitos de alimentación saludable desde la primera infancia, al desarrollar actividades acordes con las necesidades e intereses de los niños, se favorece su participación al desarrollo de actitudes positivas hacia los alimentos saludables y la comprensión de la importancia de mantener una alimentación equilibrada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Palma Ávila, D. E. (2017). Huerto escolar como estrategia pedagógica para el fortalecimiento de los valores ambientales. *Revista Scientific*, *2*(Edicion Especial), 82-94. https://doi.org/10.29394/scientific.issn.2542-2987.2017.0.0.5.82-94

Ballinas Sueldo, Y. (2021). La importancia de un estilo de vida saludable. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, *6*(2), 34-35. https://doi.org/10.26722/rpmi.2021.v6n2.45

Salvador Beltri,A., Lorenzo Valentín, G., Santágueda Villanueva, M., & Monferrer Sales, L. (2023). Situaciones para el aprendizaje de las ciencias en infantes de 3 y 4 años en el huerto escolar. *Edma 0-6: Educación Matemática en la Infancia*, *12*(2), 31-64. https//doi.org/10.24197/edmain.2.2023.31-64

Bolet Astoviza, M., & Socarrás Suárez, M. M. (2010). Alimentación adecuada para mejorar la salud y evitar enfermedades crónicas. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, *26*(2), 0-0. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10570980

Coral, R.del C., & Vargas, L. D. (2014). Estrategias que promueven estilos de vida saludables. *Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica*, *17*(1), 35-43. https://doi.org/10.31910/rudca.v17.n1.2014.938

Dias, P. da S., & Goi, M. E. J. (2022). Lev Vygotsky: influências e contribuições para o campo educacional no que se refere ao desenvolvimento e aprendizagem do indivíduo. *Research, Society and Development*, *11*(12), e54111233222. https://doi.org//10.33448/rsd-v11i12.33222

Díaz, M. C., & Glaves, A. (2020). Relationship between consumption of processed, ultra-processed foods and cancer risk: A systematic review. *Revista chilena de Nutrición*, *47*(5), 808-21. https://doi.org/10.4067/s0717-75182020000500808

Domínguez, L. F. B. (2023). Alimentación saludable en niños, niñas y adolescentes. *RECIAMUC*, *7*(1), 887-92. https://doi.org/10.26820/reciamuc/7.(1).enero.2023.887-892

Ejoh, S. I., Bodunde, I., Oyedele, A., Gerdes, M. A., & Scherr, R. E. (2025). Process and outcome of a four-week garden-enhanced nutrition education programme to Improve knowledge and vegetable consumption of school-age children in Ibadan, Nigeria. *World Nutrition*, *16*(2), 53-65. https://doi.org/10.26596/wn.202516253-65

Herrán Murillo, Y. F, & Varela Arévalo, M. T. (2023). Child eating habits and its relation to parental practices and nutritional knowledge. *Revista Chilena de Nutrición*, *50*(6), 617-26. https://doi.org/10.4067/s0717-75182023000600617

Huiracocha-Tutiven, L., Orellana-Paucar, A., Abril-Ulloa, V., Huiracocha-Tutiven, M., Palacios-Santana, G., & Blume, S. (2019). Child Development and Nutritional Status in Ecuador. *Global Pediatric Health*, *6*,2333794X18821946. https://doi.org/10.1177/2333794X18821946

Jiménez, C. C. Piñarete, & Figueroa Chávez, P. Y. (2024). Importancia de las huertas escolares como una estrategia para el consumo de alimentos saludables en un hogar infantil de la primera infancia de Bogotá-Colombia. *Journal of the Selva Andina Research Society*, *15*(1), 29-45. https://doi.org/10.36610/j.jsars.2024.150100029

Juela-Tiban, E. V., & Chileno-Camacho, L. F. (2024). Prevención de la desnutrición infantil y educación sobre los hábitos alimenticios en las madres: Revisión Sistemática. *Revista Científica Arbitrada en Investigaciones de la Salud GESTAR, 7*(14):546-70. https://doi.org/10.46296/gt.v7i14.0194

Lalama-Franco, A. del r., Morán-Rodrigo, M. M., Zeballos-Chang, J. L., & Contento-Castillo, R. A. (2025). Huerto escolar como estrategia pedagógica para el desarrollo socioemocional en estudiantes de educación básica en una institución privada en Ecuador. *Revista Científica Arbitrada de Investigación en Comunicación, Marketing y Empresa REICOMUNICAR, 8*(16), 193-211. https://doi.org/10.46296/rc.v8i16.0383

López-Torres, L. P., & López-Alcaraz, F. (2022). Ultra-processed foods: Consumption implications, advances, and challenges in Latin America for public health in adults. *Revista chilena de nutrición*, *49*(5), 637-43. https://doi.org/10.4067/S0717-75182022000600637

Malavé, C. L. V., Zambrano Vélez, W. A., & Ronquillo Bueno, S. J. (2023). Hábitos alimenticios en niños de 4 a 6 años de una institución educativa de la provincia de Santa Elena-Ecuador: Eating habits in children from 4 to 6 years old of the Educational Institution of the province of Santa Elena – Ecuador. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 4*(1), 1631-39. https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.364

Jiménez Miño, Y. E. (2023). Educación alimentaria nutricional de escolares. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(5), 6297-6313. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i5.8223

Nuñez, R. B., Quimis Zambrano,M., Sevilla Alarcón, M., Vicuña Monar, L., & Calderón Cisneros, J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSALUD-UNEMI 1*(1), 34-39. https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol1iss1.2017pp34-39p

Ministerio de Educación. (s. f.) *Planteles de la Zona 8 celebran el Día Mundial de la Alimentación cultivando hábitos saludables a través de sus huertos escolares* . Recuperado 21 de mayo de 2026, de https://educacion.gob.ec/planteles-de-la-zona-8-celebran-el-dia-mundial-de-la-alimentacion-cultivando-habitos-saludables-a-traves-de-sus-huertos-escolares/

Polanco Calvachi, L. B., & Moreno Pozo, A. E. (2013). *El huerto educativo como medio de enseñanza de contenidos curriculares para niños y niñas de 5 a 6 años de edad.* [Tesis de licenciatura,

Universidad Politecnica Salesiana].
http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/4753

Pollin, S., & Retzlaff-Fürst, C. (2021). The school garden: A social and emotional place. *Frontiers in Psychology, 12,* Article 567720.
https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.567720

Herrera O., M. S. (2020). *Huertos escolares en establecimientos educacionales municipales de Santiago de Chile: biodiversidad de plantas e invertebrados, entorno y tipos de manejo*. [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica de Chile].
https://doi.org/10.7764/tesisUC/AGR/48103

Murrillo Rodriguez, M. L., Mejía Loaiza, E. E., & Conejo Carrasco, F. (2022). *El juego como estrategia lúdica pedagógica y la autorregulación del aprendizaje en primera infancia*. Corporacion Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO
https://doi.org/10.26620/uniminuto/978-958-763-582-9.cap.4

Paulus, T., Woods, M., Atkins, D. P., & Macklin, R. (2017). The discourse of QDAS: Reporting practices of ATLAS.ti and NVivo users with implications for best practices. *International Journal of Social Research Methodology*, *20*(1), 35–47.
https://doi.org/10.1080/13645579.2015.1102454

Panchana Pozo, I. J., & Mayorga Albán, A. L. (2024). Aprendizaje vivencial como estrategia pedagógica de las ciencias naturales: Concepciones estudiantiles de la Unidad Educativa Teodoro Wolf. *Ciencia y Educación*, *5*(4), 6-15.
https://doi.org/10.5281/zenodo.10912876

Puentes-Luna, Ó. L., Guarnizo-Losada, M. A., & Robles, D. J. (2026). Huerto escolar: percepciones del alumnado para el favorecimiento de la educación. *Tecné, Episteme y Didaxis (TED),* (59), 48-66. https://doi.org/10.17227/ted.num59-21879

Reyes Narvaez, S., & Oyola Canto. M. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista Chilena de Nutrición*, *47*(1), 67-72.
doi:10.4067/S0717-75182020000100067

Ruiz-Arregui, L., Salas, M., & Torre, P. (2024). Huerto escolar integrado: Modelo de promoción para la alimentación saludable en escolares. *Gaceta Médica de México, 160*(5), 562-64.
DOI: 10.24875/GMM.24000240

Redondo Salas, D. D., Puentes Rozo, P. J., & Brito Carrillo, C. J. (2024). ¿Cómo aprendieron los niños? Una respuesta desde el constructivismo social subyacente del contexto histórico y sociocultural actual. *Revista UNIMAR*, *42*(1), 103-17.
https://doi.org/10.31948/ru.v42i1.3851

Salas, M., Ruiz-Arregui,L., & Torre, P. (2026). Huerto Escolar Integrado: El Protagonismo Infantil En La Promoción de Una Alimentación Adecuada y Sostenible. *Global Health Promotion*.Publicacion anticipada en liena.
https://doi.org/10.1177/17579759261429061

Santiago, F., Montes,R., & Castillo, I. (2021). Huertos escolares para la promoción de hábitos alimenticios saludables en estudiantes de secundaria en México. *Revista Temario Científico, 1*(1), 25-35. https://doi.org/10.47212/rtcAlinin.1.1.4

Weigel, M. M., & Armijos, R. X. (2022). The Ecuadorian school food environment: Association with healthy and unhealthy food and beverage consumtion and BMI. *Journal of Health, Populaation anf Nutrition, 41*(1). https://doi.org/10.1177/03795721221116447

Barahona Urgiles, L. P., Jiménez Ramon, D. O., Loor Fajardo, N., & Zárate Cortez, B. M. (2025). La influencia de la nutrición en el rendimiento y bienestar infantil en la Educación Inicial. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS, 7*(5), 303-17. https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v7i5.1663

Atupaña Valla, M. E., Herrera Rivas, K. K., & Vergel Parejo, E. E. (2026). Huertos escolares como recurso pedagógico para la educación alimentaria en los estudiantes de sexto de básica: School gardens as a pedagogical resource for food education in sixth grade students. *Revista Científica Multidisciplinar G-nerando, 7*(1), 3241-3266. https://doi.org/10.66473/rcmg.v7i1.1053

Vélez, L. A. J., Jumbo Vélez, C. J., & Jumbo Vélez, H. M. (2025). Integración de la educación alimentaria en la primera infancia: Rol de los docentes y su impacto en la seguridad alimentaria. *Conectividad, 6*(3), 146-56. https://doi.org/10.37431/conectividad.v6i3.265

Granado Lino, R. X. (2023). El huerto escolar en el cuidado de la naturaleza en ninos de 4 a 5 anos [Trabajo de integracion curricular previo a la obtencion del titulo de Licenciada en Ciencias de la Educacion Inicial, Universidad Estatal Peninsula de Santa Elena]. Repositorio Institucional de la Universidad Estatal Peninsula de Santa Elena. https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/10370

Alzate Yepes, T. (2006). Desde la educación para la salud: Hacia la pedagogía de la educación alimentaria y nutricional. *Perspectivas en Nutrición Humana, 8*(16), 21-40. https://doi.org/10.17533/udea.penh.17866

Zambrano-Cedeño, M. L., Zambrano-Chávez, S., Molina-Zambrano, N., Moreira-Zambrano, M., & Delgado-Moreira, M. (2025). Revisión sistemática: hábitos alimentarios y el desarrollo integral de niños y niñas de 4 años. *Psicología UNEMI, 9*(16), 127-40. https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol9iss16.2025pp%pp

Ahmad, M., & Wilkins, S. (2025). *Purposive sampling in qualitative research: A framework for the entire journey. Quality & Quantity, 59*(2),1461-1479. https://doi.org/10.1007/s11135-024-02022-5

Akkerman, S, F., Bakker, A., & Penuel, W. R. (2021). *Relevance of Educational Research: An Ontological Conceptualization. Educational Researcher, 50*(6),416-424. https://doi.org/10.3102/0013189X211028239

Almeida, M. V. M., Ferreira, S. B., Faleiro, H. T., & Assunção, S. G. S. (2021). *Construção do conhecimento em educação ambiental a partir de oficinas de hortas escolares: Evidências da aprendizagem significativa através do desenho. Revista Brasileira de Educação Ambiental, 16*(4),419-433. https://doi.org/10.34024/revbea.2021.v16.11202

Babativa Salamanca, H, A., Rubiano Cárdenas, P. A., Velásquez Pérez, T., Gaona Diaz, N. F., González Ortega, J. A., & Vega Gámez, M. I. (2024). La entrevista semiestructurada: una herramienta pertinente en la percepción de valores sociales para la vida. *Revista Lasallista de investigación, 21*(1),92-107. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10190726

Barrera, J. H. (2024). Investigación proyectiva: Más allá de la investigación tecnológica. *Impacto Científico, 19*(1),13-26. https://produccioncientificaluz.org/index.php/impacto/article/view/42213

Lobe, B., Morgan, D., Hoffman, K. A., (2020). *Qualitative data collection in an era of social distancing. International Journal of Qualitative Methods, 19,* 1–8. https://doi.org/10.1177/1609406920937875

Buschle, C., Reiter, H., & Bethmann, A. (2022). The qualitative pretest interview for questionnaire development: Outline of programme and practice. *Quality & Quantity, 56*(2),823-42. https://doi.org/10.1007/s11135-021-01156-0

Busetto, L, Wick, W., & Gumbinger, C. (2020). How to use and assess qualitative research methods. *Neurological Research and Practice, 2*(1), Article14. https://doi.org/10.1186/s42466-020-00059-z

Chaves, V. E.J. (2021). Triangulación metodológica cualitativa y cuantitativa. *Revista sobre estudios e investigaciones del saber académico,* (14),76-81. https://doi.org/10.70833/rseisa14item276

Czernek-Marszałek, K., & McCabe, S. (2024). *Sampling in qualitative interview research: Criteria, considerations and guidelines for success. Annals of Tourism Research, 104*,103-711. https://doi.org/10.1016/j.annals.2023.103711

Dorantes Nova, J. A., J. Hernández Mosqueda, J. S., & Tobón, S. (2016). Juicio de expertos para la validación de un instrumento de medición del síndrome de burnout en la docencia. *Ra Ximhai, 12*(6), 327-46. https://www.redalyc.org/pdf/461/46148194023.pdf

Espinoza-Freire, E. E. (2025). La investigación cualitativa en la educación superior: Enfoques, desafíos y perspectivas actuales. *Sociedad & Tecnología,* 8(Supl.3), 1299-1310. https://doi.org/10.51247/st.v8iS3.56

Guevara Alban, G. P., Verdesoto Arguello, A. E., & Castro Molina, N. E. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas y de investigación-acción). *RECIMUNDO, 4*(3),163-73. https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173

Guillen, D. E. F. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones, 7*(1),201-29. https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267

Guzmán, V. (2021). El método cualitativo y su aporte a la investigación en las ciencias sociales. *Gestionar: Revista de Empresa y Gobierno, 1*(4),19-31. https://doi.org/10.35622/j.rg.2021.04.002

Janzen, W. W. (2022). Una síntesis crítica mínima de las portaciones de los paradigmas interpretativo y sociocrítico a la investigación educacional. *Enfoques, 34*(2),13-33. https://doi.org/10.56487/enfoques.v34i2.1058

Kiger, M. E., & Varpio, L. (2020). *Thematic analysis of qualitative data: AMEE Guide No. 131. Medical Teacher, 42*(8), 846-54. https://doi.org/10.1080/0142159X.2020.1755030

Montalvo, M. C. T., González Cárdenas, M. K., & Almachi Clavijo, C. S. (2023). La educación inclusiva en el aula. *Revista Científica Hallazgos21, 8*(1),72-81. https://doi.org/10.69890/hallazgos21.v8i1.612

Piña-Ferrer, L. S. (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía, 8*(15),1-3. https://doi.org/10.35381/r.k.v8i15.2440

Rosales-Veítia, J., Mujica López, A., & Camacho Guzmán, Y. (2024). El método fenomenológico-hermenéutico de Gadamer. Algunos aportes para el abordaje del círculo de la comprensión. *Cátedra Villarreal, 12*(1), 25-37. https://doi.org/10.24039/rcv20241211741

Trainor, A, A., & Graue, E. (2014). Evaluating rigor in qualitative methodology and research dissemination. *Remedial and Special Education, 35*(5), 267-274 https://doi.org/10.1177/0741932514528100

Willie, M. M. (2024). Population and target population in research methodology. *Golden Ratio of Social Science and Education, 4*(1), 75-79. https://doi.org/10.52970/grsse.v4i1.405

.

ANEXOS

Anexo1

CERTIFICADO DE ANTIPLAGIO

Certificación de Antiplagio

Certifico que después de revisar el documento final del trabajo de titulación denominado **EL HUERTO ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA DE LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE DE NIÑOS DE 5 A 6 AÑOS**, presentado por las estudiantes, **ROCAFUERTE YAGUAL, AMY XIOMARA y MOSQUERA OLAVE, CESAR LUIS** fue enviado al Sistema Antiplagio **COMPILATIO**, presentando un porcentaje de similitud correspondiente al **6%**, por lo que se aprueba el trabajo para que continúe con el proceso de titulación.


Informe de análisis
Compilatio Magister+ | UPSE-ECU

Cesar Mosquera Olave , Amy Rocafuerte Yagual
ID : 329ef988a13e7a1b7c389938224d148e20e7179f

6%
Textos sospechosos

Nombre del fichero : Cesar Mosquera Olave , Amy Rocafuerte Yagual.txt
Tamaño del archivo original : 3 MB
Número de palabras : 20.122

Depositante : ISRAEL ANDRES TOMALA SALAVARRIA
Fecha de depósito : 1 de agosto de 2026
Tipo de carga : interface
fecha de fin de análisis : 1 de agosto de 2026

Atentamente,

ISRAEL ANDRES TOMALA SALAVARRIA

DR. ISRAEL TOMALA SALAVARRÍA, ESP.SSO

C.I. 0930932900

TUTOR

Anexo1

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL – MATRIZ LA LIBERTAD
PERIODO 2026-1

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN ENFOQUE CUALITATIVO
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDADES	ABRIL 2026		MAYO 2026				JUNIO 2026				JULIO 2026				AGOSTO 2026				OCTUBRE 2026			
	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.Recepción de aceptación del docente tutor	X	X																				
2. Situación objeto de investigación		X	X																			
3. Abordaje o momento teórico				X	X																	
4. Abordaje o momento metodológico					X	X	X															
5.Revisión de los avances de la investigación por parte de los especialistas							X	X														
6. Presentación de los Hallazgos/ Aportes del investigador (casuística)								X	X													
7. Reflexiones finales									X													
8.Convocatoria de entrega del trabajo de integración curricular										X	X	X										
9. Revisión final del Proyecto de investigación por parte de los especialistas -Proceso de Predefensa													X									
10. Recepción de los trabajos de titulación con las correcciones finales														X								
11.Sustentación del Proyecto de Investigación															X							
12. Proceso de Recuperación																X						
13. Ceremonia de incorporación tentativa																						X

ANA MARIA URIBE VEINTIMILLA

Edu. Parv. Ana Uribe Veintimilla, MSc.
Directora de Carrera

RUTH ESTHER PEÑAFIEL VILLARREAL

Lic. Ruth Esther Peñafiel Villarreal, MSc.
Docente UIC

Anexo 3

INSTRUMENTOS

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA		
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS		
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL		
GUÍA DE ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA DIRIGIDA A DOCENTES		
Tema:	El huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable de niños de 5 a 6 años	
Objetivo:	Analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela Alfredo Sanz Rivera.	
Técnica: Entrevista semiestructurada	**Instrumento:** Guía de entrevista	
Participante	Docente de Educación Inicial	**Duración:** 20 a 30 minutos
Fecha:	**Grado:**	

Introducción

La siguiente entrevista tiene como objetivo recopilar información relacionada con el huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable de niños de 5 a 6 años

La información proporcionada será utilizada únicamente con fines académicos e investigativos.

Categoría 1: Huerto escolar (C1)

Preguntas:

C1.1 ¿Cómo definiría usted el huerto escolar dentro del contexto educativo de la educación inicial?

_____

_____

_____

C1.2 ¿Qué enfoques o fundamentos pedagógicos considera que respaldan la implementación del huerto escolar en el proceso de enseñanza-aprendizaje?

_____

_____

_____

C1.3 ¿De qué manera considera que el huerto escolar promueve la participación de los niños en su propio aprendizaje?

_____

_____

_____

C1.4 ¿Cómo favorece el contacto directo con los procesos de siembra y cultivo la construcción de aprendizajes significativos en los niños?

C1.5 ¿Qué tipo de actividades agrícolas considera adecuadas para la participación de los niños?

C1.6 ¿Qué aprendizajes podrían desarrollar los niños al conocer el proceso de producción y cuidado de alimentos saludables?

C1.7 ¿Cómo considera que el huerto escolar fortalece la conciencia ambiental y el cuidado de la naturaleza en los niños?

Categoría 2: Alimentación saludable (C2)

C2.1 ¿Cómo define usted la alimentación saludable en la etapa infantil?

C2.2 ¿Cuáles considera que son las nociones o conceptos básicos de nutrición que deben empezar a conocer los niños de 5 a 6 años?

C2.3 ¿Qué factores (familiares, escolares, sociales) influyen más en la formación de hábitos alimenticios durante la infancia?

C2.4 ¿Qué estrategias pedagógicas y lúdicas considera adecuadas para motivar a los niños a consumir alimentos nutritivos en la escuela?

C2.5 ¿De qué manera las experiencias educativas podrían favorecer elecciones alimentarias más saludables?

C2.6 ¿Qué conocimientos relacionados con la alimentación saludable deberían desarrollar los niños de 5 a 6 años?

C2.7¿Qué acciones institucionales considera indispensable para promover de forma permanente estilos de vida saludables en los centros infantiles?

Anexo 4

UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA		
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS		
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL		
FICHA DE OBSERVACIÓN DIRIGIDA A ESTUDIANTES		
Tema:	El huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable de niños de 5 a 6 años	
Objetivo:	Analizar la contribución del huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años de la Escuela Alfredo Sanz Rivera.	
Técnica: Observación	**Instrumento:** Ficha de observación	
Participante	Estudiante	**Duración:** 40 a 60 minutos
Fecha:	**Grado:**	
Escala de valoración: • Si (S) • No (N) • A veces (AV) Categoría 1: Huerto escolar		

Código	Subcategoría
C1.1	Conceptualización del huerto escolar
C1.2	Fundamentos pedagógicos del huerto escolar
C1.3	El huerto escolar como estrategia de aprendizaje activo
C1.4	Aprendizaje vivencial mediante el cultivo
C1.5	Participación infantil en actividades
C1.6	Producción y cuidado de alimentos saludables
C1.7	Educación ambiental y sostenibilidad

N°	Código	Indicadores observables	SI	NO	A VECES	OBSERVACIONES

1	C1.1	Nombra o señala las plantas, frutas y verduras que observan dentro del huerto escolar.				
2	C1.2	Expresa de forma verbal o mediante dibujos sencillos que los vegetales provienen del huerto.				
3	C1.3	Participa activamente en las tareas guiadas del huerto (sembrar, regar o limpiar la tierra).				
4	C1.4	Muestra curiosidad planteando preguntas sencillas sobre como nacen, crecen y se cosechan las plantas del huerto.				
5	C1.5	Trabaja en equipo junto a sus compañeros durante las actividades de cuidado del huerto.				
6	C1.6	Identifica acciones básicas para el cuidado y conservación de alimentos saludables.				
7	C1.7	Demuestra actitudes de respeto y cuidado hacia la naturaleza y los recursos del entorno.				

Categoría 2: Alimentación saludable

Código	**Subcategoría**
C2.1	Conceptualización de la alimentación saludable

C2.2	Principios básicos de nutrición infantil
C2.3	Hábitos alimenticios en la infancia
C2.4	Consumo de alimentos nutritivos
C2.5	Preferencias y elecciones alimentarias
C2.6	Desarrollo de conocimientos sobre alimentación saludable
C2.7	Promoción de estilos de vida saludables

N°	**Código**	**Indicadores observables**	**SI**	**N0**	**A VECES**	**OBSERVACIONES**
1	C2.1	Reconoce la importancia de consumir alimentos saludables para su bienestar.				
2	C2.2	Menciona de forma espontánea que alimentos de su entorno les ayudan a crecer sano y fuertes				
3	C2.3	Mantiene hábitos adecuados durante los momentos de alimentación.				
4	C2.4	Consume o muestra interés por frutas, verduras y otros alimentos nutritivos.				
5	C2.5	Selecciona alimentos saludables cuando se le presentan diferentes opciones.				

6	C2.6	Expresa conocimientos básicos sobre la función de los alimentos saludables.				
7	C2.7	Partica de forma autónoma el lavado de manos y de los alimentos antes de consumirlos				

Anexo 5
OFICIO PARA VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS

CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

OFICIO No. CEI-2026-359- AUV
La Libertad, 30 de julio del 2026

Asunto: Solicitud de autorización para la aplicación de instrumentos de recolección de información para trabajo de titulación.

Licenciada
Jenny Reyes Malave, MSc.
Directora.
Escuela Alfredo Sanz Rivera
En su despacho. -

De mi consideración:
Reciba un cordial saludo, augurando éxitos en su gestión administrativa.

Me dirijo a usted en nombre de la Carrera de Educación Inicial de la Facultad de Ciencias de la Educación e Idiomas, con el fin de solicitar su autorización para la aplicación de los instrumentos de recolección de información (entrevista y ficha de observación) correspondiente al trabajo de titulación de las estudiantes Mosquera Olave Cesar Luis y Rocafuerte Yagual Amy Xiomara.

Dichos instrumentos estarán dirigidos al docente y estudiantes de primer grado, en el marco del proyecto titulado: *"El huerto escolar en la enseñanza de la alimentación saludable en niños de 5 a 6 años".*

El valioso aporte del área que usted dirige constituirá un pilar fundamental en la formación académica y profesional de nuestras futuras Licenciadas en Ciencias de la Educación Inicial.

Agradeciendo de antemano su colaboración y en la confianza de una respuesta favorable, me despido con la más alta consideración y estima.

Atentamente,

Ed. Párv. Ana María Uribe Veintimilla, MSc.
DIRECTORA DE CARRERA

MSc. Jenny Reyes Malave
LÍDER INSTITUCIONAL

Anexo 6
EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Tutoría del trabajo de investigación



Aplicación de los instrumentos “Entrevista”





Aplicación de instrumentos “Ficha de observación”

