

"AÑO DE LA DIVERSIFICACIÓN PRODUCTIVA Y DEL FORTALECIMIENTO DE LA EDUCACIÓN"

FACULTAD DE TEOLOGÍA PONTIFICIA Y CIVIL DE LIMA



INFORME DE INVESTIGACIÓN

PERCEPCIÓN DE LOS ACTORES RESPECTO A LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE DEL AREA DE PERSONA, FAMILIA Y RELACIONES HUMANAS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "LA SALLE". ABANCAY – 2015.

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADO EN CIENCIAS
SOCIALES, FILOSOFÍA Y RELIGIÓN.**

AUTOR:

BACHILLER: CHUHUI ARBILDO, Yaqueli

ASESOR:

Dr. IBARRA CONTRERAS, Marco Antonio

PERÚ - 2015

INDICE

PORTADA.....	i
HOJA DE JURADOS.....	ii
DEDICATORIA:	iii
AGRADECIMIENTO:	iv
PRESENTACIÓN.....	v
INDICE.....	vi
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
1.1. Descripción del problema.....	9
1.2. Problema.....	10
1.2.1. Problema general.....	10
1.2.2. Problemas específicos	10
1.3. Objetivos	10
1.3.1. Objetivo general.....	10
1.3.2. Objetivos específicos	10
1.4. Justificación	11
II. MARCO TEÓRICO	12
2.1. LA PERCEPCIÓN.....	12
2.2. PROCESO DEL APRENDIZAJE.....	16
2.2.1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO.....	16
a. Alimentación Saludable.....	16
b. La Alimentación saludable.....	17
c. La Alimentación y nutrición	18
d. La vida activa	21
e. Beneficios principales del ejercicio físico.	21
f. Algunas recomendaciones a seguir a la hora de practicar ejercicio	22
.....	23
g. Diferentes Beneficios de la actividad física.....	23
2.2. 2. FUNDAMENTACIÓN PEDAGÓGICA.....	26
a. Competencias.	26
b. Capacidades	28
c. Aprendizaje esperado.....	28
d. Procesos pedagógicos de la sesión de aprendizaje.....	30
2.2.3. FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGÓGICA.....	39
A) El origen, Naturaleza y Clases del Constructivismo.....	40

B) Corrientes Constructivistas:	40
c) Epistemología genética de J. Piaget.....	41
2.2.4. FUNDAMENTACIÓN EPISTEMOLÓGICA.....	46
2.2.5. FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA	48
2.2.6. FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA	50
2.3. PRESENTACIÓN DEL AREA PERSONA, FAMILIA Y RELACIONES HUMANAS.....	53
2.3.1 Fundamentación.	53
2.3.2. Competencias – capacidades e indicadores del Área de Persona, Familia y Relaciones Humanas.....	54
2.3.3. Competencias del área	54
2.3.4. Capacidades del área	55
2.3.4. Indicadores del área	57
2.3.5 PROCESO DE APRENDIZAJE.....	59
2.3.6. Actividades y estrategias	61
2.3.7. Momentos pedagógicos	63
2.3.8. Meta-cognición.....	66
2.3.9. Evaluación.....	66
III. MARCO METODOLÓGICO.	68
3.1. Tipo de estudio.....	68
3.2. Diseño de investigación.....	68
3.3. Población, Muestra y Muestreo	68
3.3.1. Población.....	68
3.4. Muestra.....	69
3.5. Muestreo	69
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	69
IV. RESULTADOS.....	71
4.1. Resultados y análisis de la percepción de los docentes	71
4.2. Resultados y análisis de la percepción de los estudiantes	77
V. CONCLUSIONES.....	88
VI. RECOMENDACIONES.....	89
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	90
VIII. ANEXOS	92
Anexo 02: Sesión de Aprendizaje.....	90
Anexo 03: Silueta para la motivación	94
Anexo 04: Nombre de la sesión y cartillas para formar grupos.	96

Anexo 05: Fichas de trabajo	97
Anexo 06: Resumen del Tema.....	103
Anexo 07: Fichas de evaluación	105
Anexo 08: Ficha de Metacognición.....	108
Anexo 09: cuestionario de encuesta a docentes del Área de Persona, Familia y Relaciones Humanas.....	109
Anexo 10: Cuestionario de encuesta a Los estudiantes del Cuarto grado de la Institución Educativa La Sale de Abancay en el Área de Persona, Familia y Relaciones Humanas.....	111
Anexo 11: Fotografías del proceso de Aprendizaje	113
Anexo 12: Fotografías del proceso de encuesta a los estudiantes.....	116

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Definición ABC. (2008). Recuperado el 6 de Diciembre de 2015, de <http://definicion.de/percepcion/>
- Academia. (2007). *Diccionario*. España: Larousse S. L.
- Bertoni, A. (1997). *Evaluación Nuevos Significados para una Practica Compleja*. Norma.
- Bolaños, P. (2011). *Transtornos de la Conducta Alimentaria*. España: Glosa.
- Casanova, M. (1999). *Manual de Evaluación Educativa*. Madrid: La Murralla.
- De Lucana, J. (jueves 10 de septiembre de 2015). *Articulos relacionados con la salud y la actividad física*. Recuperado el Sábado 3 de Octubre de 2015, de Articulos realcionados con la salud y la actividad física: <http://lucenaenforma.blogspot.pe/>
- Del Río Pérez, M. J. (1999). *comportamiento y aprendizaje: Teorias y Aplicaciones escolares*. España: Alianza.
- Diaz Barriga, F. (2000). *Estrategias Docente para un aprendizaje significativo*. México: Mc Craw-Hill.
- Español, D. G. (1998). *Diccionario General de Español*. En D. d. Alegsa. Argentina.
- Etnier, J. (1997). La Influencia de la Condición Física y el ejercicio sobre cognitiva funcionamiento. *Diario del deporte y Psicología del ejercicio*, 249-227.
- Fernandez Abascal, P. (2004). *La Competencia Emocional*. Madrid: Pirámide.
- Garcia Salinero, J. (2004). *Estudios descriptivos*. Madrid: Nure Investigación .
- Ketele. (1996). *La Evaluación de los Resultados del Aprendizaje*. Brecelas: Boek.
- Koontz, Harold; Weichrich, Heinz. (1999). *Administración una Perspectiva Global*. México: Mc Graw Hill.
- Lake Amelia, Hyland Robert, Mather John, Wood Charlotte. (2007). *Healthy eating: perceptions and practice. appetite*.
- Latorre Ariño, M. (2007). *Teoría e Historia de la Educación*. Lima: Visión PC Perú.
- Latorre, M. (2007). *Teoría y Paradigmas de la Educación*. Lima: Visión PC Perú.
- M., L. A. (2007). *Teoría e Histría de la Educación*. Lima: Impreso por Visión PC Perú.
- Mahillo, J. (1997). *¿Sabes Enseñar?* Madrid: Espasa Galpe.
- Marco Stifiel, B. (2008). *Competencias Básicas. Hacia un Nuevo Paradigma educativo*. Madrid: Narcea.
- Mateo, J. (2008). *Guía para a Evaluación de Competencia*. Madrid: Muralla.

- OMS. (1986). *Carta de Ottawa para la promoción de la Salud*.
- OMS. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Suiza: OMS.
- OMS. (2014). *Estrategia Mundial Sobre Regimen Alimentario, Actividad Física y Salud*. Ginebra: OMS.
- Oviedo, G. (2004). Definición del Concepto de percepción en Psicología con base a la Teoría de Gestalt. *Estudios Sociales*.
- Piaget, J. (1985). *Seis Estudios de Psicología*. España: Ariel.
- Pública, D. R. (2009). *Vida Saludable*. México D.F: ISBN.
- Robbins, S. (1994). *Comportamiento Organizacional*. México: Cc Craw Hill.
- Romero, T. (2009). Pedagogía. *Revista Española de Pedagogía*.
- Rossi, E. (2003). *Teoría de la Educación*.
- Simons, C. (1997). Riesgos de salud de los estudiantes y el rendimiento académico a t. *J. Sch Salud*, 220-227.
- Solana, R. F. (1993). *Administración de Organizaciones*. Buenos Aires: S.A.
- Stoner James; Freeman R.; Edwar y Gilber. (1996). *Administración*. México: Pearson.
- Store, J. (1999). *Administración 11ª Edición*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Tamayo Valencia, A. (2001). *CÓMO IDENTIFICAR NUEVAS FORMAS DE ENSEÑANZA*. Colombia: Rústica.
- Vazquez, A. (1 de Marzo de 2015). *Aprendizaje y Enseñanza*. Recuperado el 22 de Noviembre de 2015, de El Diariodeawilda Blogspot:
<http://eldiariodeawilda.blogspot.pe/2015/03/aprendizajepor-descubrimiento-es-aquel.html>
- Vazquez, A. (1 de Marzo de 2015). *Aprendizaje y Enseñanza*. Recuperado el 24 de Noviembre de 2015, de El Diariodeawilda Blogspot.:
<http://eldiariodeawilda.blogspot.pe/2015/03/aprendizajepor-descubrimiento-es-aquel.html>