


## INFORME DE EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL

 <p style="text-align: center;"><b>FACULTAD DE HUMANIDADES</b> ESCUELA DE EDUCACIÓN</p>	<b>Elaborado por</b>	<b>Estudiantes proyectistas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baquedano Calderón, Ximena.</li> <li>• Bautista Tineo, Magdalena.</li> <li>• Ocaña Mauriola, Heimar</li> <li>• Tejada Sánchez, Iván</li> </ul> <b>Profesora proyectista:</b> Dra. Eda Sánchez Oliva
	<b>Revisado por</b>	<b>Dra. Eda Sánchez Oliva</b>
	<b>Aprobado por</b>	<b>Mgtr. Carmen Gálvez Arenas</b>
	<b>Código</b>	
	<b>Fecha de presentación</b>	<b>26 de noviembre del 2015</b>

### I. DATOS INFORMMATIVOS

<b>1. Título del informe</b>	“Las loncheras saludables para una vida sana”
<b>2. Profesores proyectistas</b>	<b>Coordinadora:</b> Dra. Eda Sánchez Oliva
<b>3. Estudiantes proyectistas</b>	<b>Estudiantes del IV de Educación</b> Baquedano Calderón Susy Ximena. Bautista Tineo María Magdalena. Ocaña Mauriola Heimar Hidelfonso Tejada Sánchez Ronald Iván
<b>4. Beneficiarios</b>	25 Estudiantes del tercer grado de primaria
<b>5. Lugar de ejecución</b>	I.E. “Juan Tomis Stack” – Chiclayo
<b>6. Fecha de presentación</b>	26 de noviembre del 2015

## **II. RESUMEN:**

El Proyecto de Extensión Universitaria y Proyección Social “Las loncheras saludables para una vida sana” tuvo como propósito dar a conocer que tan importante es una buena alimentación desde niños y cómo esto influye en sus aprendizajes, es por eso que se desarrollaron tres talleres los cuales consistieron en sensibilizar a los estudiantes por medio de una charla sobre el tema lonchera saludable, por otro lado la elaboración de pancartas sobre temas nutricionales y por ultimo concientizar a los niños con la organización de la lonchera saludable. Para los cuales se trabajó con diferentes metodologías y materiales didácticos. Todo bajo la supervisión de la docente encargada del proyecto.

Como resultado final el trabajo fue satisfactorio debido a la participación por parte de los alumnos del 3° grado de Educación Primaria, de la I.E. Juan Tomis Stack.

### **III. INTRODUCCION**

En nuestro país, principalmente en los niños se observa la mala alimentación debido al consumo de comidas chatarra o también por el exceso o falta de alimentos requeridos por nuestro organismo, lo cual provoca en ellos obesidad y otras veces desnutrición. Debido a ello se formula la siguiente interrogante ¿Cómo mejorar la alimentación en los niños para que en un futuro tengan una mejor calidad de vida? Es por eso que el presente trabajo tuvo como objetivo la elaboración de la lonchera saludable lo cual se enfoca en lo importante que son los alimentos nutritivos en los niños, teniendo como conocimiento que es fundamental para su crecimiento y desarrollo de la persona, y en tanto en al ámbito académico, el niño pueda tener un buen rendimiento escolar.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) existen varios problemas de alimentación. Uno de los principales que tenemos y que aqueja al Perú y al mundo en la actualidad, es la mal nutrición infantil, producida por el consumo inadecuado en cantidad y calidad de los alimentos.

La tendencia alimenticia de las familias en la actualidad ha sufrido grandes cambios como parte del proceso de globalización, el avance de la ciencia y tecnología, así como el proceso de transición demográfica que atraviesa nuestro país y el mundo, trayendo como resultado un cambio en sus hábitos alimenticios, pasando del consumo de alimentos tradicionales al consumo de los “alimentos chatarra” ricos en grasas saturadas, sodio y azúcares que traen consigo una nutrición y cultura nutricional familiar deficiente (Hermosillo, 2007).

#### **IV. RESULTADOS**

El Proyecto “Las loncheras saludables para una vida sana” consistió trabajar tres talleres con los estudiantes del colegio Juan Tomis Stack, sobre los alimentos nutritivos, lo cual estuvo enmarcado en la elaboración de la lonchera saludable, cuya finalidad es reducir el consumo de las comidas chatarras y el exceso de alimentos que puede producir obesidad y otras enfermedades. De esta manera, los niños, pudieron concientizar las causas y consecuencias de una mala alimentación. Al finalizar los talleres, los estudiantes adquirieron conocimientos científicos sobre los alimentos que debe contener una lonchera saludable y con la ayuda de los proyectistas y la Docente proyectista, de la asignatura de Introducción a las Ciencias Naturales, se logró preparar la lonchera saludable.

## V. PLAN DE MEJORA

ACTIVIDADES	RESPONSABLES	CRONOGRAMA			
		2016 - Marzo			
		1	2	3	4
-Taller sobre elaboración de la “Lonchera saludable” dirigida a los padres de familia de la Institución Educativa Juan Tomis Stack.	Profesional Nutricionista y Biólogo y estudiantes proyectista.	X	X	X	X

METAS	INDICADORES	RECURSOS
25 padres de familia de la Institución Educativa Juan Tomis Stack	-Sensibilizar a los padres de familia. -Lista de alimentos nutritivos que ellos conozcan. -Elaborar su lonchera saludable.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siluetas</li> <li>• Papelotes</li> <li>• Dibujos para colorear (siluetas)</li> <li>• Plumones</li> <li>• Colores</li> <li>• Tijeras</li> <li>• Dípticos informativos</li> <li>• Videos</li> <li>• Diapositivas</li> </ul>

## **VI. CONCLUSIONES**

- Se logró la sensibilización a los alumnos lo cual permitió la participación en los diferentes talleres que se realizaron.
- Cada alumno elaboro su lonchera saludable, reconociendo la importancia de los alimentos adecuados que debe contener.

## VII. ANEXOS



Los estudiantes de la I. E. Juan Tomis Stack elaboran sus pancartas con frases alusivas a la “Lonchera Saludable”



Estudiantes desfilan con sus pancartas entonando la canción “Los alimentos que ricos son”



Estudiantes proyectistas interactúan con los estudiantes en la elaboración de la lonchera saludable



Estudiantes exponiendo su trabajo después de haber armado su lonchera saludable





**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE PROFESORA PROYECTISTA  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	3 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Sensibilización”		

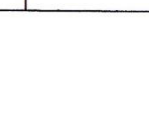
Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	ASIGNATURA	INSTITUCION DE EJECUCION	LUGAR	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	SÁNCHEZ OLIVA EDA	16453400	INTROD. CC AM	JUDICIAL TOALIS STRUK	CHICLAYO		COORDINADORA
02							
03							
04							

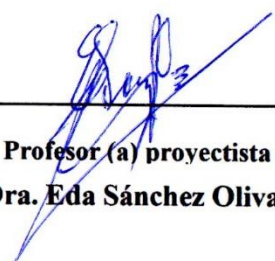
Profesor (a) proyectista  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**

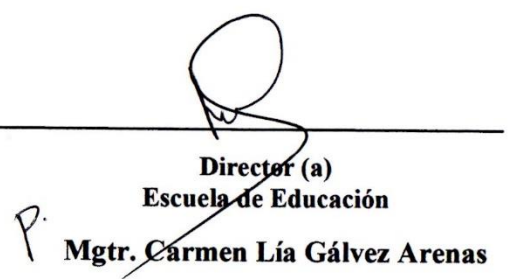
Director (a)  
 Escuela de Educación  
**P. Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE PROFESORA PROYECTISTA  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	10 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Elaboración de pancartas”		

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	ASIGNATURA	INSTITUCION DE EJECUCION	LUGAR	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	SÁNCHEZ OLIVA EDA	16453400	INTROD. CC.AA	JUAN TOMÁS STARK.	CHICLAYO		COORDINADORA
02							
03							
04							

  
 Profesor (a) proyectista  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**

  
 Director (a)  
 Escuela de Educación  
**P. Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**



**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE PROFESORA PROYECTISTA  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	17 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Organización de la lonchera saludable”		

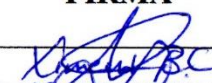



Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	ASIGNATURA	INSTITUCION DE EJECUCION	LUGAR	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	SÁNCHEZ OLIVA EDA	76453400	INTROD CCNN	JUDIN TONIS STACIL	CHICLAYO		COORDINADOR
02							
03							
04							

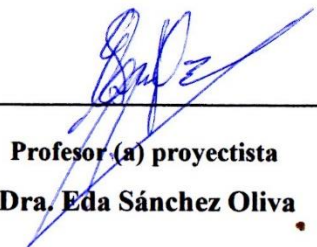
Profesor (a) proyectista  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**


Director (a)  
 Escuela de Educación  
**Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE ESTUDIANTES PROYECTISTAS  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	3 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Sensibilización”		

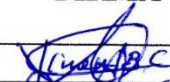



Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	CODIGO	DNI	CICLO	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	Baquedano Calderón, Susy Ximena	131AD44413	3963058	IV		Ejecutora
02	Bautista Tineo, María Magdalena	0913a18692	45433717	IV		Ejecutora
03	Ocaña Mauriola, Heimar Hidelfonso	111AA25619	76173163	IV		Colaborador
04	Tejada Sánchez, Ronald Iván	121EP34134	46381242	IV		Ejecutor

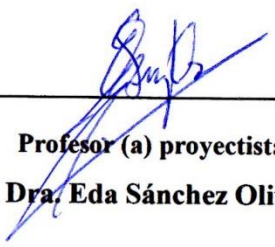
  
 Profesor (a) proyectista  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**

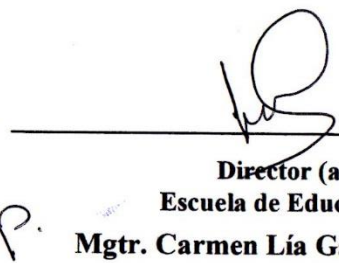
  
 Director (a)  
 Escuela de Educación  
 P. **Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE ESTUDIANTES PROYECTISTAS  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	10 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Elaboración de pancartas”		

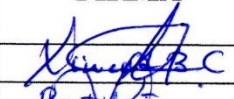
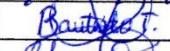


Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	CODIGO	DNI	CICLO	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	Baquedano Calderón, Susy Ximena	131AD444B	43963050	IV		Ejecutora
02	Bautista Tineo, María Magdalena	091IA15692	45433717	IV		Ejecutora
03	Ocaña Mauriola, Heimar Hidelfonso	J11AA25619	76173163	IV		Colaborador
04	Tejada Sánchez, Ronald Iván	421EP34134	46381242	IV		Ejecutor


  
 Profesor (a) proyectista  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**


  
 Director (a)  
 Escuela de Educación  
**Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

**REGISTRO DE ASISTENCIAS DE ESTUDIANTES PROYECTISTAS  
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA Y PROYECCIÓN SOCIAL**

FACULTAD	CARRERA PROFESIONAL	PROYECTO	SEMESTRE	FICHA DE LA ACTIVIDAD
HUMANIDADES	Educación	“Las loncheras saludables para una vida sana”	2015 - II	17 de septiembre del 2015
		<b>ACTIVIDAD</b> “Organización de la lonchera saludable”		

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	CODIGO	DNI	CICLO	FIRMA	GRADO DE PARTICIPACION
01	Baquedano Calderón, Susy Ximena	18LAD444B	73963058	IV		Ejecutora
02	Bautista Tineo, María Magdalena	CAQIA15692	45433717	IV		Ejecutora
03	Ocaña Mauriola, Heimar Hidelfonso	JJJAA25619	76J73J63	IV		Colaborador
04	Tejada Sánchez, Ronald Iván	12KFP34134	46381242	IV		Ejecutor

  
\_\_\_\_\_  
**Profesor (a) proyectista**  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**

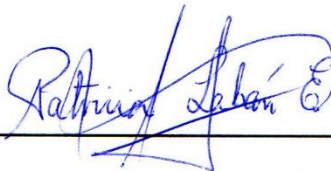
  
\_\_\_\_\_  
**Director (a)**  
**Escuela de Educación**  
**Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

---



**Profesor (a) proyectista**  
**Dra. Eda Sánchez Oliva**

---



**Coordinador (a) de Unidad  
de Responsabilidad Social**  
**Patricia Labán Estela**

---



**Director (a) Escuela de  
Educación**

P

**Mgtr. Carmen Lía Gálvez Arenas**

Chiclayo, Noviembre del 2015