

**Methodological strategy for active learning about the human body and health in the third year of elementary school**  
**Estrategia metodológica para el aprendizaje activo del cuerpo humano y salud en el tercer año de básica elemental**

**Autores:**

Zamora-Franco, Eloisa Janeth  
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR  
Maestría en educación básica  
Docente

Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo  
Quevedo – Ecuador



[ejz@ube.edu.ec](mailto:ejz@ube.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0000-7074-2606>

Lam-Barre, María Elena  
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR  
Maestría en educación básica  
Docente

Unidad Educativa Narciso Cerda Maldonado



[melamb@ube.edu.ec](mailto:melamb@ube.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0006-0148-2322>

PhD. Vergel-Parejo, Elizabeth Esther  
UNIVERSIDAD BOLIVARIANA DEL ECUADOR  
Doctora en Ciencias Pedagógicas

Duran – Ecuador



[eevergelp@ube.edu.ec](mailto:eevergelp@ube.edu.ec)  
<https://orcid.org/0009-0007-0178-5099>

Fechas de recepción: 09-JUN-2025 aceptación: 09-JUL-2025 publicación: 30-SEP-2025



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>  
<http://mqrinvestigar.com/>



## Resumen

La investigación se enfocó en la implementación de una estrategia metodológica innovadora destinada a promover el aprendizaje activo del cuerpo humano y la salud en estudiantes de tercer año de básica elemental de la Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo. A través de un diseño cuasi-experimental, se trabajó con dos grupos: uno experimental, donde se aplicaron actividades participativas y dinámicas, y uno control, que mantuvo el enfoque tradicional. La muestra estuvo compuesta por 40 niños de 7 a 8 años seleccionados aleatoriamente. Se utilizaron entrevistas a docentes, observaciones a estudiantes, encuestas a padres y pruebas de conocimiento (pretest y postest) para recolectar información. Los resultados evidenciaron que el grupo experimental mostró notables avances en la comprensión de contenidos, la motivación hacia el aprendizaje y la adquisición de hábitos saludables, en comparación con el grupo de control. Este enfoque metodológico, basado en actividades lúdicas, colaborativas y reflexivas, no solo facilitó el aprendizaje de los estudiantes, sino que también fortaleció su pensamiento crítico, autonomía y responsabilidad en el cuidado personal.

**Palabras clave:** Aprendizaje activo; cuerpo humano; salud infantil; estrategias metodológicas; hábitos saludables

## Abstract

This research focused on the implementation of an innovative methodological strategy aimed at promoting active learning about the human body and health among third-year elementary school students at the Eugenio Espejo Elementary School. Using a quasi-experimental design, the study involved two groups: an experimental group that included participatory and dynamic activities, and a control group that followed a traditional approach. The sample consisted of 40 randomly selected children aged 7 to 8 years. Data were collected through teacher interviews, student observations, parent surveys, and pre- and post-test knowledge tests. The results showed that the experimental group showed significant progress in content comprehension, learning motivation, and the acquisition of healthy habits, compared to the control group. This methodological approach, based on playful, collaborative, and reflective activities, not only facilitated student learning but also strengthened their critical thinking, autonomy, and responsibility for self-care.

**Keywords:** Active learning; human body; child health; methodological strategies; healthy habits



## Introducción

La enseñanza del cuerpo humano y la salud ocupa un lugar central en la educación básica, ya que contribuye significativamente al desarrollo integral de los estudiantes desde edades tempranas. Comprender el funcionamiento del cuerpo y adoptar hábitos saludables no solo fortalece el bienestar físico, sino que también fomenta una mayor conciencia sobre la importancia del autocuidado y del entorno. Para ello, las estrategias metodológicas desempeñan un papel fundamental, al facilitar una comprensión significativa de las partes y sistemas del cuerpo humano y promover prácticas necesarias para mantener un estilo de vida saludable.

En el contexto del tercer año de básica elemental, este aprendizaje resulta especialmente relevante, pues coincide con una etapa clave del desarrollo cognitivo y afectivo de los niños. Entre los 7 y 8 años, los estudiantes comienzan a formar un pensamiento más lógico y estructurado, lo que les permite asimilar conocimientos más complejos sobre su cuerpo y la importancia de la salud (Cumbicus-Ortiz et al., 2024). Este periodo es ideal para establecer las bases que los ayuden a comprender su organismo, fomentar hábitos saludables y desarrollar una relación armónica con su entorno (Bonifaz Arias et al., 2020).

El estudio del cuerpo humano en el Currículo de Educación Básica (2016) abarca temas clave, como la identificación de su estructura y componentes, el funcionamiento de los sistemas vitales y su interrelación para el mantenimiento de la vida. Sin embargo, este aprendizaje trasciende la teoría cuando se integra con la promoción de prácticas de higiene personal y colectiva, esenciales para prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida. Además, comprender la importancia de una alimentación saludable y equilibrada fomenta hábitos que favorecen el crecimiento y el desarrollo óptimo de los estudiantes. Asimismo, la enseñanza de medidas preventivas básicas permite a los niños identificar riesgos para su salud, promoviendo una conciencia temprana sobre el autocuidado y el bienestar comunitario.

El currículo priorizado del ministerio de educación destaca la enseñanza de conocimientos esenciales y habilidades importantes para la vida, asegurando que los aprendizajes sean más significativas y contextualizados. Dentro de este punto de vista, se promueven metodologías activas que fomenten la exploración y reflexión crítica, garantizando que los estudiantes no



solo adquieran información, sino que la apliquen en su vida cotidiana para la toma de decisiones saludables.

La importancia de aplicar estrategias metodológicas efectivas en la enseñanza de Las Ciencias Naturales, específicamente del bloque curricular Cuerpo humano y salud, se encuentra en la necesidad de promover un aprendizaje relevante y continuo. Las estrategias metodológicas activas facilitan la participación activa de los alumnos en su propio proceso de aprendizaje, potenciando capacidades de análisis crítico, solución de problemas y trabajo en equipo (Bañón-Calatrava et al., 2024).

Además, al tratar problemas relacionados a su cuerpo y salud, se fomenta un vínculo más cercano entre los temas académicos y su vida diaria, lo que incrementa la motivación y el interés por aprender (Arellano-Becerril & Escudero-Nahón, 2022).

De hecho, estudios coinciden en que las metodologías activas, como el aula invertida y el aprendizaje colaborativo, mejoran significativamente el rendimiento académico y fortalecen el aprendizaje significativo en biología (Bonilla et al., 2020). Estas estrategias permiten una mejor comprensión de conceptos complejos (Macarena Lascevena Norambuena, 2024), fomentan la interacción entre estudiantes y docentes (Freeman et al., 2014), y promueven el desarrollo de habilidades interpersonales y de aprendizaje autónomo. Además, al conectar la teoría con la vida cotidiana, incrementan la motivación estudiantil y favorecen un aprendizaje más profundo y participativo (Quinteros-Pallaro & Cárdenas-Cordero, 2021), consolidando así la formación integral del estudiante en ciencias.

Diversas investigaciones han resaltado la efectividad de varias estrategias metodológicas en el aprendizaje de las ciencias naturales para estudiantes de nivel básico. Por ejemplo (DIANA CAROLINA GERENA GERENA, 2018) descubrieron que la implementación de la investigación-acción y la resolución de problemas mejoran significativamente la comprensión de conceptos en alumnos de nivel primario. Por su parte, (Guerra Santana et al., 2019) evidenciaron que la aplicación de tácticas lúdicas y experimentales en el aprendizaje del cuerpo humano incrementa el interés y la adquisición de conocimientos en los niños de 7 a 9 años. Asimismo, se ha subrayado la importancia de que los estudiantes interactúen activamente con el material de estudio, promoviendo la creatividad, la argumentación y el

trabajo en equipo. Esta perspectiva impulsa la construcción del conocimiento y su aplicación en contextos reales (Tumbaco-Ramírez et al., 2025).

Por otro lado, la educación para la salud, entendida como un proceso social continuo, desempeña un papel clave en la formación integral del estudiante. A través de la reflexión y la toma de decisiones informadas, se pueden transformar comportamientos y mejorar el bienestar general, fomentando hábitos de vida saludables y responsables (Quiñonez-Cotera, 2023).

Dentro de la Escuela de educación básica” Eugenio Espejo”, situado en Quevedo, provincia Los Ríos, se han reconocido algunas manifestaciones que demuestran la necesidad de optimizar las estrategias metodológicas del bloque curricular Cuerpo humano y salud. Además, se ha observado que las estrategias o técnicas convencionales de enseñanza no consiguen atraer totalmente a los estudiantes ni fomentar un aprendizaje significativo a largo plazo. La institución, que lleva más de 60 años de experiencia en la formación de niños, se encuentra con el desafío de modernizar sus métodos pedagógicos para responder a las necesidades educativas actuales.

En estas circunstancias, surge la siguiente pregunta científica: ¿Cómo diseñar una estrategia metodológica para el aprendizaje activo del Cuerpo humano y salud en el tercer año de básica elemental de la Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo?

El presente artículo tiene como objetivo proponer una estrategia metodológica para fomentar el aprendizaje activo del Bloque Curricular 2: Cuerpo humano y salud, dirigido a los estudiantes de tercer año de Educación General Básica Elemental de la Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo. Esta estrategia busca promover el desarrollo integral de los estudiantes mediante un enfoque participativo y significativo.

La propuesta responde a las necesidades específicas identificadas en la institución, aprovechando sus fortalezas y recursos disponibles, con el fin de mejorar la calidad de la enseñanza de las Ciencias Naturales. Se plantea un enfoque metodológico que integre recursos interactivos, actividades experimentales y enfoques interdisciplinarios, permitiendo a los estudiantes construir conocimientos de manera práctica y contextualizada. Asimismo, se pretende estimular el interés por los temas relacionados con la salud, al tiempo que se fortalece el desarrollo de habilidades científicas y de pensamiento crítico.



### **Estrategias metodológicas**

Las estrategias metodológicas son un conjunto de técnicas, procedimientos y recursos que utiliza el docente para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje y lograr que los estudiantes adquieran conocimientos de manera significativa (Miguel González Iglesias, 2023). Se pueden definir como la proyección de un sistema de acciones a corto, mediano y largo plazo que permiten la dirección del proceso de enseñanza-aprendizaje (Urdaneta et al., 2024). Tiene como finalidad promover la formación y desarrollo de estrategias de aprendizaje en los estudiantes.

Las estrategias metodológicas implican la planificación y organización de métodos, técnicas y actividades por parte del docente para crear situaciones que favorezcan el aprendizaje de los alumnos. No se trata solo de transmitir información, sino de generar experiencias educativas que permitan a los estudiantes construir su propio conocimiento de manera activa y participativa (Aracely Mendoza-Mendoza & Wilhem Loo-Colamarco, 2022).

### **Aprendizaje Activo**

Esta estrategia metodológica se centra en la participación directa del estudiante en el proceso de aprendizaje, fomentando la construcción de conocimientos a través de la experiencia, la reflexión y la integración con el contenido. A diferencia de los enfoques tradicionales el docente es el principal transmisor de información, el aprendizaje activo coloca al estudiante en el centro del proceso, promoviendo su autonomía, pensamiento crítico y capacidad de resolver problemas (Quiñonez-Cotera, 2023).

En el contexto del nivel elemental, el aprendizaje activo se adapta a las características cognitivas y emocionales de los niños, quienes aprenden mejor cuando están involucrados en actividades prácticas y significativas. Según estudios recientes, esta estrategia no solo mejora el rendimiento académico, sino que también fomenta la motivación intrínseca y la curiosidad, elementos clave para el aprendizaje a largo plazo (Guerra Santana et al., 2019).

### **Características del aprendizaje activo en el nivel elemental**

*Participación activa del estudiante:* Los estudiantes son protagonistas de su propio aprendizaje, realizando actividades que les permiten explorar, experimentar y reflexionar (Quinteros-Pallaro & Cárdenas-Cordero, 2021).



*Uso de materiales concretos y manipulativos:* En el nivel elemental, el aprendizaje activo se beneficia del uso de materiales tangibles que permiten a los niños interactuar directamente con los conceptos abstractos (Freeman et al., 2014).

*Fomento del pensamiento crítico y la creatividad:* A través de preguntas abiertas, desafíos y problemas reales, los estudiantes desarrollan habilidades para analizar, sintetizar y proponer soluciones innovadoras (Puga-Peña et al., 2023).

*Colaboración y trabajo en equipo:* El aprendizaje activo promueve la interacción entre pares, fomentando el intercambio de ideas, la cooperación y la construcción colectiva del conocimiento (Santos et al., 2023).

*Retroalimentación constante:* El docente juega un papel fundamental como guía, proporcionando retroalimentación oportuna y constructiva que ayuda a los estudiantes a reflexionar sobre su proceso de aprendizaje y a mejorar sus habilidades (Urdaneta et al., 2024).

### **Teorías pedagógicas que sustentan la metodología activa de aprendizaje**

Las estrategias metodológicas activas y participativas son importantes para alcanzar un aprendizaje significativo en los alumnos. Varias teorías pedagógicas apoyan esta relación, entre las cuales destacan:

*Constructivismo:* Esta teoría sostiene que el conocimiento se construye de manera activa a través de las experiencias previas del estudiante y su interacción con el entorno. Por lo tanto, las estrategias metodológicas deben promover una construcción activa del conocimiento, donde el estudiante sea el protagonista de su aprendizaje (Bañón-Calatrava et al., 2024).

*Teoría del aprendizaje significativo (Ausubel):* Postula que el aprendizaje ocurre cuando la nueva información se conecta con conceptos relevantes preexistentes en la estructura cognitiva del estudiante. Las estrategias deben facilitar estas conexiones para que el aprendizaje sea duradero y no memorístico (Arellano-Becerril & Escudero-Nahón, 2022).

*Teoría de la experiencia (Dewey):* Dewey resalta la importancia de la experiencia y la acción en el proceso de aprendizaje. Según su perspectiva, se aprende haciendo y reflexionando sobre lo realizado. Las estrategias metodológicas deben generar experiencias educativas significativas, donde la reflexión y la acción sean componentes clave del aprendizaje (Bonilla et al., 2020).



Estas teorías están de acuerdo en que el estudiante debe ser el protagonista de su aprendizaje. Las estrategias metodológicas de enseñanza son importantes para que los estudiantes participen activamente y aprendan de manera significativa (Macarena Lascevena Norambuena, 2024).

### Material y métodos

El estudio se desarrolló durante el período lectivo 2024-2025 en la Escuela de Educación Básica “Eugenio Espejo”, en Quevedo, provincia de Los Ríos. Se trabajó con una muestra de 40 estudiantes de tercer año de básica, seleccionados aleatoriamente, con edades entre 7 y 8 años.

La investigación utilizó un diseño cuasi-experimental, con un grupo experimental y uno de control, y se abordó desde un enfoque mixto, combinando técnicas cuantitativas y cualitativas.

Se trata de una investigación aplicada, orientada a resolver una problemática educativa concreta, y de alcance explicativo, al analizar la relación entre la estrategia metodológica y los resultados en el aprendizaje. Se aplicaron entrevistas a docentes, observaciones a estudiantes y encuestas a padres de familia. Para el análisis de los datos se utilizó estadística descriptiva, y las actividades educativas se integraron dentro de la planificación docente usando metodologías activas.

**Tabla 1**

*Variables e indicadores*

| Variable                                  | Tipo          | Indicadores                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Estrategia metodológica activa</b>     | Independiente | -Aplicación de juegos educativos.<br>- Uso de canciones y dramatizaciones.<br>-Participación en actividades prácticas.<br>- Trabajo colaborativo. |
| <b>Aprendizaje sobre el cuerpo humano</b> | Dependiente   | -Reconocimiento de órganos y funciones básicas.<br>-Comprensión de la estructura del cuerpo humano.                                               |



**Formación de hábitos saludables**

Dependiente

-Aplicación de conocimientos en ejercicios prácticos.

-Práctica del lavado de manos y cepillado dental.

- Conocimiento de la higiene personal.  
 -Conductas de autocuidado observadas en clase y en casa.

**Motivación por el aprendizaje**

Dependiente

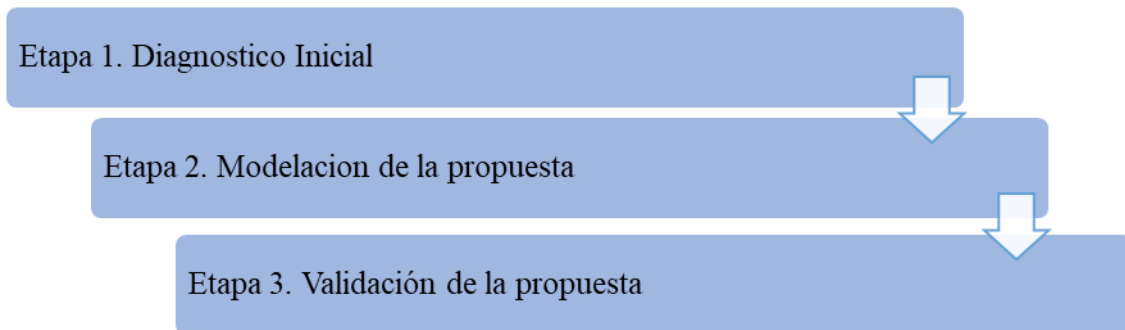
-Nivel de participación en actividades.  
 -Expresión de interés por los temas.  
 -Asistencia y atención sostenida durante las sesiones.

**Nota.** Proceso Investigativo (2025)

La ruta metodológica para el desarrollo de la investigación se sustentó en tres fases:

**Figura 1.**

Etapas del proceso investigativo



**Nota.** Proceso Investigativo (2025)

**Etapas del proceso investigativo**

**Etapas del proceso investigativo**  
 Se recolectó información mediante entrevistas, observaciones y encuestas para identificar las principales dificultades en el aprendizaje del cuerpo humano y la salud, así como las limitaciones de las estrategias pedagógicas convencionales.

## Etapa 2: Modelación de la propuesta

Con base en el diagnóstico, se diseñó una estrategia metodológica centrada en el aprendizaje activo, incluyendo actividades lúdicas, colaborativas y experimentales que favorecen la adquisición de conocimientos y hábitos saludables.

## Etapa 3: Validación de la propuesta

La propuesta fue aplicada al grupo experimental y evaluada empíricamente mediante un análisis comparativo de resultados (pretest y postest), entrevistas y encuestas, lo cual permitió valorar su efectividad en el contexto escolar.

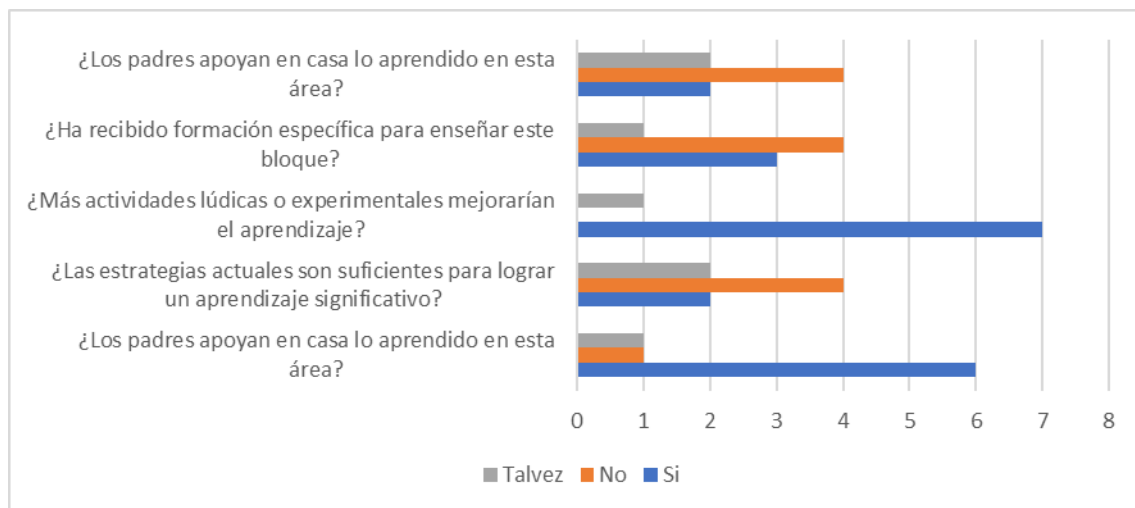
## Resultados y discusión

A continuación, se presentan los resultados de la encuesta aplicada a los padres de familia y de las entrevistas realizadas a los docentes de los estudiantes de tercer año de Educación Básica de la Escuela Eugenio Espejo, junto con su respectiva interpretación.

### Etapa 1: Diagnóstico inicial

#### Figura 2.

*Resultados de la entrevista a docentes*



En la Figura 2 se muestran los resultados obtenidos a partir de las entrevistas aplicadas a los docentes de la Escuela de Educación Básica “Eugenio Espejo”, con el objetivo de conocer su percepción sobre el uso de estrategias metodológicas activas en la enseñanza del cuerpo humano y la salud.

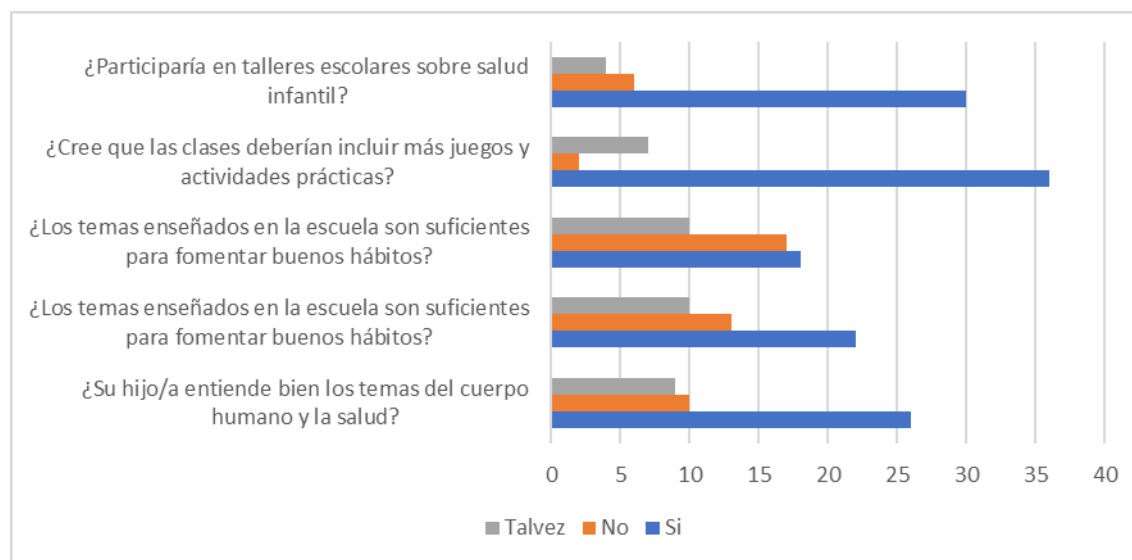
En primer lugar, se observa que la mayoría de los docentes considera que los estudiantes muestran interés por este bloque, lo que representa una base motivacional importante para el

aprendizaje. Sin embargo, solo 2 docentes consideran que las estrategias pedagógicas actuales son suficientes, mientras que la mayoría opina lo contrario o tiene dudas al respecto, lo cual revela la necesidad de renovar o complementar dichas estrategias.

En cuanto al uso de actividades lúdicas y experimentales, hay un fuerte consenso, ya que 7 de los 8 docentes afirman que estas mejorarían el aprendizaje, lo que respalda la incorporación de metodologías activas en la propuesta. Respecto a la formación docente específica, solo 3 docentes indican haberla recibido, mientras que 4 manifiestan no haberla tenido, lo que sugiere una debilidad institucional en cuanto a actualización profesional en esta área. Finalmente, en cuanto al apoyo de los padres en casa, las opiniones están divididas solo 2 docentes creen que hay apoyo, mientras que 4 opinan que no lo hay y 2 tienen dudas, lo que indica una posible desconexión entre el entorno escolar y familiar.

### **Figura 3.**

#### *Resultados de la encuesta a padres de familia*



La Figura 3 presenta los resultados de la encuesta aplicada a padres de familia, permite obtener una visión clara sobre su percepción del aprendizaje de sus hijos en el bloque Cuerpo humano y salud y su disposición a colaborar en el proceso educativo.

En primer lugar, se destaca que una mayoría significativa de padres considera que su hijo/a entiende bien los temas relacionados con el cuerpo humano y la salud, mientras que una proporción menor tiene dudas o lo niega. No obstante, cuando se les consulta si los temas enseñados en la escuela son suficientes para fomentar buenos hábitos, las respuestas se

encuentran más equilibradas, aunque 22 padres responden afirmativamente, 13 opinan que no y 10 se mantienen indecisos, lo que sugiere que existe cierta incertidumbre sobre la efectividad del contenido escolar.

Un descubrimiento especialmente relevante es que 36 padres consideran necesario incluir más juegos y actividades prácticas en el proceso de enseñanza, lo cual refuerza la necesidad de metodologías activas y participativas.

Además, 30 padres expresan estar dispuestos a participar en talleres escolares sobre salud infantil, lo que representa una buena oportunidad para fortalecer la colaboración entre escuela y familia.

## Etapa 2: Modelación de la propuesta

**Tabla 2**

*Modelación de la propuesta*

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Título</b>                    | “Creciendo con salud”: Aprendizaje activo para una alimentación sana y vida activa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Destreza</b>                  | CN.2.2.4. Explicar la importancia de la alimentación saludable y la actividad física, de acuerdo a su edad y a las actividades diarias que realiza.                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Objetivo de Aprendizaje</b>   | Explicar la importancia de una alimentación saludable y la actividad física, mediante juegos, actividades colaborativas y reflexiones grupales, para promover la adopción de hábitos que favorezcan su bienestar físico y emocional.                                                                                                                                                                    |
| <b>Enfoque metodológico</b>      | Aprendizaje activo, lúdico y significativo, basado en la exploración, la reflexión y la participación colaborativa.                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Fundamentación Pedagógica</b> | Esta propuesta se basa en el constructivismo, donde los estudiantes aprenden activamente mediante experiencias prácticas como juegos y proyectos, relacionando los contenidos con su vida cotidiana (Ausubel). Se emplea la pedagogía activa, haciendo al alumno protagonista de su aprendizaje a través de estrategias lúdicas y colaborativas, en línea con Vygotsky, quien destaca la importancia de |

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             | la interacción social. El objetivo es que los conocimientos sobre salud se traduzcan en hábitos reales y duraderos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Contenidos Curriculares</b>              | <p>Bloque curricular: El cuerpo humano y la salud</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Las partes del cuerpo humano.</li> <li>- Hábitos de higiene.</li> <li>- Alimentación saludable.</li> <li>- Prevención de enfermedades.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Metodología (Aprendizaje Activo)</b>     | <p>Estrategias centradas en el estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Juegos didácticos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rompecabezas del plato del buen comer.</li> <li>• Lotería de la higiene (con imágenes de cepillado de dientes, baño, etc.).</li> </ul> </li> <li>- Dramatizaciones: Obra de teatro "El reino de las bacterias vs. los niños saludables".</li> <li>- Proyecto "Mi rutina saludable": Diario ilustrado con dibujos de sus comidas y ejercicios.</li> <li>- ABP (Problema): Observar moho en pan sin lavar vs. pan con manos limpias.</li> </ul>                                          |
| <b>Actividades de Enseñanza-Aprendizaje</b> | <p><b>Fase I. Inicio:</b> Activación de conocimientos previos, mediante la pregunta: <i>¿Qué comiste hoy y cómo me muevo?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Dinámica de lluvia de ideas y dibujo libre:</i> los estudiantes representan con dibujos o palabras lo que suelen comer en un día y cómo se mueven o juegan.</li> <li>- <i>Socialización en grupo y clasificación en mural:</i> alimentos saludables/no saludables y actividades físicas/sedentarias.</li> </ul> <p><b>Fase II. Desarrollo</b></p> <p><i>Actividad manipulativa: Crear un plato balanceado con recortes.</i></p> <p>❖ <b>Descripción:</b></p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Los estudiantes construirán un plato balanceado utilizando recortes de alimentos de revistas, catálogos o imágenes impresas.</p> <p>❖ <b>Secuencia metodológica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se reparte a cada estudiante una hoja con el dibujo de un plato dividido en secciones (proteínas, carbohidratos, frutas/verduras, y agua).</li> <li>- Los estudiantes seleccionan y recortan imágenes de alimentos y las pegan en la sección correspondiente de su plato.</li> <li>- Al final, cada niño explica brevemente por qué eligió esos alimentos y cómo contribuyen a su salud.</li> </ul> <p>❖ <b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hojas con plantilla del plato.</li> <li>- Revistas viejas o imágenes impresas.</li> <li>- Tijeras, pegamento y colores.</li> </ul> <p>❖ <b>Aprendizaje esperado:</b></p> <p>Los estudiantes reconocen la importancia de una alimentación equilibrada y comienzan a identificar los grupos de alimentos esenciales.</p> <p><i>Juego grupal: "Pisar globos con hábitos no saludables".</i></p> <p>❖ <b>Descripción:</b></p> <p>Se realiza un juego dinámico en el que los estudiantes eliminan simbólicamente los hábitos no saludables al pisar globos que los representan.</p> <p>❖ <b>Pasos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se inflan globos y dentro de cada uno se coloca un papel con frases como: “No desayuno”, “Como muchos dulces”, “No me gusta correr”, entre otras</li> <li>- Los globos se esparcen en un área amplia y segura del aula o patio.</li> </ul> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Al sonar la música, los estudiantes caminan o bailan; cuando se detiene la música, deben correr a pisar un globo.</li> <li>- Al romperlo, leen en voz alta el hábito que contenía y explican por qué es perjudicial para su salud, proponiendo una alternativa saludable.</li> </ul> <p>❖ <b>Materiales:</b><br/>Globos, papeles con frases, música.</p> <p>❖ <b>Actividad de metaevaluación:</b><br/><b>Dibujo libre:</b> Así me cuido yo.</p> <p>❖ <b>Reflexión:</b> <i>¿Qué cambiaré desde hoy?</i></p> <p>❖ <b>Aprendizaje esperado:</b><br/>Los estudiantes identifican conductas que afectan su salud y proponen acciones positivas para cambiarlas, fortaleciendo su pensamiento crítico y su toma de decisiones.</p> |
| <b>Recursos Didácticos</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Láminas: Del sistema digestivo y beneficios del ejercicio.</li> <li>- Títeres: "Don Fruta" y "Señor Chatarra" para debates.</li> <li>- App "Food Heroes": Juego interactivo para elegir alimentos sanos.</li> <li>- Juego de memoria: Pares de alimentos y sus nutrientes.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Evaluación</b>          | <p>Enfoque: Cualitativo y formativo Técnicas:</p> <p>Lista de cotejo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoce tres alimentos saludables.</li> <li>• Practica lavado de manos correctamente.</li> </ul> <p>Observación directa: Registro de participación en juegos motrices.</p> <p>Registro anecdótico: Notas sobre cambios en hábitos.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

Fuente: Propia de autores

### Etapas 3: Validación de la propuesta

Para evaluar el impacto del aprendizaje activo en el desempeño académico, se llevó a cabo un análisis comparativo entre el grupo experimental y el grupo de control, utilizando un

pretest y un posttest. Este análisis permitió medir la evolución del aprendizaje y verificar si la estrategia implementada contribuyó a una mejora significativa en el rendimiento escolar.

En la siguiente tabla se presentan los promedios de calificaciones académicas obtenidos por ambos grupos antes y después de la aplicación de la metodología, lo que permitirá evidenciar su efectividad en el desarrollo de competencias y hábitos en los estudiantes.

**Tabla 3**

*Resultados del pretest y el posttest a los estudiantes*

| Grupo        | Pretest<br>(Promedio) | Posttest (Promedio) | Diferencia |
|--------------|-----------------------|---------------------|------------|
| Experimental | 6.2                   | 8.5                 | 2.3        |
| Control      | 6.1                   | 7                   | 0.9        |

Fuente: Propia de autores

Los resultados muestran que el aprendizaje activo tuvo un impacto positivo en el desempeño de los estudiantes. El grupo experimental mejoró notablemente, pasando de un promedio de 6.2 en el pretest a 8.5 en el posttest, con una diferencia de +2.3 puntos. En cambio, el grupo de control solo aumentó 0.9 puntos, pasando de 6.1 a 7.0. Esto indica que la metodología utilizada ayudó a los niños a comprender mejor los contenidos y aplicarlos de manera más efectiva.

Además del rendimiento académico, se evaluaron otros aspectos importantes como la motivación, la participación en clase y los hábitos saludables. Los estudiantes del grupo experimental demostraron un mayor interés en aprender y participaron activamente en actividades relacionadas con la higiene y el cuidado personal. También se observó que trabajaron mejor en equipo, lo que les permitió desarrollar habilidades sociales y reforzar su aprendizaje.

A pesar de los buenos resultados, hubo algunos desafíos. Al inicio, a algunos niños les costó adaptarse a un modelo más dinámico, ya que estaban acostumbrados a una enseñanza más tradicional. También se identificó la necesidad de una mayor capacitación docente, ya que el éxito de esta estrategia depende en gran parte de su correcta aplicación en el aula.

## Conclusiones

La implementación de una estrategia metodológica activa para la enseñanza del cuerpo humano y la salud en el tercer año de básica elemental, en la Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo. Se ha destacado cómo las estrategias motivadoras, colaborativas, lúdicas y de organización de la información, basadas en teorías pedagógicas como el constructivismo y el aprendizaje significativo, pueden transformar la experiencia educativa de los estudiantes. La idea de implementar un aprendizaje activo, donde los estudiantes participen más, use materiales concretos y desarrollen su pensamiento crítico y colaboración, busca solucionar las dificultades que se han identificado en la institución y hacer que el aprendizaje sea más interesante y útil. Al integrar recursos interactivos, actividades prácticas y enfoques que cruzan diferentes áreas del conocimiento, se espera que los estudiantes puedan construir su aprendizaje de manera más real y cercana a su vida diaria, mientras desarrollan habilidades científicas y un pensamiento más crítico.

Se espera que esta propuesta no solo beneficie a la Escuela de Educación Básica Eugenio Espejo, sino que también sirva como modelo para otras instituciones educativas que deseen modernizar sus enfoques pedagógicos y responder de manera efectiva a las necesidades educativas actuales.

## Referencias bibliográficas

- Aracely Mendoza-Mendoza, R. I., & Wilhem Loor-Colamarco, I. I. (2022). Estrategias Didácticas para la Enseñanza de las Ciencias Naturales y Desarrollo del Pensamiento Científico Estrategias Didácticas para la Enseñanza de las. *Núm. 1. Enero-Marzo*, 8, 859–875. <https://doi.org/10.23857/dc.v8i41.2527>
- Arellano-Becerril, E., & Escudero-Nahón, A. (2022). Tendencias de investigación de aula invertida con aprendizaje colaborativo: una revisión sistemática. *IE Revista de Investigación Educativa de La REDIECH*, 13, e1492. [https://doi.org/10.33010/ie\\_rie\\_rediech.v13i0.1492](https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v13i0.1492)
- Bañón-Calatrava, M. C., Ramón-Dangla, R., Cortés-Santos, J. E., Sala-Palomares, A., & Sirvent-Nicolau, E. (2024). Redes de Investigación e Innovación en Docencia Universitaria. *Universidad de Alicante*.



- Bonifaz Arias, I. G., Sánchez Anilema, J. A., Herrera Mena, V. H., & Paredes Tapia, R. M. (2020). El nuevo currículo de educación física en el Ecuador. *Explorador Digital*, 4(3), 252–265. <https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v4i3.1349>
- Bonilla, M. de los Á., Cárdenas Benavides, J. P., Arellano Espinoza, F. J., & Pérez Castillo, D. F. (2020). Estrategias metodológicas interactivas para la enseñanza y aprendizaje en la educación superior. *Revista Científica UISRAEL*, 7(3), 25–36. <https://doi.org/10.35290/rcui.v7n3.2020.282>
- Cumbicus-Ortiz, A., Ojeda-Ojeda, L. E., & Suárez-Suárez, G. (2024). Estrategias metodológicas para la motivación por el aprendizaje de las Ciencias Naturales en los estudiantes de quinto grado de Educación General Básica. *MQRInvestigar*, 8(2), 3988–4011. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.2.2024.3988-4011>
- DIANA CAROLINA GERENA GERENA. (2018). *EL JUEGO Y LA LÚDICA EN EL APRENDIZAJE ACTIVO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS ENTRE LOS 3 Y 6 AÑOS DEL GIMNASIO BILINGÜE – FUNIFELT*.
- Freeman, S., Eddy, S. L., McDonough, M., Smith, M. K., Okoroafor, N., Jordt, H., & Wenderoth, M. P. (2014). Active learning increases student performance in science, engineering, and mathematics. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(23), 8410–8415. <https://doi.org/10.1073/pnas.1319030111>
- Guerra Santana, M., Rodríguez Pulido, J., & Artiles Rodríguez, J. (2019). Aprendizaje colaborativo: experiencia innovadora en el alumnado universitario. *Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 18(36), 269–281. <https://doi.org/10.21703/rexe.20191836guerra5>
- Macarena Lascevena Norambuena. (2024). Explorando la historia de la educación desde la perspectiva de John Dewey: Un análisis filosófico sobre la experiencia como generadora de aprendizaje en los tiempos contemporáneos. *Revista de Historia, Ciencias Humanas y Pensamiento Crítico*, 4.
- Miguel González Iglesias. (2023). Materiales manipulativos en el aula de Matemáticas. *Universidad de Oviedo*.
- Puga-Peña, L. A., Cabrera-Maya, L. G., Coronel-Feijoo, J. P., & Velarde, P. (2023). El aula invertida, una metodología eficaz en la construcción del conocimiento en el campo del

Quiñonez-Cotera, J. A. (2023). Las técnicas activas como estrategia didáctica para mejorar el rendimiento escolar de los estudiantes. *MQRInvestigar*, 7(3), 2429–2453.

<https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.3.2023.2429-2453>

Quinteros-Pallarozo, C. G., & Cárdenas-Cordero, N. M. (2021). Aula invertida y juego de roles: Implementación en el bachillerato técnico agropecuario. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(3), 106. <https://doi.org/10.35381/r.k.v6i3.1306>

Santos, J. S., Dos Anjos, É. C. T., & Avendaño, F. C. (2023). La importancia de utilizar metodologías activas en las clases de ciencias de la educación fundamental. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, 15(11), 13936–13981.

<https://doi.org/10.55905/cuadv15n11-055>

Tumbaco-Ramírez, S. A., Chunga-Cerezo, J. I., & Rodríguez-Revelo, E. (2025). Estrategias didácticas para el desarrollo de habilidades temporoespaciales en los estudiantes de cuarto año de educación general básica nivel elemental. *MQRInvestigar*, 9(2), e580.

<https://doi.org/10.56048/MQR20225.9.2.2025.e580>

Urdaneta, J. R., Bucarey, S., Tiznado Maetzner, G., & Cabezas Oyarzun, X. (2024). Estrategias didácticas para la enseñanza de la anatomía humana en la Universidad Austral de Chile. *ARS MEDICA Revista de Ciencias Médicas*, 49(1), 47–54.

<https://doi.org/10.11565/arsmed.v49i1.2024>

**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

**Financiamiento:**

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

**Agradecimiento:**

N/A

**Nota:**

El artículo no es producto de una publicación anterior.