



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA EDUCACIÓN BÁSICA**

## **TÍTULO**

**ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014**

Tesis previa a la obtención del grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Educación Básica.

**AUTOR** Henry Rafael Delgado Calva

**DIRECTOR** Dra. Esthela Marina Padilla Buele Mg. Sc

**LOJA – ECUADOR**

**2015**

## CERTIFICACIÓN


Dra., ESTHELA MARINA PADILLA BUELE Mg. Sc. DOCENTE DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA Y DIRECTORA DE TESIS.

### CERTIFICA

Haber asesorado y monitoreado con pertinencia y rigurosidad científica la ejecución del proyecto de tesis intitulado ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014

Por lo que se autoriza su presentación, defensa y demás trámites correspondientes a la obtención del grado de licenciatura.

Loja, julio 31 de 2014



Dra. ESTHELA MARINA PADILLA BUELE Mg Sc.  
**DIRECTORA DE TESIS**

## AUTORÍA

Henry Rafael Delgado Calva, declaro ser el autor del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional de Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales por el contenido de la misma.

Adicionalmente declaro y autorizo a la Universidad Nacional de Loja, la publicación de mi tesis en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.

**Autor:** Henry Rafael Delgado Calva

**Firma:**  .....

**Cédula:** 1900761832

**Fecha:** Loja, octubre de 2015


**CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DEL AUTOR, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.**

Henry Rafael Delgado Calva, declaro ser el autor del presente trabajo de tesis titulada: **ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014**; como requisito para optar al grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Educación Básica; autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el repositorio Digital Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad.

La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los 19 días del mes de octubre del dos mil quince, firma el autor.

Firma:.....

**Autor:** Henry Rafael Delgado Calva

**Cédula:** 1900761832

**Dirección:** Loja

**Correo electrónico:** raficodelgado@gmail.com

**Teléfono:** s/n

**Celular:** 0968249578

**DATOS COMPLEMENTARIOS:**

**Directora de Tesis** Dra. Esthela Marina Padilla B. Mg. Sc.

**Tribunal de Grado**

Dr. Oswaldo Enrique Minga Díaz. Mg. Sc.

**PRESIDENTE**

Dra. Sabina Marlene Gordillo Mera. Mg. Sc.

**VOCAL**

Dr. Ángel Polivio Márquez Chalan Chalan Mg. Sc.

**VOCAL**

## **AGRADECIMIENTO**

Expreso mi sincero agradecimiento al Área de la Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, especialmente a la Carrera de Educación Básica por brindarme los conocimientos y la experiencia precisa para el desarrollo profesional en la vida cotidiana.

A mi Directora de Tesis, quien me guio y asesoró a través de sus conocimientos, brindando las sugerencias pertinentes con responsabilidad y así lograr un buen desarrollo del presente trabajo.

Así mismo agradezco a las autoridades y personal docente de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 DE LA PARROQUIA SUCRE BARRIO SAN PEDRO DE LA CIUDAD DE LOJA, por haberme brindado su valiosa colaboración y poder realizar el presente trabajo investigativo.

**Henry Rafael Delgado Calva**

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de tesis es muestra de esfuerzo y dedicación, está dedicado primeramente a Dios quien me dio la vida y puso en mí, dones y fortalezas para realizar este trabajo.

A mis padres quienes me apoyaron y me enseñaron a valorar todos los esfuerzos de la vida y a cumplir siempre mis objetivos en el transcurso de este trabajo; a mis hermanos quienes me dieron fuerzas y me brindaron su apoyo incondicional.

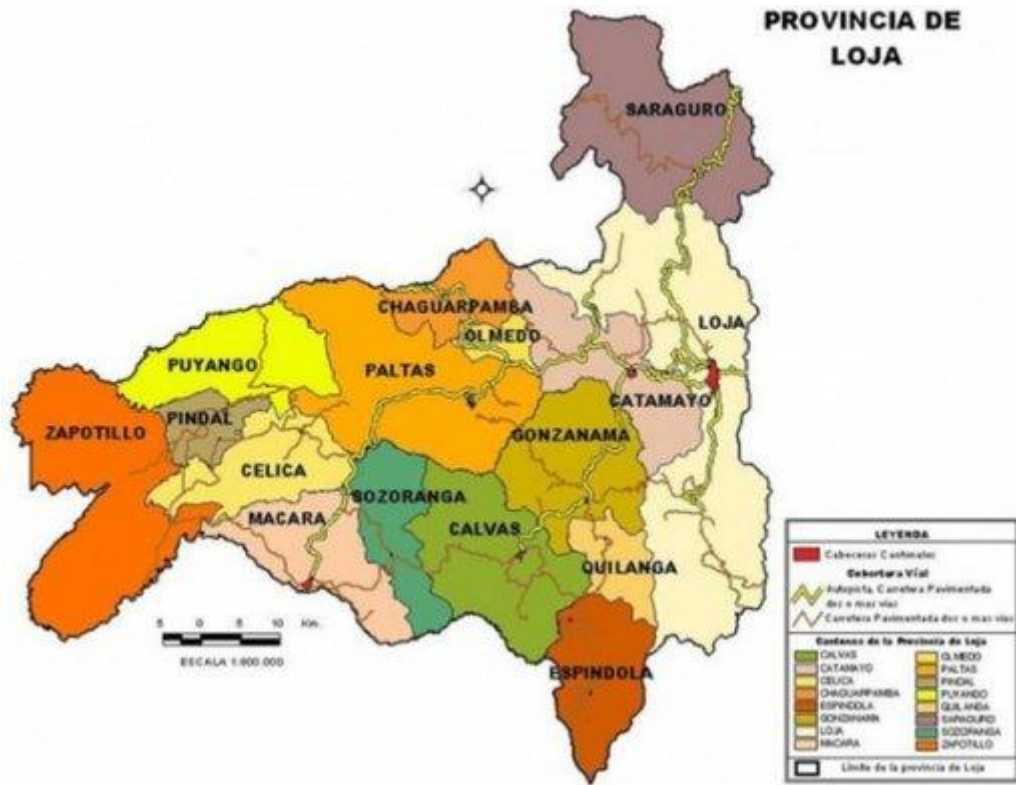
A mis profesores quienes me orientaron para la culminación de mis estudios y por lo tanto, para la elaboración de la tesis que a continuación se expone.

**El autor**

## MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN											
BIBLIOTECA: Área de la Educación, el Arte y la Comunicación											
TIPO DE DOCUMENTO	AUTOR/ NOMBRE DEL DOCUMENTO	Fuente	Fecha/ Año	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	NOTAS OBSERVACIONES
				Nacional	Regional	Provincia	Cantón	Parroquia	Barrio Comunidad		
<b>TESIS</b>	<b>HENRY RAFAEL DELGADO CALVA</b>  ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014.	UNL	2015	ECUADOR	ZONA 7	LOJA	LOJA	SUCRE	SAN PEDRO	CD	Licenciado en Ciencias de la Educación, mención: Educación Básica

## MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS



## CROQUIS DE LA ESCUELA



Fuente: google maps



## ESQUEMA DE TESIS

- i. PORTADA
  - ii. CERTIFICACIÓN
  - iii. AUTORÍA
  - iv. CARTA DE AUTORIZACIÓN
  - v. AGRADECIMIENTO
  - vi. DEDICATORIA
  - vii. MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO
  - viii. MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS
  - ix. ESQUEMA DE TESIS
- 
- a. TÍTULO
  - b. RESUMEN (SUMMARY)
  - c. INTRODUCCIÓN
  - d. REVISIÓN DE LITERATURA
  - e. MATERIALES Y MÉTODOS
  - f. RESULTADOS
  - g. DISCUSIÓN
  - h. CONCLUSIONES
  - i. RECOMENDACIONES
  - j. BIBLIOGRAFÍA
  - k. ANEXOS
- INDICE

**a. TÍTULO**

**ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014**

## **b. RESUMEN**

La presente investigación denominada: **ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014**, el mismo que se planteó como Objetivo General: Determinar la aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer año de Educación Básica del Área de lengua y literatura, bloque curricular 6 de la escuela “Matilde Hidalgo de Procel N° 1 ”. Durante su desarrollo se utilizó el método cuasi experimental, comprensivo, analítico, sintético, diagnóstico participativo descriptivo, deductivo, diagnóstico participativo, modelo proactivo, método de taller, método de evaluación comprensiva y bibliográfico, entre la técnica e instrumento aplicados consistió en la encuesta de conocimientos con su respectivo cuestionario dirigido a la docente y alumnos del Tercer grado de Educación General Básica paralelo A, la misma que se trabajó con la población de 27 alumnos y una docente al tercer grado paralelo “A”. Luego de la aplicación de la encuesta, se pudo determinar que el 62% de los alumnos manifiesta que la docente no realiza dinámicas de relajación y concentración en el proceso de enseñanza -aprendizaje, mientras que algunos de los alumnos también codifican que las clases de lengua y literatura son interesantes mientras que 24 alumnos supieron indicar que las mayoría de sus compañeros son inquietos y los distraen cuando están en clase por tal motivo se ha concluido que la docente tiene un desconocimiento sobre estrategias de concentración y relajación para mantener siempre activos a los estudiantes y no se distraigan durante el desarrollo de las actividades académica.

## **SUMMARY**

This research entitled: CONCENTRATION AND RELAXATION STRATEGIES TO ACHIEVE SIGNIFICANT LEARNING IN CHILDREN THIRD GRADE GENERAL EDUCATION BASIC PARALLEL A, BLOCK 6 CURRICULUM THE WONDERFUL STORY AREA LANGUAGE ARTS SCHOOL OF HIDALGO MATILDE PROCEL no.1 BARRIO SAN PEDRO, Loja CITY ACADEMIC PERIOD from 2013 to 2014, it raised as General Purpose: To determine the application of concentration and relaxation strategies to achieve meaningful learning in children of the third year Education Area basic language arts curriculum school block 6 "Matilde Hidalgo de Procel N 1". During development the quasi-experimental, comprehensive, analytical, synthetic method, descriptive, deductive participatory diagnosis, participatory assessment, proactive model was used , workshop method, method of comprehensive evaluation and literature, between technique and instrument applied in the survey consisted of knowledge with its own questionnaire to the teachers and students of the third grade of General Basic Education in parallel, the same who worked with population of 27 students and a teaching degree parallel to the third "A". After the implementation of the survey, it was determined that 62% of students said that the teacher is not performing dynamic relaxation concentration in the process of teaching and learning, while some students also encode the language classes and literature are interesting while 24 students were able to show that the majority of their peers are restless and distracted when they are in class for this reason it was found that the teacher has a lack of concentration and relaxation strategies to always keep students active and not distracted during the development of academic activities

### **c. INTRODUCCIÓN**

La educación sin lugar a dudas es la mejor arma para desenvolverse en la sociedad, y así mejorar la calidad de vida. Pero eso requiere de un esfuerzo y sacrificio. En la primaria, estudiar les parece aburrido y cansado para los niños, por tal motivo se evidencia una gran falta de aplicación de estrategias de concentración y relajación por parte del docente, lo cual trae dificultades en el rendimiento académico.

Las estrategias de concentración y relajación son primordiales para mejorar la educación de los niños, por ende guardan estrecha relación con el rendimiento académico, lo que me motivo a plantear el siguiente tema investigativo denominado **ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERÍODO ACADÉMICO 2013 – 2014** con el objetivo general. Determinar la aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer año de Educación Básica del Área de lengua y literatura, bloque curricular 6 de la Escuela “Matilde Hidalgo de Procel N° 1” como específicos: Comprender la fundamentación teórica de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos, diagnosticar la falta de aplicación de estrategias de concentración y relajación, diseñar un modelo de estrategias de concentración y relajación, Aplicar el modelo de estrategias de concentración y relajación a los niños y niñas del tercer grado de educación general básica, y valorar la efectividad de las estrategias de concentración y relajación aplicadas a los niños del tercer grado de educación general básica.

Para fundamentar la investigación se hizo la revisión de literatura que está constituido de los siguientes referentes teóricos, conceptos de aprendizaje significativo, importancia, características y elementos del aprendizaje significativo

estrategias de concentración y relajación, definiciones de las estrategias de concentración, ¿que son las estrategias de concentración?, estrategias de concentración de 5 a 10 años, tipos de concentración, definición de relajación, importancia de la relajación, estrategias de relajación en el niño .

La metodología utilizada fue de tipo, cuasi experimental. Con la aplicación de los siguientes métodos: el método analítico, sintético, descriptivo, que permitieron guiar y desarrollar la investigación; así mismo el instrumento que se utilizó para la recolección de información fue la encuesta con su respectivo cuestionario, que fue aplicada a 27 alumnos y uno a la docente respectivamente, de la escuela Matilde Hidalgo de Procel. N°1

Luego del proceso de la investigación se determina que de los 27 alumnos del Tercer grado paralelo “A”, 17 alumnos que representan el 62% indican que su docente no aplica dinámicas de concentración y relajación, por otro lado la profesora encuestada ha señalado que no hace uso de las estrategias de concentración y relajación, la cual entorpece realizar una buena práctica docente y a que los niños adquieran aprendizajes significativos.

De lo analizados podemos concluir que los niños carecen de actividades de concentración y relajación, por parte de la docente. Por tal razón es recomendable que el docente aplique estrategias de concentración y relajación, para que de esta manera se pueda obtener aprendizajes significativos en los niños y alcanzar los resultados deseados.

El informe de investigación está estructurado en coherencia con lo dispuesto en el Art. 151 del Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja en vigencia, comprende:

Título; Resumen en castellano y traducido al inglés; Introducción; Revisión de literatura; Materiales y métodos; Resultados; Discusión; Conclusiones; Recomendaciones; Bibliografía; Anexos; e Índice.

Para garantizar este trabajo investigativo se utilizaron las siguientes técnicas que a continuación se describen, cuestionario aplicado al docente y la encuesta aplicada a los alumnos del tercer grado de Educación General Básica. Los materiales fundamentales que se utilizaron fueron: libros y textos especializados, memoria electrónica y materiales de oficina.

Los resultados obtenidos permitieron alcanzar los objetivos planteados y llegar a conclusiones y recomendaciones acordes al problema analizado, los mismos que permitieron determinar en base a las encuestas y test, que de los 27 estudiantes la mayoría de ellos no conocen acerca de las estrategias de concentración y relajación, por lo que se concluye que la aplicación de estrategias metodológicas mediante el método de taller, benefició directamente a los estudiantes y docente, ayudando a disminuir las dificultades que presentan los estudiantes en la asimilación de aprendizaje significativo, comprobado mediante la  $r$  de Pearson. Se recomienda a la docente que aplique las estrategias metodológicas desarrolladas en la presente investigación de manera transversal con el objeto de ayudar a los estudiantes a desarrollar el pensamiento crítico.

## **d. REVISIÓN DE LITERATURA**

### **1. COMPRESION DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO**

#### **Concepciones del aprendizaje significativo**

##### **Reseña histórica.**

Para tener una idea general de lo que es el aprendizaje significativo debemos conocer la teoría diseñada por Ausubel, Novak & Hanesia, (citado de Ballester Ballori 2012) especialistas en psicología educativa de la Universidad de Cornell, que tiene como precedente a Vygotsky, han diseñado, “la teoría del aprendizaje significativo, aprendizaje a largo plazo, o teoría constructivista, según la cual para aprender es necesario relacionar los nuevos aprendizajes a partir de las ideas previas del alumnado”.(p.8).

Desde esta perspectiva el aprendizaje es un proceso de contraste, de modificación de los esquemas de conocimiento, de equilibrio, de conflicto y de nuevo equilibrio otra vez. Según Ausubel, Novak & Hanesia, manifiestan “el mismo proceso de adquirir información produce una modificación tanto en la información adquirida como en el aspecto específico de la estructura cognoscitiva con la cual aquella está vinculada” (p.9)

Ausubel (1963, 1983), manifiesta que “ el aprendizaje significativo es el mecanismo humano, por excelencia, para adquirir y almacenar la inmensa cantidad de ideas e informaciones representadas en cualquier campo del conocimiento.” (p12)

Un aprendizaje es significativo cuando los contenidos son relacionados de modo no arbitrario (no al pie de la letra) con lo que el alumno ya sabe. Por relación sustancial y no arbitraria se debe entender que las ideas se relacionan con algún aspecto existente específicamente relevante de la estructura cognoscitiva del alumno, como una imagen o un símbolo, ya significativo, un concepto o una proposición.



Pozo (1989) considera que. La Teoría de aprendizaje significativo como una teoría cognitiva de restructuración: para él, “se trata de una teoría psicológica que se construye desde un enfoque organicista del individuo y que se centra en el aprendizaje generado en el contexto escolar” (p.44).

De acuerdo con los pensamientos de Ausubel, Novak y Hanesia, los autores afirman que para aprender es necesario relacionar los nuevos aprendizajes a partir de las ideas previas del alumno. Y Pozo por su parte considera que el aprendizaje significativo se da en el contexto escolar, mediante los conocimientos previos del alumno con el nuevo conocimiento que se da en la escuela en definitiva los autores tienen con concordancia en lo que afirman.

## **2. DIAGNÓSTICO DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO**

### **Importancia**

Ausubel (1973) sustenta que el aprendizaje significativo es un tipo de aprendizaje que alude a cuerpos organizados de material significativo. Le da especial importancia a la organización del conocimiento en estructuras y a las reestructuraciones que son el resultado de la interacción entre las estructuras del sujeto con las nuevas informaciones.

Guerra (1993) “El diagnóstico es una radiografía que facilitará el aprendizaje significativo y relevante, ya que parte del conocimiento de la situación previa y de las actitudes y expectativas de los alumnos” (p. 18).

Desde mi punto de vista la importancia del aprendizajes significativo se lo puede considerar como un producto o un fruto de una interacción social, tanto por sus contenidos como por las formas en que se genera, el sujeto aprende de los otros y con los otros, en esa interacción desarrolla su inteligencia práctica y de tipo reflexiva, construyendo nuevos conocimientos, habilidades o capacidades a lo largo de su vida a partir de conocimientos previos.

## **Características del aprendizaje significativo**

Las características del aprendizaje significativo son. Los nuevos conocimientos que se incorporan en forma sustantiva en la estructura cognitiva del alumno. Esto se logra gracias a un esfuerzo deliberado del alumno por relacionar los nuevos conocimientos con sus conocimientos previos. (Dávila 2013, p.06).

Todo lo anterior es producto es una implicación afectiva del alumno, es decir, el alumno quiere aprender aquello porque lo considera valioso e importante para sí mismo.

Los espacios significativos son ambientes de aprendizaje que favorece la adquisición de múltiples saberes; de ninguna manera espacio se refiere a un lugar físico, se utiliza para describir la variedad de situaciones enriquecidas que los adultos pueden utilizar y aprovechar en la cotidianidad con los aprendices. Cualquier tipo de actividad debe cumplir las siguientes características para que se constituya un espacio educativo significativo y los agentes educativos puedan utilizar estas características como pautas para analizar, evaluar, general y temporalmente las situaciones que utilizan. (Quintero, 2010, p.28)

Las opiniones de estos dos autores difieren en cuanto a las características de aprendizaje significativo. Ausubel hace referencia al alumno como personaje principal del aprendizaje significativo y Quintero a los espacios educativos como medio para producir aprendizajes significativos en los alumnos, pero sin embargo lo importante es que ambos tienen claro sobre lo que es el aprendizaje significativo.

## **Elementos del aprendizaje significativo.**

Carriazco (2009) manifiesta en su obra, conocimientos previos y prerrequisitos para docentes con respecto a los aprendizajes significativos da a conocer los siguientes elementos que son importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje

**Los Docentes.** El Maestro como mediador del aprendizaje es aquel que organiza de manera intencional esta interacción y da significado a los estímulos que recibe el alumno. Cuando el docente selecciona los estímulos, escogerá las estrategias y estructura una información y clasificara los temas o contenidos para llegar a un objetivo.

**Los estudiantes.** Los estudiantes deben tener una actitud significativa, una posición y una actitud interna para querer relacionar los aspectos esenciales de los nuevos conceptos, informaciones o situaciones problemáticas con su propia estructura cognoscitiva, este esfuerzo por parte del estudiante debe ir acompañado por otra condición la existencia de conceptos incluyentes en su estructura cognitiva que le permitan conciliar y relacionar los nuevos conceptos con los anteriores.

Cuando el alumno carece de conceptos incluyentes que permitan un aprendizaje significativo, la única posibilidad a la que puede recurrir es al aprendizaje de tipo memorístico dado que no tendrá donde incluir significativamente el nuevo material a aprender. En este último caso la información será almacenada de forma arbitraria, el proceso de inclusión permite colocar la nueva información dentro del concepto incluso y lo modifica. De este modo el alumno contara con un nuevo concepto, incluso que se diferencia cualitativamente del concepto con el que anteriormente contaba en primera instancia.

El alumno durante el proceso de desarrollo del pensamiento, pasa por diversas etapas que condicionan la asimilación y comprensión del conocimientos, al planificar los procesos de enseñanza aprendizaje es necesario violentar este desarrollo; pero a la vez se debe orientar al alumno avanzar hacia nuevas zonas o etapas de desarrollo, posibilidad del desarrollo del niño están influidas por el grupo y por la creatividad que los adultos intervengan en el proceso de orientación de su aprendizaje.

(Carriazco 2009, p.44).

**Materiales.** Con respecto a los materiales en el aprendizaje significativo, manifiesta, que son el conjunto de medios empleados por el docente durante la conducción del proceso de enseñanza aprendizaje.

Tiene como propósito no solo contribuir a un aprendizaje efectivo y por consiguiente el logro de los objetivos, previstos, sino que también motiva a los alumnos participar activamente y obtener experiencias enriquecedoras y significativas. Esto se produce siempre y cuando los recursos hayan sido elaborados, seleccionados y organizado adecuadamente. (Tenuto 1999 p.12).

Por consiguiente Carriazco menciona como elementos del aprendizaje significativo a los docentes, alumnos y los materiales, Tenuto hace hincapié en los materiales que son el conjunto de elementos empleados por el docente durante el proceso de enseñanza aprendizaje, todo lo que se menciona anteriormente tanto docente como alumnos son recursos principales en el salón de clase para que se de la enseñanza además que forman parte indispensables para llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje .

### **3. ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN**

#### **Estrategias.**

#### **Definición**

Ortiz (2008) da a conocer que.

“las estrategias, son métodos y formas en que los docentes utilizan para proyectar, mediar, dirigir y promover nuevos aprendizajes en los alumnos”. Las estrategias se consideran como los procesos y argumentos necesarios que se requiere para que el alumno comprenda de mejor forma el contenido. (p. 9).

#### **¿Qué son las estrategias de concentración?**

Velarde (2011) da a conocer que “es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, o actividad que se está realizando o pensando en realizar en ese momento”, entonces de esta manera dejando de

lado toda la serie de hechos u otros objetos que puedan ser capaces de interferir en su consecución o su atención (p. 14)

Weiberberg & Goul. (1996) da entender que:

Una definición útil de concentración debe contener dos partes a) atención a las señales pertinentes del entorno: se refiere a centrarse en las señales ambientales pertinentes y hacer caso omiso al resto de estímulos, b) mantenimiento de ese foco atencional: quiere decir el mantenimiento de ese foco durante todo ese tiempo. (p. 24. Junta de Andalucía 2009)

Según el ministerio de poder popular de la república bolivariana de Venezuela (2010) manifiesta que. “La concentración es la capacidad de la mente para controlar dirigir y mantener la atención. Este papel es muy importante en el estudio, especialmente en los procesos de lectura, escritura razonamiento, etc.”(p.07)

En cuanto a los aportes dados por los autores acerca de la concentración son; según Velarde menciona que la concentración es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, Weiberberg mantiene que la concentración debe mantener 2 partes atención a las señales pertinentes del entorno y el mantenimiento de ese foco atencional, mientras que el ministerio de poder popular de la república de Venezuela explica que la concentración es la capacidad de la mente para controlar, dirigir y mantener la atención. En conclusión los autores concuerdan en sus definiciones ya que se enfocan directamente en el tema.

### **Estrategias de concentración en edad escolar de 5 a 10 años**

Calvo y Bernal (2011) es importante que los niños lleguen a reconocer las diferencias fundamentales de los parámetros del sonido; altura, timbre intensidad y duración para ello se propone que las actividades de educación auditiva deban centrarse en el juego, objetos, y materiales sonoros.

## **Estrategias auditivas**

- ✓ Proporcionar un espacio de trabajo donde los estímulos sonoros externos estén aislados no puedan interferir el desarrollo de las mismas.
- ✓ Identificar sonidos: de la naturaleza, instrumentos musicales, del medio, de animales, voces humanas, etc. Puede ser usando grabaciones o recursos directos.
- ✓ Realizar frecuentemente la música como un recurso didáctico, las canciones deben ser de contenido armónico de acuerdo a la edad del niño ejemplo:
- ✓ Escuchar atentamente la lectura breve de un cuento que realiza otra persona (profesor/a, padres...) siguiendo instrucciones previas que consisten en identificar cada vez que aparece una determinada palabra y señalarla. Al finalizar la lectura se hace un recuento de las marcas hechas y se comparan los aciertos con la lectura del texto.

## **Estrategias visuales gráficas**

Revista Digital de Grupo Santillana (2009)

Son cosas que vemos. Los movimientos del cuerpo, las señales ambientales, imágenes objetos y el lenguaje escrito se pueden usar para apoyar la comunicación y concentración en los niños

- ✓ Procurar que el espacio de trabajo no tenga sobrecarga de adornos y estímulos visuales que fomentaran la dispersión
- ✓ Encontrar objetos, figuras, personajes escondidos en paisajes y dibujos. En progresión de complejidad tenemos los siguientes ejemplos.

Cabe mencionar que los niños (as) a la edad de los 5 a 8 años emplean mayormente los canales visual y auditivo para reconocer su entorno, disminuyendo su impulso

espontáneo de examinar los objetos a través de la manipulación. Sin embargo, este hecho no implica la anulación de esta modalidad sensorial por el contrario, como ya se ha detallado en el capítulo II, es muy útil e importante involucrar en la aplicación de las estrategias propuestas, así como en el desarrollo de las actividades en general, la percepción táctil y las experiencias cenestésicas pues éstas favorecen la activación de los otros canales de atención y aprendizaje. En cuanto a las estrategias táctil-cenestésicas tenemos: (Condemarin 2009, p. 128).

A continuación se describen varias actividades para mejorar la concentración en los niños.

- ✓ Realizar actividades con todo el cuerpo y también con partes segmentadas.
- ✓ Reconocer objetos y personas por el tacto. Usar hasta cinco objetos.
- ✓ Tocar un objeto con una parte del cuerpo y a la orden de la maestra el niño(a) toca el suelo, la pared, o algún objeto que diga la maestra.
- ✓ Juego de observar e imitar acciones
- ✓ Realizar varios movimientos según marca el ritmo por ejemplo, correr rápido lento al zona una pandereta. Se puede cambiar de movimientos como saltar salpicar

De acuerdo lo expresado por los autores se puede notar que las estrategias mencionadas son importantes en el desarrollo integral del niño durante su formación académica, puesto que necesita estimular sus sentidos mediante el uso de las estrategias, citas para que de esta forma el niño pueda mejorar su rendimiento y lograr los aprendizajes deseados por el docente.(ibid )

## **Tipos de concentración**

### **Concentración voluntaria.**

Es la actividad consciente de la persona hacia una meta concreta. Cuando el ser humano hace uso de la concentración voluntaria, es debido a que los estímulos percibidos por su cerebro ya eran conocidos; están relacionadas con las experiencias

pasadas de una persona. Por ejemplo cuando un estudiante se presta a estudiar un nuevo capítulo se concentra primeramente en los conocimientos adquiridos en los capítulos o cursos anteriores, para luego proseguir con el nuevo (Ministerio de poder popular de la república bolivariana de Venezuela 2010, p.09)

### **Concentración involuntaria**

Es aquella que se caracteriza por la presencia de objetos que actúan sobre nuestros sentidos por primera vez, es decir, son muy novedosos para nosotros. La concentración involuntaria por lo general, estará determinada por el estado de ánimo de la persona. En algún momento de la vida, un mismo objeto puede ser causa de concentración sobre el objeto, depende de los intereses, necesidades y aptitudes de la persona. Por ejemplo la persona que tiene un interés especial por la pintura, se concentrará más rápidamente en los detalles de una obra artística, que a otra pintura, la pintura no le interesa. (El ministerio de poder popular de la república bolivariana de Venezuela 2010.p. 09)

El ministerio de poder popular de la república bolivariana de Venezuela (2010) menciona 2 tipos de concentración voluntaria e involuntaria, la primera manifiesta que es una actividad consiente de la persona sobre una meta concreta, y la dos hace referencia a los objetos que actúan en nuestra vida por primera vez. Estos 2 tipos de concentraciones voluntaria e involuntaria, son muy importantes en nuestro comportamiento ya que definen nuestro accionar sobre las cosas que nos rodean, de esta manera podemos condicionar nuestra conducta.

### **Teorías psicológicas relativas a la relajación**

#### **Teorías cognitivas.**

Ferruci (1982). (citado de Pagè 2008 p.64. ). En su obra *What We May (Lo que podemos ser)* determina que. Nuestra manera de ver lo que nos sucede determina cómo



nos sentimos en relación a ello. Esta idea resume el enfoque cognitivo que considera las sensaciones como una función del pensamiento. (Pg.64 ).

Las interpretaciones, las percepciones, las suposiciones y las conclusiones producirán sensaciones particulares, que a su vez gobiernan nuestra conducta. Nuestra experiencia del estrés y de la ansiedad está relacionada con el modo en que interpretamos los acontecimientos de nuestras vidas: podemos por ejemplo, valorar situaciones de determinadas formas que las hacen aparecer como innecesariamente amenazadoras.

Ferruci pone a consideración la teoría cognitiva y manifiesta que la relajación se da como una función del pensamiento, ya que psicológicamente podemos orientar nuestra conducta de acuerdo a la forma que queramos asumir nuestro estado de ánimo.

### **Definiciones de relajación**

Valls (citado de Mendieta, 2012) señala “las estrategias de relajación son procedimientos de carácter elevado, que implican la presencia de objetivos que cumplir, la planificación de las acciones que se desencadenan para lograrlos, así, como su evolución y posible cambio”. (p. 10).

Blay, (citado de Paguè & Rene 2008) “La relajación es una puerta de entrada para el descubrimiento de sí mismo, erigiéndose como un paréntesis liberador entre la actividad y la agitación.”(p.66).

Ruiz, (1994) “La relajación permite descubrir no la del cuerpo que tenemos, si no el que somos”

Weinberg Y Gould, (1996) dan a conocer. “La relajación es la herramienta. Que permite al individuo sus estados de ansiedad y activación”(p.44).

La relajación consiste en relajar los músculos mediante cualquier técnica, descansando a la vez el espíritu y el cuerpo. Esto permite en gran medida disminuir la tensión y encontrar un equilibrio, y un bienestar.

Nadeau (2007) afirma. “Según a técnica empleada se puede relajar ciertas partes del cuerpo, ciertos grupos musculares del cuerpo en su totalidad”, (p.31).

De acuerdo a las definiciones de los autores son diferentes pero tiene algo en común, hacen referencia al estado físico emocional que la persona puede alcanzar, de acuerdo a la técnica empleada por parte de la persona. Se puede relajar varias zonas del cuerpo.

### **Los Objetivos de la relajación.**

A continuación se detallan los objetivos que se pueden lograr gracias a la aplicación de las estrategias de relajación.

Le Boulch. (1984) “Mejorar la toma de conciencia del propio cuerpo, así como se sus segmentos corporales. Concienciar y consolidar la capacidad para la inhibición voluntaria del tono muscular”.

Lo importante que tienes la relajación en nuestro medio se determina por lo siguiente:

Castellano, (2011) “Favorecer el control de la respiración”.

Condemarin, (1997) “Reducir el gasto energético y controlar la efectividad y las emociones”

Moliner (2010) menciona “la relajación la recuperación del organismo tras un esfuerzo intenso”

Moliner (2010) considera facilita el “descanso” del sistema nervioso permitiendo un mayor control sobre el mismo. “entender que realizando cierta clase de relajación se puede Lograr una mayor concentración mental”.

Aumentar el bienestar físico, incrementando el tono muscular y desarrollando un mejor control sensorio motor (Citado de paguè M &Rene en su *obra como ser docente y no morir en el intento* 2008, p.36, 37,38).

En este análisis todos los autores citados manifiestan de diferente manera, varios objetivos que se pueden lograr gracias a la relajación. Pero concuerdan indudablemente en que sus efectos son positivos para el bienestar físico. Estos son muy importantes ya que, al estar completamente relajados se puede continuar trabajando de manera más eficiente para cumplir con las actividades propuestas y en los niños permite que los objetivos planteados al inicio de clase se fáciles de cumplirse.

### **Importancia de la relajación**

Castro (2006) menciona.

Antiguamente, la relajación era entendida como una herramienta a la que recurría a la relajación para desarrollar la armonía del cuerpo utilizada principalmente por personas orientales tales como los monjes .posteriormente, su uso se fue extendiendo al campo de la medicina. (p.34)

En este contexto podemos citar algunos otros autores que mencionan lo siguiente

Fernández, (1984) da a conocer

Por su capacidad de mejorar la salud y la calidad de vida, no obstante, trascendió de estas posibilidades, este se ha extendido al ámbito educativo en el que, dado su importante contribución al desarrollo psicomotor de los jóvenes, ya es considerado como uno de los contenidos el currículo en el bloque de Expresión Corporal.

Actualmente, podemos encontrar aún más líneas de aplicación. (p.35)

Pintanel, (citado de Nadeu 2012, p.12)

“Ya se ha demostrado su eficacia en el contexto deportivo, tanto por la prevención de lesiones.” Esto es muy importante para que los deportistas tengan un mejor rendimiento en sus actividades deportivas.

Franco, (citado de Nadeu 2012, p.13) afirma “Además contribuye al desempeño del ámbito docente”. En este sentido, es de suma importancia para mejorar la calidad de la educación en los niños

Paguè & Rene 2008) considera que “existen resultados positivos en los trabajadores de empresas.” Consecuentemente una buena relajación conlleva a que los trabajadores puedan rendir de mejor manera en sus labores. (.p 21)

De la misma forma existen otros dos autores que manifiestan lo siguiente.

Prado y Charaf (2000) afirman que “funciona también como medida preventiva para combatir el estrés.” ( Citado de Paguè & Rene 2008, p.26)

Castro menciona que la relajación desarrolla la armonía del cuerpo, también en el rendimiento de los trabajadores de empresas, Fernández dice que mejora la salud del cuerpo y la calidad de vida, Pintanel, menciona la importancia en el contexto deportivo Prado y Charanf en como medida preventiva de estrés tambien mencionan a los docente y trabajadores de empresas , todas estas citasiones de cada uno de los autores se refieren a la importancia que tiene la relajación en el ser humano para mejorar las actividades que se realizan ya que la relajación contribuye al rendimiento de las capacidades de cada una de las personas.

### **Estrategias de relajación para el niño**

Continuación se describen las técnicas empleadas por algunos autores para lograr relajar varias zonas del cuerpo y así poder desarrollar con mejor eficiencia el trabajo que se está realizando.

- La relajación muscular KOPPEN (1974) (citado de Ahmed 2009, p.8) da a conocer.

Se inicia con el niño en una posición cómoda, ojos cerrados, centrando la atención en la respiración, de tal manera que con cada inhalación se introduce el aire y una sensación de relajación que fluye a través del cuerpo y, con cada exhalación se expulsa la tensión. Luego se da indicaciones de como relajar 14 grupos musculares.

- Relajación Progresiva Jacobson (1976) ( citado de Zurita 2009,p.57)

Ideó una técnica que denominó técnica relajación progresiva. Consistía en trabajar sistemáticamente los principales grupos musculares, creando y liberando la tensión. En consecuencia el niño aprendía a reconocer la tensión muscular. En cada sesión solo se efectuaba una acción muscular repitiéndola dos veces. El tiempo restante se dedicaba a liberar la tensión.

- La ola (Priest y Schott citado de Ballester 2009, p45) da a conocer

La técnica consiste en una ola continua de relajación que comienza en la coronilla de la cabeza y progresa hacia abajo a través del cuerpo hasta los dedos de los pies. Conforme la ola desciende, el individuo explora brevemente los grupos musculares, liberando tensión. Si está tendido, se puede liberar toda la tensión; si está de pie, puede liberar el exceso de la misma. La eficacia del ejercicio se incrementa si se sincroniza para coincidir con la espiración. Sin embargo, al niño se le debe aconsejar que no extienda la espiración demasiado tiempo.

Mediante la explicación y de cada uno de estos autores sobre las técnicas de relajación se puede mencionar que coinciden en sus citas, por cuanto las estrategias hablan sobre la relajación muscular y en definitiva sobre el bienestar físico y mental aplicándolo de diferentes formas, cada uno de estos explica detalladamente las zonas que se pueden relajar si se lo aplica de la manera más correcta.

## **4. APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS.**

### **Definición de taller educativo**

Ander-EGG, (2005, p 10), menciona que “taller describe un lugar donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado, por lo tanto el taller educativo se trata de una forma de enseñar y sobre todo de aprender, mediante la realización de algo, que se lleva a cabo conjuntamente, es un aprender haciendo en grupo”.

Es un espacio de construcción colectiva que combina teoría y práctica alrededor de un tema, aprovechando la experiencia de los participantes y sus necesidades de capacitación”. (Candelo, Ortiz & Unger, 2003, p. 33).

Por lo antes mencionado en cuanto a las afirmaciones de estos autores podemos manifestar que concuerdan en sus definiciones, además podemos decir que el taller permite al docente trabajar y planificar actividades, para la enseñanza sobre cualquier tema que se desee abordar tanto dentro como fuera del salón de clase. Puedo decir que un taller bien realizado, guía los aprendizajes de los niños.

### **4.1. TALLER 1.**

**Tema:** Utilización de las estrategias de concentración

#### **Datos Informativos**

Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1, del barrio San Pedro, de la ciudad de Loja periodo 2013 – 2014.

**Facilitador:** Henry Delgado

**Número de participantes:** 27

**Fecha:** mayo 14 del 2014

**Tiempo de duración:** 2 horas de 8 a 10 am

### **Prueba de Conocimientos, Actitudes y Valores (x)**

La prueba de conocimientos específicos, actitudes y valores se la realizará mediante la aplicación de un TEST sobre en conocimiento los cuentos maravillosos.

### **Objetivo**

Integrar actividades de concentración para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, utilizando un cuento en donde primero el facilitador leerá un cuento y los estudiantes tendrán que inferir sobre lo que entendieron, además utilizaremos hojas que contienen actividades de concentración como estrategias para el logro de aprendizajes significativos.

### **Actividades**

- Primeramente se realizó una dinámica de introducción al taller
- Se aplicó un test de conocimientos
- Presentación de un cuento en video
- Análisis del cuento visto anteriormente en video
- Preguntas a los niños sobre el cuento en video
- Ejercicios de concentración con la aplicación del video anteriormente visto
- Presentación de sus trabajos
- Evaluación
- Refrigerio
- Cierre del taller

## **Metodología**

El taller educativo utilización de estrategias de concentración en el bloque cuentos maravillosos tiene como finalidad prioritaria apoyar los procesos de asimilación del conocimiento, para tratar de mejorar su aprendizaje. Por ello nos centraremos en hacer un taller, esencialmente dinámico, que nos permita determinar la situación de los niños en función de su aprendizaje: el análisis de la realidad dentro del aula en cuanto al aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos así como la utilización de estrategias de concentración.

## **Recursos**

- Video proyector
- Computadora
- Flash memory
- imágenes
- Hojas
- Lápices de colores

## **Programación**

- a. Aplicación del pre- test
- b. Se realizara una dinámica
- c. Se proyectara un cuento en video
- d. Se realizara un análisis del cuento proyectado
- e. El facilitador dará a conocer a los estudiantes la actividad diseñada sobre la aplicación de estrategias de concentración.
- f. Se utilizará el material sugerido en los recursos que se presenten.
- g. Se utilizará recursos como hojas pre elaboradas, exclusivamente para desarrollar actividades de concentración en grupos
- h. Los niños expondrán sus trabajos realizados
- i. Los estudiantes darán opiniones acerca del trabajo realizado en la clase.



j. Evaluación del taller.

<b>Actividad</b>	<b>Tiempo</b>	<b>Responsable</b>
Control de asistencia	<b>3 minutos</b>	<b>Sr. Henry Rafael Delgado Calva</b>
Presentación y saludo con los alumnos y docente de clase.	<b>2 minutos</b>	
Dinámica	<b>5 minutos</b>	
Aplicación de prueba inicial de conocimiento.	<b>5 minutos</b>	
Proyección del video el cuento de caperucita roja	<b>10 minutos</b>	
Formación de grupos	<b>15 minutos</b>	
Aplicación de ejercicios de concentración	<b>5 minutos</b>	
Exposición de los ejercicios	<b>4 minutos</b>	
Premiación a los primeros en realizar	<b>7 minutos</b>	
Refrigerio	<b>20 minutos</b>	
Cierre del taller	<b>5 minutos</b>	
Evaluación final para determinar el grado de efectividad del taller.	<b>3 minutos</b>	
Dinámica de despedida	<b>4 minutos</b>	

### **Resultados de aprendizaje (y)**

La prueba de resultados de aprendizaje se la realizará mediante la creación de un pequeño cuento relacionando con el cuento la caperucita roja en donde los niños tendrán que añadir personajes o cambiar el desenlace del mismo. Esto también desarrollara en el niño la creatividad.

### **Conclusiones**

- Enseñar el bloque los cuentos maravillosos es motivar y ofrecer al estudiante diferentes alternativas que lo lleven a descubrir el conocimiento a través de sus acciones.

- Desde nuestro contexto educativo es posible hacer innovación con diferentes metodologías y vivir la experiencia del cambio a través de la cooperación

### **Recomendaciones**

- Utilizar constante el uso de estrategias de concentración para el aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos.
- Manejar adecuadamente cada una de las instrucciones para el desarrollo del taller educativo.
- Utilizar de manera adecuada los recursos existentes.

### **Bibliografía**

Freire N (2008) **apoyo pedagógico para niños con dificultades de atención y concentración para mejorar sus procesos de aprendizaje en el aula** recuperado de [http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402\\_1.pdf](http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402_1.pdf)  
Fundación para el Pensamiento Crítico [www.criticalthinking.org](http://www.criticalthinking.org) 707-878-9100  
[cct@criticalthinking.org](mailto:cct@criticalthinking.org).

#### **4.2. TALLER 2.**

**Tema:** Aplicación de estrategias de relajación.

**Datos Informativos:**

**Facilitador:** Henry Delgado

**Número de participantes:** 27

**Fecha:** 15 de mayo del 2014

**Tiempo de duración:** 2 horas de 10:30 a 11:30 am

## **Prueba de Conocimientos, Actitudes y Valores (x)**

La prueba de conocimientos específicos, actitudes y valores se la realizará mediante la aplicación de un cuestionario para determinar cuánto conocen sobre la relajación.

### **Objetivo**

Desarrollar actividades de relajación para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, una vez que la docente haya realizado una hora de clase para que los niños se encuentren un poco agotados y resulte oportuna la aplicación del taller sobre estrategias de relajación. Se pondrá en marcha varios ejercicios de relajación como el balanceo, tensión y distensión, la sacudida en otras para que los niños puedan relajarse de una manera sana y divertida.

### **Actividades**

Realizar una dinámica

Presentar un video de actividades de relajación para niños

Realizar actividades de relajación con los niños

Hacer grupos de estudiantes para que mediante un sorteo realice los ejercicios de relajación.

### **Metodología**

El taller educativo utilizando las diferentes estrategias de relajación tiene como finalidad mejorar ayudar al estudiante mantener una mente sana para que así uno pueda mejorar sus aprendizajes.

Por ello nos centraremos en hacer un taller, esencialmente dinámico, que nos permita llegar hacia los estudiantes y una manera divertida y diferente para q de esta forma los niños aprendan a relajarse en el salón de clase cuando realizan actividades que son muchas de las veces un poco pesadas en su contenido.

## Recursos

- Video proyector
- Flash memoria
- Computadora
- Pizarrón

## Programación

- Introducción al taller educativo
- Se realizara una dinámica para que los niños pongan interés en realizar las actividades
- Observación de un video de relajación
- Comentarios del video
- Se realizaran ejercicios prácticos de relajación
- Los estudiantes comentarán opiniones acerca del trabajo en clase
- Evaluación cierre del taller

Actividad	Tiempo	Responsable
Control de asistencia	3 minutos	<b>Sr. Henry Rafael Delgado Calva</b>
Presentación y saludo con los alumnos y docente de clase.	2 minutos	
Dinámica la gallina ciega	5 minutos	
Aplicación de prueba inicial de conocimiento.	5 minutos	
Proyección del video sobre ejercicios de relajación	10 minutos	
Formación de grupos	15 minutos	
Aplicación de ejercicios de relajación	5 minutos	
Practica de ejercicios de estiramiento y respiración	4 minutos	
Yoga	7 minutos	
Refrigerio	20 minutos	

Cierre del taller	<b>5 minutos</b>	
Evaluación final para determinar el grado de efectividad del taller.	<b>3 minutos</b>	
Dinámica de despedida	<b>4 minutos</b>	

### **Resultados de aprendizaje (y)**

La prueba de resultados de ejercicios que cada uno de los niños deberá realizar también se les aplicará una prueba de lectura sobre un cuento.

### **Conclusiones**

- Enseñar estrategias de relajación en el niño es motivar y fortalecer sus aprendizajes ya que un niño relajado puede rendir mucho más en sus actividades escolares
- Desde nuestro contexto educativo es posible hacer innovación para el aprendizaje a través de diferentes estrategias de relajación y vivir la experiencia del cambio a través de la cooperación.

### **Recomendaciones.**

- Realizar ejercicios de relajación en el niño por lo menos 15 minutos al día después de realizar actividades de clase.
- Empezar siempre antes de clase con una dinámica de relajación para que los niños se sientan con ánimos para el inicio de clases.
- Utilizar de manera adecuada los recursos propuestos.

### **Bibliografía**

[http://www.cinteco.com/pacientes/material\\_recomendado/relajacion\\_ninos/](http://www.cinteco.com/pacientes/material_recomendado/relajacion_ninos/)

Zurita R, (2009) *el trabajo de la relajación en la etapa secundaria*

## **5. VALORACIÓN DE LA EFECTIVIDAD DE LAS ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO**

### **5.1. Evaluación de los talleres.**

La evaluación de los talleres se llevó acabo de acuerdo a actividades planteadas en cada uno de los talleres que fueron propuestos y desarrollados, dentro de Escuela de Educación Básica Dra. Matilde Hidalgo de Procel N° 1, del barrio San Pedro de la ciudad de Loja período 2013 – 2014.

#### **El pre test.**

**Según Gold Standard**, manifiesta que, un test diagnóstico es un proceso de aplicación que permite diferenciar dos o más condiciones.

**Según Pujals, pere Soler. Pág.189**), dan a conocer que el pre test es: “Un conjunto de procedimientos que permiten de antemano poner a prueba cada uno de los elementos a emplearse en el desarrollo de una actividad”

Además un pre test se caracteriza por ser una encuesta valorativa, que se aplica antes del desarrollo de una actividad para comprobar su efectividad.

Por lo manifestado de los autores en referencia a lo que es un pre test, se concluye que la utilización del pre test en el ámbito educativo, es muy importante porque permite al docente conocer las debilidades y fortalezas que existen y mediante ello poder modificar esquemas y planes establecidos.

#### **El post test.**

**Según (Pujals, Pere Soler. Pág.189)**, dan a conocer que el post test es: “Un conjunto de procedimientos que permiten comprobar y evaluar cada uno de los elementos utilizados y empleados en el desarrollo de una actividad”

Además el post test se caracteriza por ser una encuesta valorativa, que se aplica después del desarrollo de una actividad para comprobar su grado de efectividad positiva o negativa.

Para (Morales, 2013, p.45). El Post test, o segunda medida u observación, es la evaluación posterior al pre test.

Ante lo anunciado concluyo que el post test si es importante aplicarlo en el ámbito educativo, porque permite valorar y conocer el grado de efectividad después de su ejecución y así determinar la efectividad del taller.

### **Modelo estadístico entre el pre-test y el pos-test**

El modelo estadístico que permitirá relacionar los valores obtenidos y así determinar la eficiencia de los test es la r de Pearson. El coeficiente de correlación de Pearson es una prueba estadística para analizar la relación entre dos variables medidas en un nivel por intervalos o de razón. Se simboliza con **r**.

Las variables son dos. La prueba en sí no considera a una como independiente y a otra como dependiente, ya que no evalúa la causalidad. La noción de causa-efecto (independiente dependiente) es posible establecerla teóricamente, pero la prueba no asume dicha causalidad. El coeficiente de correlación de Pearson se calcula a partir de las puntuaciones obtenidas en una muestra en dos variables. Se relacionan las puntuaciones recolectadas de una variable con las puntuaciones obtenidas de la otra, con los mismos participantes o casos.

El nivel de medición de las variables es por intervalos o razón. La interpretación del coeficiente de correlación de Pearson (r) puede variar de  $-1.00$  a  $+1.00$ . Presenta las siguientes posibilidades:

- Cuando r adquiere valores menores a  $\pm 0,20$  tendremos correlación nula.
- Cuando r adquiere valores  $\pm 0,20 \leq r < \pm 0,40$  tendremos correlación baja.

- Cuando  $r$  adquiere valores  $\pm 0,40 \leq r < \pm 0,60$  tendremos correlación media.
- Cuando  $r$  adquiere valores  $r \geq \pm 0,60$  tendremos correlación alta.

El signo indica la dirección de la correlación (positiva o negativa); y el valor numérico, la magnitud de la correlación.

<b>VALOR DEL COEFICIENTE DE PEARSON</b>	<b>GRADO DE CORRELACIÓN ENTRE LAS VARIABLES</b>
$r=0$	Ninguna correlación
$r=1$	Correlación positiva perfecta
$0 < r < 1$	Correlación positiva
$r=-1$	Correlación negativa perfecta
$-1 < r < 0$	Correlación negativa



## **e. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **Materiales**

En la investigación de campo se utilizaron como métodos los siguientes.

- **MATERIALES DE OFICINA**

- ✓ Engrapadora.
- ✓ Perforadora.
- ✓ Esferos.
- ✓ Tijeras.
- ✓ Lápices.
- ✓ Marcadores.
- ✓ Registros.

- **MATERIALES DE FOTOGRAFÍA.**

- ✓ Cámara digital.

- **MATERIALES DE PRODUCCIÓN Y REPRODUCCIÓN.**

- ✓ Impresora
- ✓ Papel.

- **MATERIALES DIDÁCTICOS, REPUESTOS Y ACCESORIOS.**

- ✓ Computadora,
- ✓ Video proyector,
- ✓ Parlantes,
- ✓ Internet.

- ✓ CD
- ✓ Flash memory.

- **LIBROS.**

- ✓ En físico.
- ✓ Digital.
- ✓ Copias

### **Metodología utilizada**

Para el desarrollo de la investigación se utilizó la siguiente metodología, la cual se explica.

**DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.-** La investigación respondió al tipo de diseño transversal y cuasi-experimental por las siguientes razones:

- **Diseño cuasi-experimental:** la investigación se la ha realizado en la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1, del barrio San Pedro de la Ciudad de Loja con los niños y niñas del tercer grado paralelo “A”, que asisten regularmente a clases en el periodo académico 2013 – 2014,

Durante este tiempo, se desarrollaron talleres de clase como: (estrategias de concentración y relajación), para ayudar a potenciar y fortalecer la enseñanza y lograr aprendizajes significativos.

Dentro de este diseño no se consideraron grupos de control, por cuanto la aplicación de los talleres de clase fue íntegra y aplicada a todos.

- **Transversal:** Los modelos de Estrategias de Enseñanza – Aprendizaje aplicados en el taller en un determinado tiempo y espacio se dieron para analizar e interpretar la

incidencia que tienen las estrategias de concentración y relajación en la asimilación de conocimientos y lograr aprendizajes significativos.

### **Métodos utilizados**

En el desarrollo de la investigación se utilizaron los siguientes métodos:

- **Método comprensivo:** Este método se lo empleó para el conocimiento de la aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos, además con éste método, se verificó la finalidad, estructura, clasificación de las estrategias de concentración y relajación.

Con la ayuda de este método se pudo comprender la importancia que tiene la aplicación de las estrategias de concentración y relajación en el logro de aprendizajes significativos.

A más de ello este método se permitió potenciar, fortalecer y ampliar el conocimiento en el alumno para la excelente comprensión de los temas de lengua y literatura.

- **Método analítico:** Este método se lo aplicó como medio que ayudó a conocer los beneficios que presenta la utilización y aplicación de las Estrategias de Concentración y Relajación para lograr aprendizajes significativos

Por ende este método permitió codificar y analizar la información obtenida lo cual aportó para la debida selección de la información adecuada y pertinente, que sirvió para el desarrollo de la investigación.

- **Método deductivo.** Aplicando este método se pudo realizar el respectivo análisis de forma general a particular de cada uno de los principios, definiciones, importancia, funciones sobre las estrategias de concentración y relajación para lograr

aprendizaje significativo en los niños y niñas del Tercer Grado de Educación General Básica.

- **Método científico.** Ante la aplicación de este método se permitió hacer la recolección, organización y procedimiento de la información obtenida de diferentes fuentes bibliográficas, durante todo el proceso investigativo en relación a la utilización y aplicación de Estrategias de Concentración y Relajación para logra aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer grado de Educación General Básica del Área de Lengua y Literatura de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1 Periodo académico 2013 - 2014

- **Método bibliográfico.** Se lo utilizó eficazmente para la búsqueda y obtención de diferentes fuentes bibliográficas, para el desarrollo de la investigación sobre las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos.

- **Método diagnóstico participativo:** Con la ayuda de este método se procedió a detectar las deficiencias que existen en los niños y niñas del Tercer Grado paralelo “A”, de la Escuela de Educación General Básica Dra. Matilde Hidalgo de Procel N° 1.

- **Método modelos o proactivo.** El principio de este método se dio con la finalidad de poder articular y crear respectivamente cada una de las estrategias adecuadas que permitieron fortalecer y comprender de mejor forma las estrategias de concentración y relajación.

- **Método de taller:** Este es un método que ayudó para construir los dos talleres de clase relacionados con las Estrategias de Concentración y Relajación , con su respectiva fundamentación, explicación y aplicación, mismos que permitieron fortalecer y potenciar el conocimiento y destreza del alumno para realizar actividades académicas y así logra aprendizajes significativos.

- **Método de evaluación comprensiva:** Con el respectivo principio de este método se permitió evaluar los resultados que se obtuvieron después de la aplicación de los talleres, estableciéndose un espacio de diálogo, análisis y comprensión de los logros alcanzados en los alumnos luego de haber desarrollado exitosamente los talleres.

### **Explicación de la metodología.**

Se teoriza el objeto de estudio de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos, en el Área de Lengua y Literatura, en los niños y niñas de tercer grado de Educación General Básica paralelo “A”, a través del siguiente proceso.

- Elaboración del plan de contenidos teóricos del bloque N° 6 (Cuentos maravillosos).
- Fundamentación teórica de cada variable relacionado con las estrategias de concentración y relajación y los aprendizajes significativo.
- El uso de las fuentes de información se abordarán en forma histórica y utilizando las normas APA.

Para el diagnóstico de las dificultades de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos se ha realizado desarrolló de la siguiente manera:

- Planteamiento de criterios e indicadores.
- Definición de lo que se diagnostica el criterio con tales indicadores.

Para encontrar el paradigma apropiado de la alternativa como elemento de solución para fortalecer la comprensión de cuentos breves se procedió de la siguiente manera:

- Definición de estrategias de enseñanza aprendizaje, con su respectiva importancia, introducción, características.

- Concreción de un modelo teórico y de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos
- Análisis procedimental y secuencial de cómo deben aplicarse las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos.

Por consiguiente determinado el modelo en que deben aplicarse las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos, se procedió a su aplicación mediante talleres. Los talleres que se plantearon se basaron en base a las siguientes temáticas.

**Taller 1.** Estrategias de concentración

**Taller 2.** Estrategias de relajación.

Para valorar la efectividad de la aplicación de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos se procedió de la siguiente manera:

- Se tomó una encuesta a los alumnos de conocimientos y reconocimiento del Bloque N° 6 (cuentos maravillosos).
- Aplicación de las diferentes Estrategias de concentración y relajación.
- Aplicación de la encuesta anterior después del taller.
- Comparación de resultados con las pruebas aplicadas utilizando lo siguiente:
  - Puntajes de las encuestas antes del taller (x)
  - Puntajes de las encuestas después del taller (y)
  - La comparación se hará utilizando el coeficiente de correlación de Pearson (r), que representa los siguientes aspectos.
  - 
  - Cuando r adquiere valores menores a  $\pm 0,20$  tendremos correlación nula.
  - Cuando r adquiere valores  $\pm 0,20 \leq r < \pm 0,40$  tendremos correlación baja.
  - Cuando r adquiere valores  $\pm 0,40 \leq r < \pm 0,60$  tendremos correlación media.
  - Cuando r adquiere valores  $r \geq \pm 0,60$  tendremos correlación alta.

Para el cálculo de la r de Pearson se utilizó la siguiente fórmula:

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

### SIMBOLOGÍA

**N**= número de integrantes de la población

$\sum X$  = suma de puntuaciones de x

$\sum Y$  = suma de puntuaciones de y

$\sum X^2$  = suma de  $X^2$

$\sum Y^2$  = suma de  $Y^2$

$\sum XY$  = suma de productos de XY

## f. RESULTADOS

### Resultados del diagnostico

Los resultados que a continuación se describen son el resultado de la aplicación de la encuesta aplicada a los estudiantes del tercer grado paralelo “A” de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel.Nº1

### Encuesta para alumnos del tercer año paralelo “A” de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel Nº 1

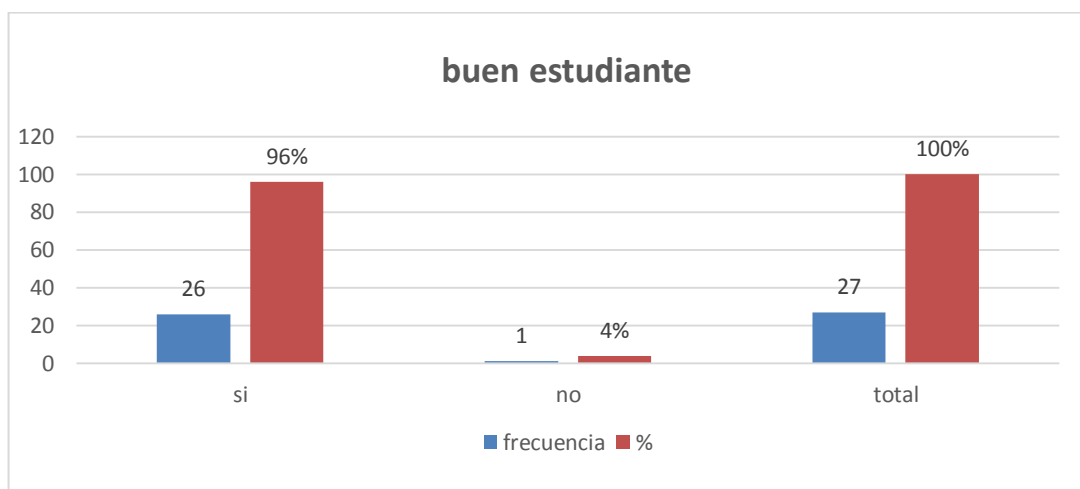
#### Pregunta 1

¿Te gustaría ser el mejor estudiante?

CUADRO 1

Alternativa	F	%
Si	26	96
No	1	4
Total	27	100%

GRÁFICA 1



Fuente: Alumnos del tercer año paralelo “A”  
Responsable Henry Rafael Delgado Calva



## **Análisis e Interpretación**

**Fraire 2012** Un buen estudiante no es aquel que se la pasa estudiando, que aunque para serlo debes estudiar pero también debes aplicar otras cosas, como aprender a trabajar en equipo o lo que es la organización del tiempo que es de suma importancia, también debes tener una visión del estudiante al que aspiras ser o al menos una meta de lo quieres lograr. (p.32)

Al aplicarse la encuesta a los alumnos del tercer grado paralelo “A” se logró determinar que 26 alumnos que corresponden al 96 % manifiestan que si les gustaría ser un buen y un alumno que corresponde al 4% indica que no le gustaría ser un buen estudiante

De acuerdo a lo resultados interpretados se puede indicar que, la mayoría de los encuestados les gustaría ser buenos estudiantes. Tal como lo señala Freire el niño debe aprender a trabajar en equipo y organizar su tiempo lo cual es de suma importancia ya que los niños con ese espíritu pueden ser personas de éxito y alcanzar sus metas planteadas a futuro.

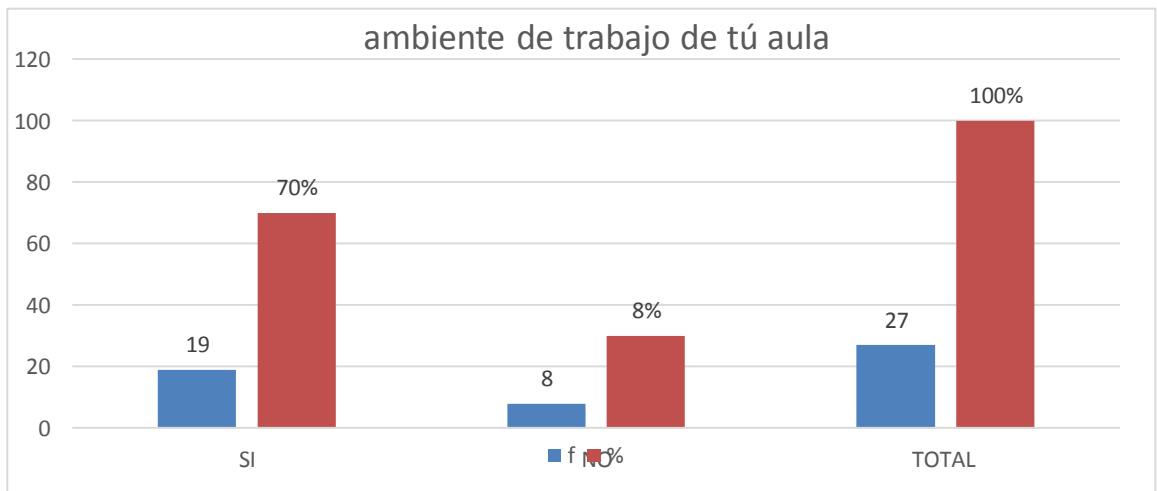
### **Pregunta 2**

**¿Te gusta el ambiente de trabajo de tu aula?**

**CUADRO 2**

<b>Alternativa</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Si</b>	<b>19</b>	<b>70</b>
<b>No</b>	<b>8</b>	<b>30</b>
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100</b>

**GRÁFICA 2**



**Fuente:** Alumnos del tercer año paralelo "A"  
**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### **Análisis e Interpretación**

Cano (1995) El ambiente de la clase ha de posibilitar el conocimiento de todas las personas del grupo y el acercamiento de unos hacia otros. Progresivamente ha de hacer factible la construcción de un grupo humano cohesionado con los objetivos, metas e ilusiones comunes. (p.57)

Después de haber aplicado las respectivas encuestas a los alumnos del tercer año de educación general básica de la escuela Matilde Hidalgo de Procel N 1 se consiguió determinar que 19 alumnos que corresponde al 70% de la población investigada mencionan que si les gusta la decoración de aula y 8 alumnos que corresponde al 30% manifiestan que no les gusta la decoración de su aula.

La mayoría de los estudiantes les gusta el ambiente de su aula, este es un factor muy importante para que se sientan cómodos tanto los niños como la docente y exista un estrecho vínculo entre sus pares, ya que una buena ambientación podrá arrojar resultados beneficiosos para potenciar la práctica docente y lograr los objetivos propuestos tal como lo señala Cano el ambiente de clase a de posibilitar el conocimiento de todas las personas del grupo.

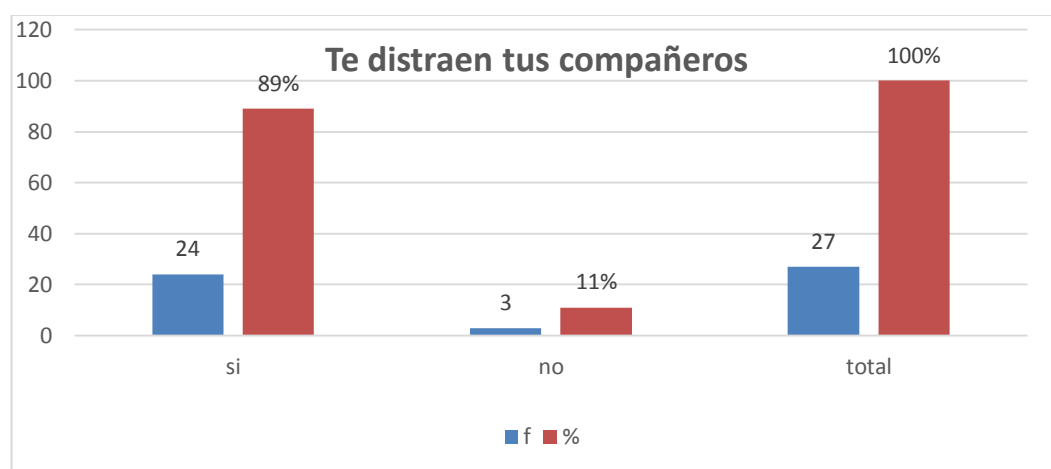
### Pregunta 3

¿Tus compañeros son inquietos, te distrae cuando estas en clase?

CUADRO 3

Alternativa	F	%
Si	24	89
No	3	11
Total	27	100%

GRÁFICA 3



Fuente: Alumnos del tercer año paralelo "A"

Responsable: Henry Rafael Delgado Calva

### Análisis e Interpretación

**Megan Kelly (2010)** Cuando un alumno interrumpe una clase puede arruinar la experiencia de aprendizaje a los demás alumnos en el aula. Dale a este alumno órdenes firmes para que tenga respeto por los otros. Si continúa interrumpiendo la clase o se vuelve físicamente agresivo con su docente o con sus compañeros, puede que tengas que sacarlo del aula. (p.44)

Una vez aplicado las encuestas a los estudiantes se puede manifestar que 24 alumnos correspondientes al 89% de los investigados supieron manifestar que sus compañeros son inquietos y los distraen durante el proceso de enseñanza aprendizaje, mientras que 3 estudiantes que representan el 11% indican que sus compañeros no son inquietos en el aula.

Es importante que la docente ponga en práctica estrategias las cuales le permitan manejar y controlar el grupo, ya que la mayoría de estudiantes concuerdan en sus opiniones. Esto repercute en los aprendizajes de los niños lo cual influye negativamente en su rendimiento escolar, por cuanto los niños se dedican a interrumpir a sus compañeros provocando conductas agresivas así como también interrumpen el aprendizaje de los demás.

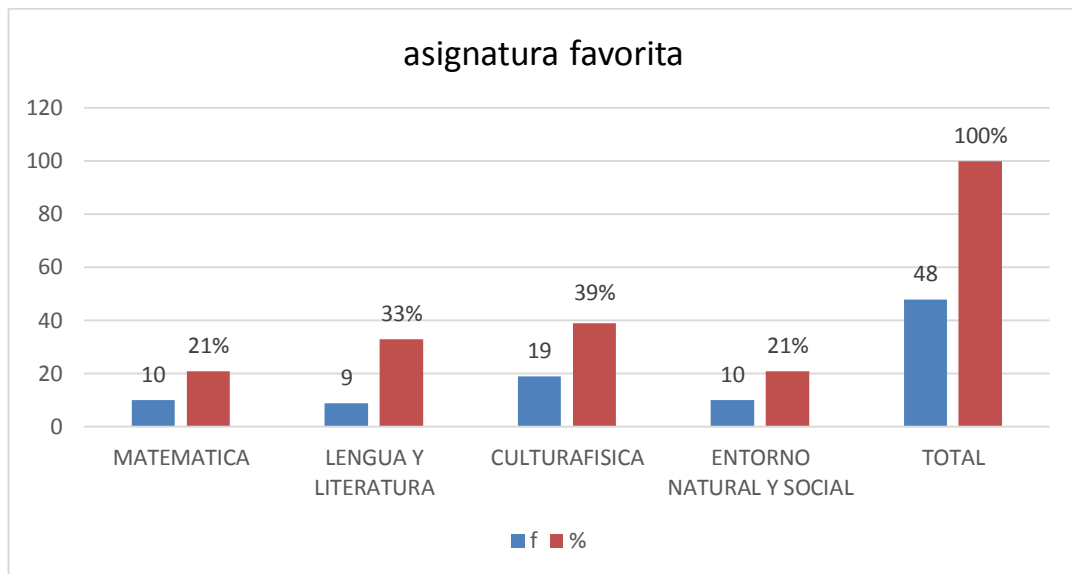
#### **Pregunta 4**

**¿Qué asignatura es tu favorita?**

**CUADRO 4**

<b>Alternativa</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Matemática</b>	<b>10</b>	<b>21</b>
<b>Lengua y literatura</b>	<b>9</b>	<b>19</b>
<b>Cultura física</b>	<b>19</b>	<b>39</b>
<b>Entorno natural y social</b>	<b>10</b>	<b>21</b>
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICA 4**



**Fuente:** alumnos del tercer año paralelo "A"  
**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### **Análisis e Interpretación**

Arasli y Tumer (2008) encontraron que "las prácticas de favoritismo generan altos niveles de concentración en la organización de ideas, generando la satisfacción laboral." (p.75)

Se evidencia que al 39% de los alumnos encuestados les gusta la asignatura de cultura física, al 33 % la de lengua y literatura, otro 21% manifiestan que les gusta la asignatura de matemática de igual manera un 21% da entender que les gusta la asignatura de entorno natural y social; dándonos un total de 100% de la población investigada.

Es importante que la docente aplique las debidas estrategias para que los niños tengan el gusto por la asignatura de lengua y literatura ya que es una de las menos atractivas por parte de los estudiantes, y una de las más importantes para el desarrollo lingüístico del niño, puesto que sin su contenido puede resultar un poco tedioso para su aprendizaje y tal como lo afirma Arasli y Tumer generan satisfacción en los niños cuando la asignatura es la que más gusta a los niños.

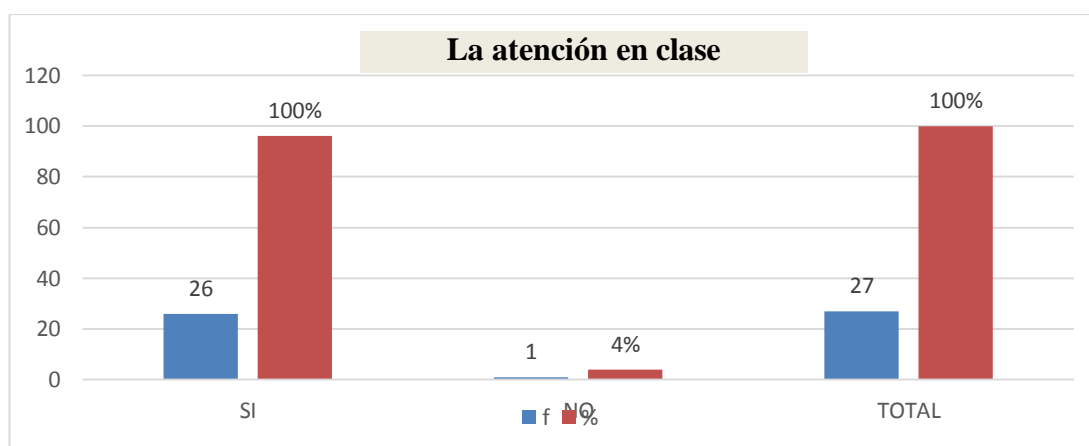
## Pregunta 5

¿Te gusta estar atento durante las clases?

CUADRO 5

Alternativa	F	%
SI	26	96
NO	1	4
TOTAL	27	100%

GRÁFICA 5



**Fuente:** Alumnos del tercer año paralelo "A"

**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

## Análisis e Interpretación

Luria (2010) la atención consiste en un proceso selectivo de la información necesaria, la consolidación de los programas de acción elegibles y el mantenimiento de un control permanente sobre el curso de los mismos. (p.34)

Se puede determinar que 26 estudiantes correspondientes al 96 % manifiestan que les gusta mantener la atención en las clases de lengua y literatura, mientras que un

alumno que representa el 4% indica que no le gusta poner atención en las clases de lengua y literatura.

Respecto a lo analizado podemos establecer que la docente debe ser la persona que seleccione los elementos que crea conveniente, para que los niños estén más atentos a sus clases tanto de lengua y literatura como a las demás asignaturas que se dan en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

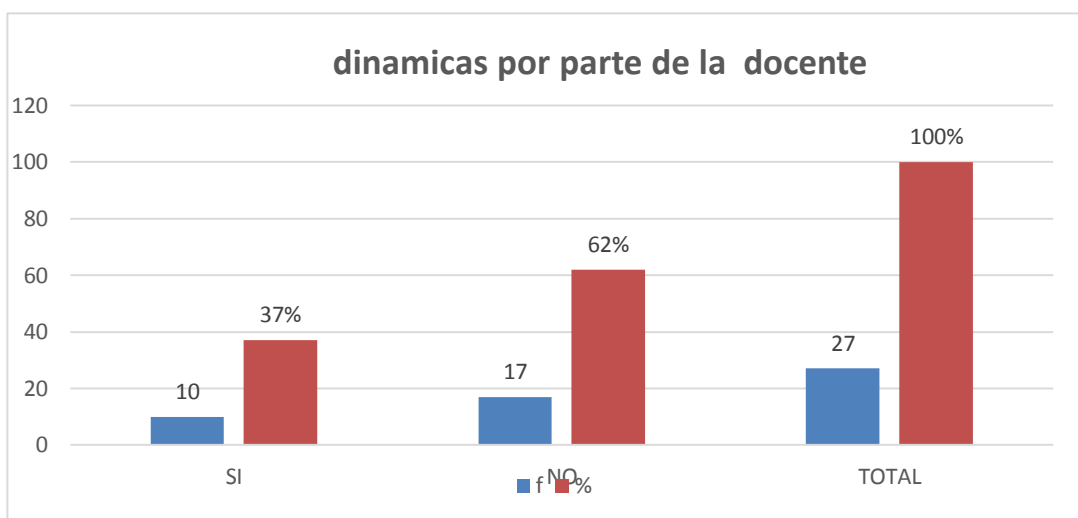
### Pregunta 6

**¿Tu profesor realiza dinámicas cuando estas agotado para relajarte y por concéntrate tus clases?**

**CUADRO 6**

Alternativa	F	%
SI	10	37
NO	17	62
TOTAL	27	100

**GRÁFICA 6**



**Fuente:** Alumnos del tercer año paralelo "A"

**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

## **Análisis e Interpretación**

"Dinámica de un grupo es una expresión que se utiliza para referirse a muchos aspectos distintos del funcionamiento de los grupos. Fundamentalmente se refiere a las fuerzas que interactúan dentro de los grupos éstos se organizan y actúan para alcanzar sus objetivos". (Kurt 2010 .p 13).

Luego de haber extraído la información de los niños, se puede determinar que 10 de ellos que corresponden al 37% dicen que su docente sí realiza dinámicas, otros 17 alumnos que representan el 62% indican que su docente no realiza dinámicas cuando se sienten agotados.

Se observa claramente que la mayoría de niños concuerdan en que su docente no realiza dinámicas cuando se sienten agotados, esto puede ser perjudicial en el rendimiento de sus actividades académicas ya que el niño se siente cansado y necesita relajarse para continuar con el proceso de enseñanza-aprendizaje siendo importante para alcanzar los objetivos planteados por la docente, tomando en cuenta que las dinámicas infieren en el rendimiento del grupo.

### **Pregunta 7**

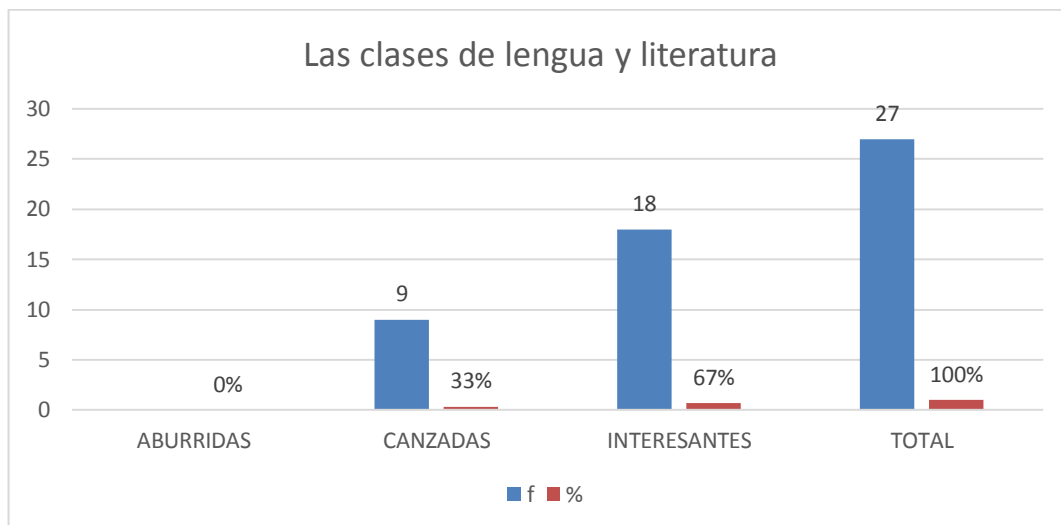
**¿Señala con una x como son para ti las clases de lengua y literatura?**

**CUADRO 7**

<b>Alternativa</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Aburridas</b>	<b>--</b>	<b>--</b>
<b>Cansadas</b>	<b>9</b>	<b>33</b>
<b>Interesantes</b>	<b>18</b>	<b>67</b>
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100%</b>



## GRÁFICA 7



**Fuente:** Alumnos del tercer año paralelo "A"

**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### Análisis e Interpretación

Cassany (2010) desde siempre, la enseñanza del lenguaje ha sido el tema más importante de la escolaridad del estudiantado del Ecuador. Esta situación no ha cambiado, lo que se modificó ha sido el enfoque que se le da a la enseñanza de la lengua por parte de los docentes. (p.41)

De acuerdo a las encuestas aplicadas a los estudiantes se puede establecer que 9 de ellos que corresponde al 33% de los investigados manifiestan que las clases de lengua y literatura son cansadas, mientras que 18 alumnos que representan el 67% dicen que las clases de lengua y literatura les parecen interesantes.

Con respecto al análisis de los resultados, se establece que: a la mayoría de los estudiantes las clases de lengua y literatura les parece interesantes, lo cual es muy importante que la docente siempre motive estas clases para que los estudiantes no pierdan el interés por la asignatura, mientras que una minoría de estudiantes les parecen cansadas las clases de lengua y literatura, esto puede ser perjudicial para su rendimiento escolar, ya que es necesaria, y que requiere de mucho esfuerzo para lograr los objetivos que se plantea la docente a lo largo del desarrollo de clase.

## Cuestionario dirigido a la docente

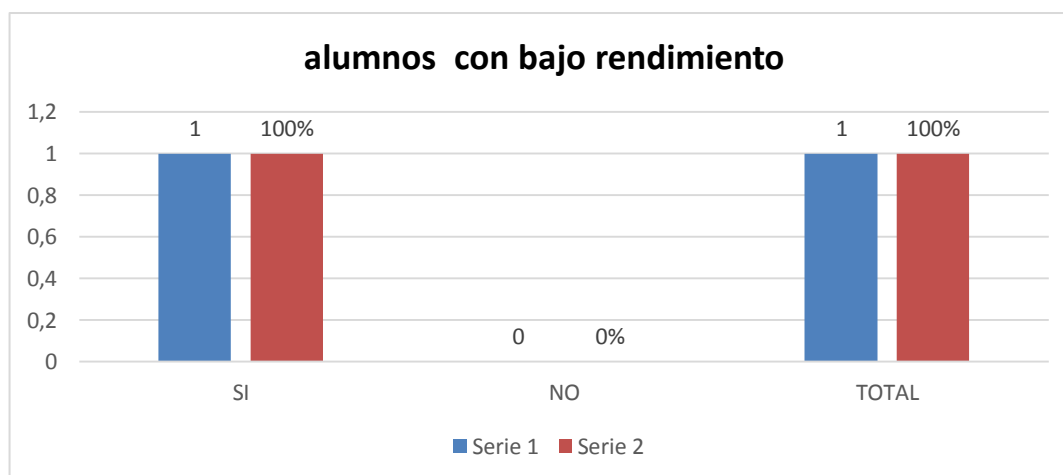
### Pregunta 1

¿Cuenta usted con niños de bajo rendimiento escolar?

CUADRO 1

Alternativa	F	%
Si	1	100
No	--	-
Total	1	100

GRÁFICA 1



**Fuente:** Docente del tercer año paralelo "A"

**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### Análisis e Interpretación

**Cortez** (s.f.) define que: "El nivel de conocimiento de un alumno puede ser medido en una prueba de evaluación. En el rendimiento académico, intervienen además del nivel intelectual, variables de personalidad (extroversión, introversión, ansiedad...) y motivacionales, cuya relación con el rendimiento académico no siempre es lineal, sino que está modulada por factores como nivel de escolaridad, sexo, actitud."

De acuerdo al cuestionario aplicado a la docente del tercer grado paralelo “A” de la escuela Matilde Hidalgo de Procel, se puede constatar que sí tiene alumnos de bajo rendimiento escolar lo cual constituye en el 100% de la población investigada.

Según la docente, afirma que cuenta con alumnos de bajo rendimiento escolar, lo cual representa una situación grave tanto para el alumno como también para la docente por lo tanto es necesario que la docente realice las actividades correspondientes para que los niños mejoren su situación de aprendizaje y rendimiento escolar, como lo señala Cortez el rendimiento escolar es medido en base a evaluaciones.

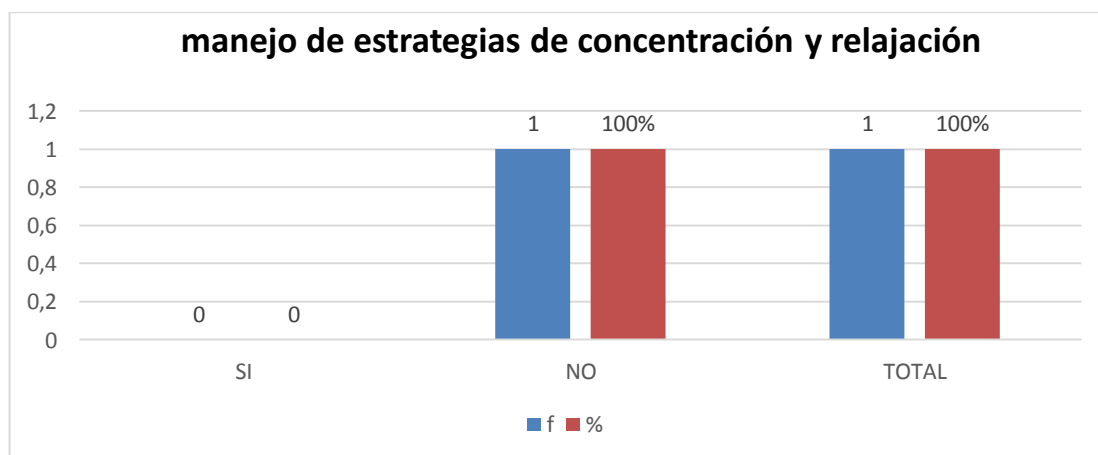
### Pregunta 2

**¿Pone en práctica con los alumnos estrategias de concentración y relajación que permitan al niño mejorar su rendimiento escolar, en caso que su respuesta sea si señale cuáles?**

**CUADRO 2**

Alternativa	F	%
Si	--	--
No	1	100
Total	1	100%

**GRÁFICA 2**



Fuente: Docente del tercer año paralelo “A”  
Responsable: Henry Rafael Delgado Calva

### **Análisis e Interpretación**

Ortiz (2008), da a conocer que las estrategias, “son métodos y formas en que los docentes utilizan para proyectar, mediar, dirigir y promover nuevos aprendizajes en los alumnos”. (p.31)

Se puede establecer de acuerdo al cuestionario aplicado a la docente, que corresponde al 100% de la población investigada. Por consiguiente manifiesta, que ella no realiza actividades de concentración y relajación que permitan mejorar su rendimiento escolar.

Se concluye que la docente desconoce sobre este tipo de actividades, lo cual implica un problema serio para la asimilación de conocimientos del alumno y trae repercusión en su rendimiento escolar y aprendizajes significativos, ya que se requiere que la docente realice las respectivas estrategias, para promover nuevos aprendizajes en los niños.

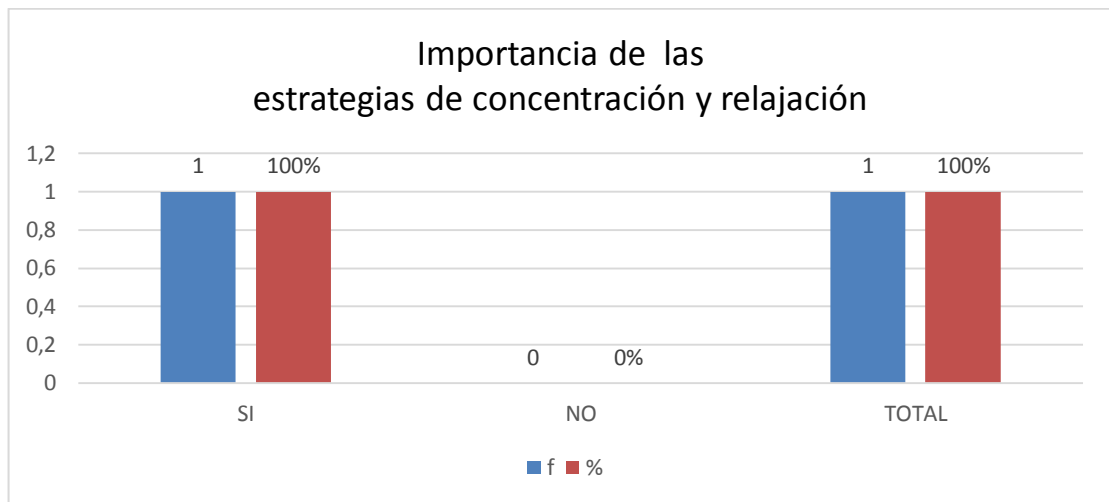
### **Pregunta 3**

**¿Considera importante el uso de estrategias de concentración y relajación para que los niños adquieran aprendizajes significativos?**

**CUADRO 3**

<b>Alternativa</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Si</b>	<b>1</b>	<b>100%</b>
<b>No</b>	<b>--</b>	<b>--</b>
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICA 3**



**Fuente:** Docente del tercer año paralelo “A”  
**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### **Análisis e Interpretación**

“Es importante que los niños lleguen a reconocer las diferencias fundamentales de los parámetros del sonido; altura, timbre, intensidad y duración, para ello se propone que las actividades de educación auditiva deban centrarse en el juego, objetos, y materiales sonoros”. (Calvo y Bernal 2011. p 24).

Con respecto al cuestionario aplicado debidamente a la docente que representa el 100% manifiesta que es muy importante la aplicación de estrategias de concentración y relajación por cuanto menciona que, el cambio de rutina es fundamental para lograr el mejoramiento de su nivel académico; y así como también se mantiene activo al alumno.

La docente manifiesta la importancia que tiene la aplicación de estrategias de concentración y relajación en los alumnos lo cual implica que los niños se mantengan activos en el desarrollo de la clase y asimilen de mejor manera los aprendizajes que se les imparte. Así como lo proponen los autores citados las actividades educativas deben centrarse en el juego objetos y materiales sonoros.

#### **Pregunta 4**

**¿Si usted aplicado alguna vez estrategias de concentración y relajación, que resultados a obtenido?**

#### **Análisis e Interpretación**

De acuerdo al cuestionario aplicado a la docente y dando contestación a la interrogante supo manifestar que al aplicar estrategias de concentración y relajación los resultados que obtiene son: mayor concentración en las actividades que se desarrollan dentro del aula.

Por consiguiente puedo indagar que las estrategias de concentración y relajación son muy importantes así como también útiles para lograr la mayor atención del niño y a la vez lograr aprendizajes significativos, y así mismo mejorar su rendimiento escolar logrando los aprendizajes deseados.

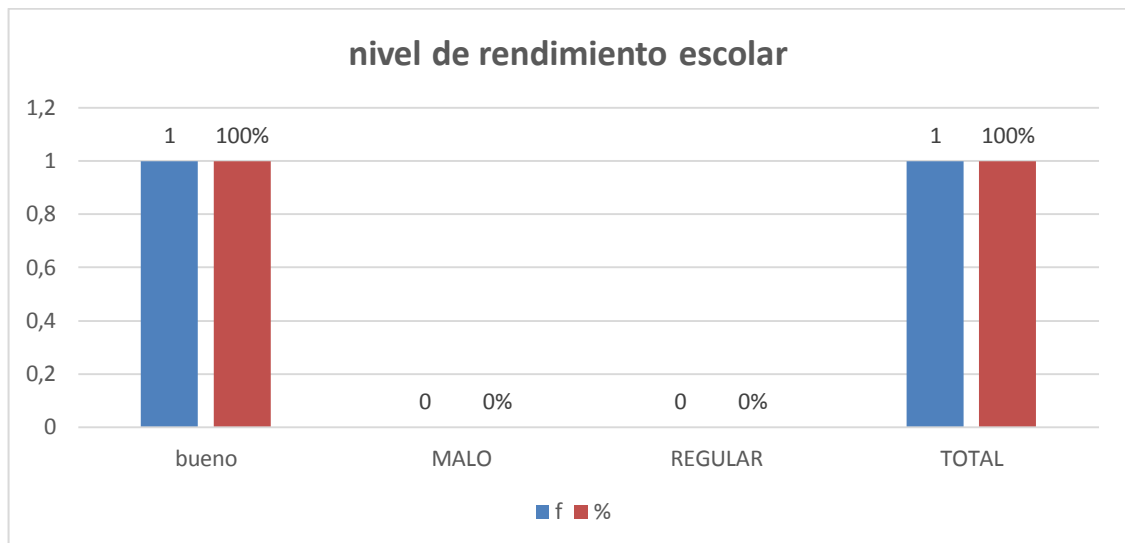
#### **Pregunta 5**

**¿Indique el nivel de rendimiento escolar en el que se encuentran sus alumnos actualmente?**

**CUADRO 5**

<b>Alternativa</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Bueno</b>	<b>1</b>	<b>100</b>
<b>Malo</b>	--	--
<b>Regular</b>	--	--
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICA 5**



**Fuente:** Docente del tercer año paralelo “A”  
**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

### **Análisis e Interpretación**

**Cortés** (s.f.) manifiesta que el rendimiento académico puede ser medido en una prueba de evaluación. En el rendimiento académico, intervienen además del nivel intelectual, variables de personalidad (extroversión, introversión, ansiedad...) y motivacionales, cuya relación con el rendimiento académico no siempre es lineal, sino que está modulada por factores como nivel de escolaridad, sexo, actitud.”

Se puede evidenciar de acuerdo al cuestionario aplicado a la docente que representa el 100% manifiesta que el rendimiento escolar de los niños no es ni malo ni regular si no bueno.

Por lo antes mencionado puedo manifestar que es muy impórtate que los niños sigan con ese nivel de rendimiento además que la docente no se despreocupe en la enseñanza de calidad para sus estudiantes lo cual permite que los niños se encuentren en un nivel bueno de rendimiento escolar en la cual la docente debe saber que el rendimiento escolar no siempre es lineal si no también modulada de acuerdo a las actitudes y aptitudes del niño.

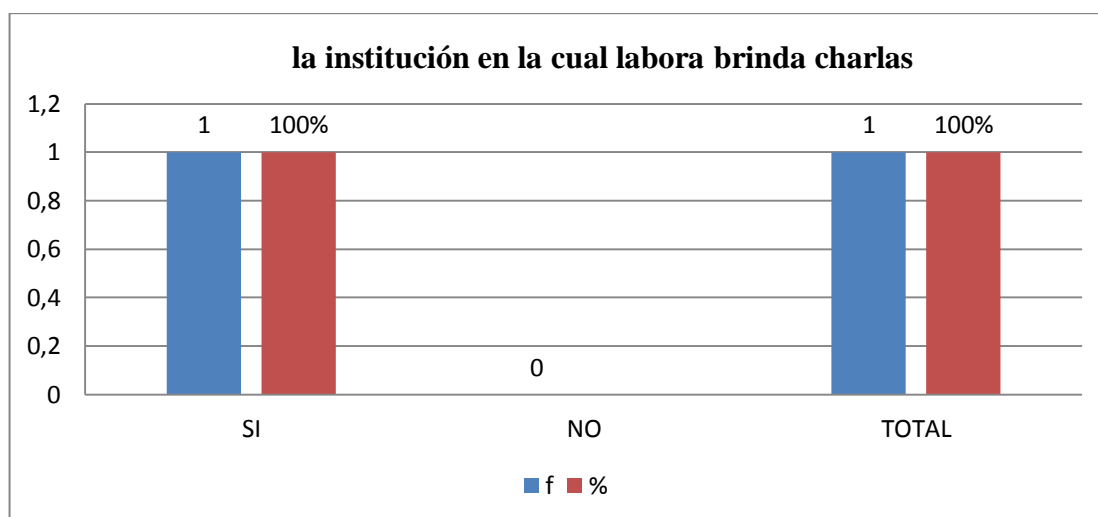
### Pregunta 6

¿Conoce si la institución en la cual labora brinda charlas sobre estrategias de concentración y relajación para mejorar el rendimiento académico de los niños?

CUADRO 6

alternativa	F	%
SI	--	--
NO	1	100
TOTAL	1	100

GRÁFICA 6



Fuente: Docente del tercer año paralelo "A"  
Responsable: Henry Rafael Delgado Calva

### Análisis e Interpretación

Corral (2003) La charla tiene varios sinónimos como conversación, o plática. Teniendo en común un diálogo entre dos o más personas. Se establece una comunicación a través del lenguaje hablado (teléfono, video llamadas o presencial) y escrito (chat).

En cuanto al siguiente cuestionario aplicado a la docente el mismo que corresponde al 100% de la población investigada da a conocer que la institución en la cual labora



no brinda charlas sobre estrategias de concentración y relajación para que los niños adquieran un mejor rendimiento escolar.

Por lo antes observado se puede determinar que es muy importa que la institución se preocupe más por la capacitación a sus docente con la finalidad de poder mejor el rendimiento escolar del niños y así puedan adquirir aprendizajes significativos valederos para su futuro como también estrechar vínculos entre docentes y alumnos mediante el lenguaje hablado utilizando los recurso que hoy en día están al alcance.

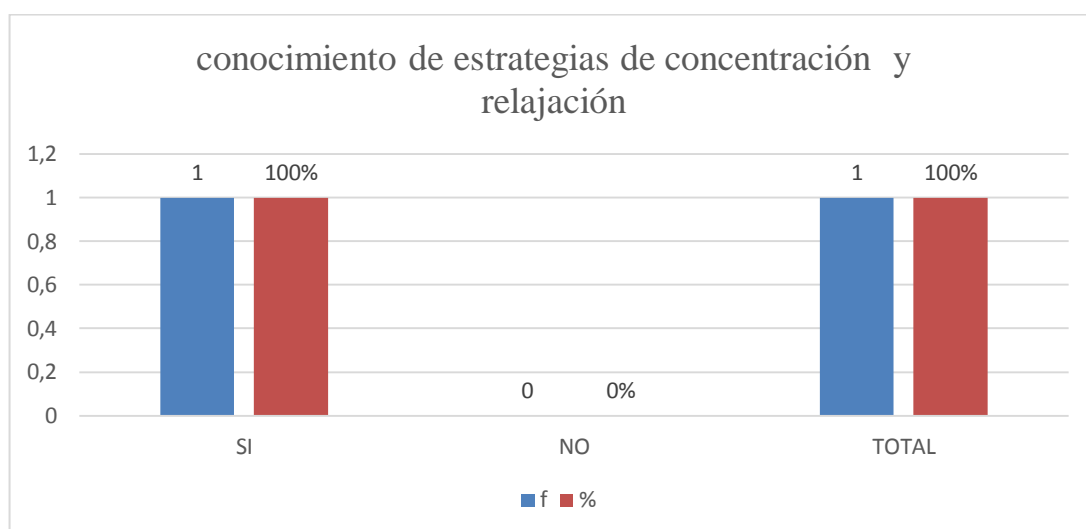
### Pregunta 7

**¿Usted como docente le gustaría conocer algunas estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos y así mejorar el rendimiento académico?**

**CUADRO 7**

alternativa	F	%
SI	1	100
NO	0	0
TOTAL	1	100%

**GRÁFICA 7**



**Fuente:** Docente del tercer año paralelo "A"

**Responsable:** Henry Rafael Delgado Calva

## **Análisis e Interpretación**

Entendemos por estrategias pedagógicas aquellas acciones que realiza el maestro con el propósito de facilitar la formación y el aprendizaje de las disciplinas en los estudiantes. Para que no se reduzcan a simples técnicas y recetas deben apoyarse en una rica formación teórica de los maestros, pues en la teoría habita la creatividad requerida para acompañar la complejidad del proceso de enseñanza - aprendizaje.

De acuerdo al cuestionario debidamente aplicado al docente del tercer grado de educación general básica de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1 que representa el 100% de la población investigada manifiesta que si le gustaría aprender estrategia de concentración y relajación las mismas que servirán para ser aplicadas los niños.

Por lo antes menciona por parte de la docente podemos manifestar que es muy importante que la docente se mantenga siempre preocupada por aprender nuevas estrategias las mismas que van a beneficiar tanto a la docente como a los estudiantes en la formación y construcción del conocimiento.

## **RESULTADOS EN RELACIÓN AL OBJETIVO DE APLICACIÓN**

Aplicar un modelo de estrategias de concentración y relajación a los niños del tercer grado de Educación General Básica de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1 Periodo académico 2013- 2014

### **TALLER 1**

**Tema:** Aplicación de estrategias de concentración

**Objetivo** Integrar actividades de concentración para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, utilizando un cuento en donde primero el facilitador

leerá un cuento y los estudiantes tendrán que inferir sobre lo que entendieron, además utilizaremos hojas que contienen actividades de concentración como estrategias para el logro de aprendizajes significativos.

ALUMNOS	X	Y	X.Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	x-X	D	D	x-X	D	D
AGUILAR VALENTIN	8	10	80	64	100	2,29	2,29	5,24	0,49	0,49	0,24
BERMUDEZ EDGAR	7	9	63	49	81	1,29	1,29	1,66	-0,51	-0,51	0,26
CABRERA SANTIAGO	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
CAMPOVERDE HILLARI	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
CANO MARIA	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
CHILUIZA MIGUEL	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
COSIOS NAYELI	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
CUENCA ROBIN	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
CUENCA JANDRY	7	9	63	49	81	1,29	1,29	1,66	-0,51	-0,51	0,26
CUMBICUS ANGELA	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
ESPINOZA ANGHELA	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
FAREZ DAYANA	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
IDROBO JULIO	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
JIMENEZ JOSÉ	8	9	72	64	81	2,29	2,29	5,24	-0,51	-0,51	0,26
MACAS PATIÑO NATHALI	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
OJEDA MARIA	7	10	70	49	100	1,29	1,29	1,66	0,49	0,49	0,24
PINTA LADY	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
PUGO MICHELLE	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
QUIZHPE NICOLE	8	10	80	64	100	2,29	2,29	5,24	0,49	0,49	0,24
RIVAS ESTIVEN	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
SACA JENNIFER	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
SALCEDO ANGEL	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
SAMANIEGO MELANY	5	9	45	25	81	-0,71	-0,71	0,50	-0,51	-0,51	0,26
SANCHEZ JUAN	7	9	63	49	81	1,29	1,29	1,66	-0,51	-0,51	0,26
TANDAZO ROBERT	7	10	70	49	100	1,29	1,29	1,66	0,49	0,49	0,24
VILLAVICENCIO BYRON	5	10	50	25	100	-0,71	-0,71	0,50	0,49	0,49	0,24
ZHIGUI TATIANA	7	10	70	49	100	1,29	1,29	1,66	0,49	0,49	0,24

TOTAL 27

$$\sum X = 156$$

$$\sum Y = 257$$

$$\sum X.Y = 1486$$

$$\sum X^2 = 1201$$

$$\sum Y^2 = 2364$$

$$\sum x - X = 1,92$$

$$1,92$$

$$\sum d = 34,68$$

$$\sum y - Y = 0,23h$$

$$0,23$$

$$\sum d = 6,74$$

$$\frac{\sum XY/N - (\sum \bar{X})(\sum \bar{Y})}{\sigma_X \cdot \sigma_Y}$$

$$r = \frac{1486/27 - (5,77)(9,51)}{1,15 \cdot 0,50}$$

$$r = \frac{55,03 - 54,84}{0,57}$$

$$r = \frac{0,55}{0,57}$$

$$r = 0,96$$

### **Decisión**

Al aplicar una pre test y una pos test a los estudiantes del tercer grado de la escuela Matilde Hidalgo de Procel N°1 la variación entre las dos pruebas realizadas con el respectivo coeficiente de correlación de Pearson dio como resultados una correlación alta.

### **TALLER 2**

**Tema:** aplicación de estrategias de relajación

### **Objetivo**

Desarrollar actividades de relajación para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, una vez que la docente haya realizado una hora de clase para que los niños se encuentren un poco agotados y resulte oportuna la aplicación del taller sobre estrategias de relajación. Se pondrá en marcha varios ejercicios de relajación como el balanceo, tensión y distensión, la sacudida en otras para que los niños puedan relajarse de una manera sana y divertida.

ALUMNOS	X	Y	X.Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	x-X	d	d <sup>2</sup>	y-Y	d	d <sup>2</sup>
Aguilar Christopher	8	10	80	64	100	1,7	1,7	2,89	-0,52	-0,52	0,27
Bermúdez Edgar	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	0,48	0,48	0,23
Cabrera Santiago	6	10	60	36	100	0,33	0,33	0,11	-0,52	-0,52	0,27
Campoverde Hillary	8	10	80	64	100	1,7	1,7	2,89	-0,52	-0,52	0,27
Cano María	7	10	70	49	100	0,7	0,7	0,49	-0,52	-0,52	0,27
Chiluiza Miguel	8	10	80	64	100	1,7	1,7	2,89	-0,52	-0,52	0,27
Cosios Nayeli	8	10	80	64	100	1,7	1,7	2,89	-0,52	-0,52	0,27
Cuenca Robín	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	-0,52	-0,52	0,27
Cuenca jandry	6	9	54	36	81	0,33	0,33	0,11	0,48	0,48	0,23
Cumbicus Ángela	5	9	45	25	81	1,33	1,33	1,76	0,48	0,48	0,23
Espinoza Ángela	5	9	45	25	81	1,33	1,33	1,76	0,48	0,48	0,23
Fares Dayana	5	10	50	25	100	1,33	1,33	1,76	0,48	0,48	0,23
Idrobo Julio	5	10	50	25	100	1,33	1,33	1,76	-0,52	-0,52	0,27
Jiménez José	5	10	50	25	100	1,33	1,33	1,76	-0,52	-0,52	0,27
Macas Nataly	6	9	63	36	81	0,33	0,33	0,11	0,48	0,48	0,23
Ojeda María	5	9	45	25	81	1,33	1,33	1,76	0,48	0,48	0,23
Pinta Lady	8	10	80	64	100	1,7	1,7	2,89	-0,52	-0,52	0,27
Pugo Michelle	6	9	54	36	81	0,33	0,33	0,11	0,48	0,48	0,23
Quihzpe Cuenca	6	10	60	36	100	0,33	0,33	0,11	-0,52	-0,52	0,27
Rivas Estiven	6	9	54	36	81	0,33	0,33	2,19	0,48	0,48	0,23
Saca Jennifer	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	0,48	0,48	0,23
Salcedo Ángel	5	10	50	25	100	1,33	1,33	1,76	-0,52	-0,52	0,27
Samaniego Melania	6	9	54	36	81	0,33	0,33	0,11	0,48	0,48	0,23
Sánchez Juan	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	0,48	0,48	0,23
Tandazo Robert	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	0,48	0,48	0,23
Villavicencio Darwin	7	9	63	49	81	0,7	0,7	0,49	0,48	0,48	0,23
Zhigui Tatiana	5	10	50	25	100	1,33	1,33	1,76	-0,52	-0,52	0,27

$\Sigma x = 171$      $\Sigma y = 256$      $\Sigma X.Y = 16,32$      $\Sigma X^2 = 1115$      $\Sigma Y^2 = 2434$      $\Sigma x-X = 2635$      $\Sigma d = 32,62$     **0,04**     $\Sigma d = 0,04$      $\Sigma d^2 = 6,73$

$$r = \frac{\sum XY/N - (\sum X)(\sum Y)}{\sim X \cdot \sim Y}$$

$$r = \frac{\frac{1632}{27} - (6,33)(9,47)}{0,75 \cdot 0,21}$$

$$r = \frac{60,44 - 59,94}{0,16}$$

$$r = \frac{0,16}{0,15}$$

$$r = 0,93$$

### **Decisión**

Al aplicar una pre test y una pos test a los estudiantes del tercer grado de la escuela Matilde Hidalgo de Procel N°1 la variación entre las dos pruebas realizadas con el respectivo coeficiente de correlación de Pearson dio como resultados una correlación alta

**g. DISCUSIÓN**

**EN RELACIÓN AL OBJETIVO DE DIAGNÓSTICO**

- **Objetivo específico 2.-** Diagnosticar las dificultades que se presentan al no utilizar las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos.

INFORMANTES	CRITERIO	INDICADORES EN SITUACIONES NEGATIVAS			INDICADORES EN SITUACIONES POSITIVAS		
		DEFICIENCIA	OBSOLENCIAS	NECESIDAD	TENERES	INNOVACIÓN	SATISFACTORES
<b>ESTUDIANTES</b>	¿Buen estudiante?						96% Desean ser unos buenos estudiantes
	¿Ambiente del aula?				70% Si les gusta el ambiente de trabajo		
	¿Te distraen tus compañeros?	89% señalan que si son distraídos por sus compañeros					
	¿Asignatura favorita?		39% Señala la asignatura de lengua u literatura				
	¿Atención en clase?						96% Les gusta poner atención en clase
	¿Dinámicas que realiza tu docente?	62% No realiza					
	¿Clases de lengua y literatura?				67% Interesante		



<b>DOCENTES</b>	¿Niños con bajo rendimiento escolar?	<b>X</b> Tiene niños con bajo rendimiento escolar					
	¿Pone en práctica estrategias de concentración y relajación?	No pone en práctica estrategias de concentración y relajación					<b>X</b> Se obtiene aprendizajes significativos
	¿Considera importante el uso de estrategias de concentración y relajación?					<b>X</b> Considera importante el uso de estrategias	
	¿Aplica estrategias y relajación?		<b>X</b> No aplica estrategias de concentración y relajación				
	¿Nivel de rendimiento escolar de sus alumnos?	Bajo nivel de rendimiento escolar					
	¿La institución brinda charlas sobre estrategias de concentración y relajación?	<b>X</b> No brindan charlas					
	¿Le gustaría conocer estrategias de concentración?			<b>X</b> Si le gustaría conocer			

## **Deficiencias**

De los estudiantes se obtuvo que:

- 89% los niños son distraídos por sus compañeros con facilidad esto significa que la docente no está poniendo en práctica estrategias que permitan al niño concentrarse en sus actividades y así mejorar el comportamiento
- El 62% dice que la docente no realiza dinámicas de relajación cuando están cansados y no permite estar a los niños 100% concentrados en las actividades escolares.

De la docente se obtuvo que:

- La docente menciona que tiene niños con bajo rendimiento escolar debido a que por su parte ella no aplica las estrategias adecuadas para mejorar el nivel de rendimiento escolar
- La docente no aplica estrategias de concentración y relajación cuando sus niños lo requieren, por lo tanto no va a tener un mejor rendimiento de sus alumnos y no se lograra los aprendizajes significativos.
- La docente da a conocer que la institución en la cual labora no realiza charlas sobre estrategias de concentración y relajación por tal motivo ella desconocen de este tipo de actividades para poder emplear con sus alumnos.

## **Obsolescencia**

De los estudiantes se obtuvo:

- Solo el 39% de los encuestados que significa nueve alumnos manifiestan que les gusta la asignatura de lengua y literatura, no le toman mucho interés a esta asignatura razón por la cual se debe poner en práctica las estrategias planteadas anteriormente.

De la docente se obtuvo:

- La docente no utiliza estrategias de concentración y relajación en el salón de clase siendo así que los niños no tengan un mejor rendimiento escolar.

### **Necesidades**

De la docente se obtuvo:

- La docente menciona que le gustaría conocer estrategias de concentración y relajación para poder aplicar con sus alumnos por lo que considera importante para el mejoramiento del aprendizaje de los niños.

### **Teneres**

De los estudiantes se obtuvo:

- el 76% de los estudiantes mencionan que les agrada el ambiente de trabajo del aula sin embargo a ciertos estudiantes esto no les agrada por tal razón es importante que la docente realice cambios para mejorar el ambiente de trabajo en los niños.
- El 67% considera que les gusta las clases de lengua literaria, pero sin embargo no es la asignatura favorita que a ellos les gusta estudiar.

### **Innovaciones**

De los estudiantes se obtuvo:

- La docente considera importante el uso de estrategias de concentración y relajación y esa comprometida en aprender y hacer uso de ellas cuando los niños las requieran.

## Satisfactores

De los estudiantes se obtuvo:

- El 96% de los estudiantes mencionan que les gustaría ser unos buenos estudiante la docente debe aplicar las diferentes estrategias para guiar los aprendizajes del niño y sin lugar a dudas puedan ser los mejores d la escuela.
- El 96% de los estudiantes les gusta poner atención en el salón de clase esto la docente debe aprovechar al máximo para mejorar su rendimiento académico y logara los aprendizajes deseados.

De la docente se obtuvo:

- Al utilizar las estrategias anteriormente mencionadas la docente menciona contribuyen a mejorar el rendimiento académico de los niños y eta de acuerdo en que se debe aplicar debidamente las estrategias de concentración y relajación en los niños.

Toda esta información se obtuvo mediante una encuesta que fue aplicada a la docente y estudiantes del tercer grado. Determinando que sí existen dificultades que afectan al mejoramiento. Del aprendizaje significativo y que se puede mejorar con el uso de estrategias de concentración y relajación.

- **Objetivo específico 4.-** Aplicar un modelo de estrategias de concentración y relajación a los niños y del tercer grado de educación general básica de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1

Las estrategias metodológicas utilizadas para el desarrollo del presente taller fueron favorables ya que permitieron trabajar minuciosamente con los estudiantes y hacer buen uso en su aplicación para desarrollar su razonamiento, pensamiento y autonomía para expresarse libremente sin temores de emitir y clasificar la información.

- **Objetivo específico 5.-** Valorar la efectividad de las estrategias de concentración y relajación aplicadas a los niños.

Las estrategias metodológicas aplicadas para el desarrollo del presente taller permitieron lograr en los estudiantes guiar su proceso de pensamiento y reflexión logrando un ambiente de armonía y empatía entre los integrantes que participaron, permitiendo lograr la creatividad, expresión de ideas y pensamientos de manera personalizada en los estudiantes.

### **Aplicación y valoración del modelo de estrategias**

<b>Talleres aplicados</b>	<b>Valoración con el coeficiente de correlación de Pearson (r)</b>
<p><b>Taller1. Aplicación de estrategias de concentración.</b></p> <p>En el desarrollo del presente taller se utilizó las siguientes estrategias metodológicas.</p> <p>Observar un cuento en audio y video</p> <p>Realizar preguntas en base al video</p> <p>Utilizar las estrategias de concentración</p>	<p><b>r (x, y)=</b> Correlación positiva alta del 0,96</p>
<p><b>Taller 2. Aplicación de estrategias de relajación</b></p> <p>En el desarrollo del presente taller se utilizó las siguientes estrategias metodológicas.</p> <p>Observar un video sobre los ejercicios de relajación</p> <p>Relizar ejercicios de relajación con los niños</p>	<p><b>r (x, y) =</b> Correlación positiva alta del 0,93</p>

Al aplicar un pre-test y pos-test antes y después de desarrollar los talleres alternativos, la variación entre los dos calculados con el coeficiente de correlación de Pearson, generó resultados con signo positivo, cercanos a cero (0) o uno (1) dependiendo del nivel de involucramiento de los estudiantes a los talleres.

La valoración de los talleres resultó efectiva, con una correlación positiva alta del 0,96 en el primer taller y 0,93 en el segundo taller.

Con la aplicación de los talleres se pudo disminuir las dificultades presentes en los niños sobre la falta de estrategias de concentración y relajación, las mismas que son muy importantes en para que el niño desarrolle su capacidad de análisis y síntesis de dominio sobre características, es decir, falta de diferenciación. Durante el desarrollo de los talleres se evidenció que los estudiantes tenían serias dificultades para comprender ciertos contenidos, además se observó que la gran mayoría del alumnado estaba deseando realizar este tipo de actividades, aumentando claramente su participación y motivación. Por lo tanto, es evidente que la utilización de estrategias de concentración es una gran herramienta de apoyo para el aprendizaje, ya que su aplicación permite observar los contenidos trabajados y adaptarlas a situaciones cotidianas.

## **h. CONCLUSIONES**

En función a los objetivos se plantean las siguientes conclusiones

- ❖ Con respecto a la fundamentación teórica sobre estrategias de concentración y relajación se concluye que existen variedad de estrategias, las cuales son divertidas, además de importante y necesarias para su aplicación, en el proceso de enseñanza- aprendizaje.
- ❖ De acuerdo al diagnóstico realizado respecto a las estrategias de concentración y relajación se evidencia una falta de conocimiento acerca de estas estrategias por parte de la docente, lo cual perjudica a los niños en el desarrollo de las actividades escolares y por ende en su rendimiento.
- ❖ Existen varias estrategias de concentración y relajación, entre ella las estrategias auditivas, visuales- gráficas y táctiles – cenestésicas, las cuales constan de ejercicios útiles para la su aplicación en el transcurso de la clase, así como también estrategias de relajación, como la relajación de Koppen, relajación progresiva de Jakobson, la ola de Priest y Scott, muy importantes para desarrollarlas tanto fuera como dentro del salón de clase.
- ❖ La aplicación de estrategias de concentración y relajación aplicadas a los estudiantes, permitieron a los niños mejorar sus condiciones de asimilación e interpretación como también de aprendizaje, lo cual resultan muy importantes para lograr los resultados deseados.
- ❖ La correlación entre la aplicación de las estrategias de concentración y relajación (X), para lograr aprendizajes significativos en el Área de Lengua y Literatura (Y), tiene una correlación mayor que cero, evidenciando que la utilización de estrategias resulto de gran utilidad en el manejo.

## **i. RECOMENDACIONES**

En función a las conclusiones se plantearon las siguientes recomendaciones:

- ❖ Es recomendable que, la docente del tercer grado conozca e investigue acerca de las estrategias de concentración y relajación, las mismas que le servirán en su quehacer docente y así pueda seleccionar las estrategias más adecuadas y acertadas para su desarrollo de clases.
- ❖ Aplicar las distintas estrategias de acuerdo al modelo planteado de las estrategias de concentración y relajación, con el fin de lograr aprendizajes significativos, los mismos que se puedan evidenciar en el transcurso de las actividades académicas.
- ❖ Se recomienda que la docente aplique estrategias de concentración, como las estrategias auditivas, visuales graficas táctiles – cenestésicas como también las de relajación ejercicios de respiración muy importantes que permiten al alumno mantenerlos activo en las distintas actividades que se realizan durante el horario académico.
- ❖ Es recomendable hacer conocer que la docente que siempre utilice estas estrategias al menos unos 15 minutos diarios con sus alumnos para mantenerlos siempre activos y no se sientan aburridos como señalan algunos en las encuestas aplicadas.
- ❖ Es importante que la docente evalúe los resultados obtenidos durante la aplicación de estrategias de concentración y relajación, para saber si fueron aplicadas de manera correcta y entender si su utilización logra aprendizajes significativos en los estudiantes con el fin de potenciar los conocimientos en el alumno.



## **j. BIBLIOGRAFÍA**

- Ahmed, M. (2010) *actividades de relajación educación infantil y primaria* recuperadode,[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_34/MARIEM%20DRIS%20AHMED\\_1.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_34/MARIEM%20DRIS%20AHMED_1.pdf)
- Alcala R, (2011) **los hábitos de estudio útiles ante el fracaso escolar** recuperadode[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_41/ROCIO\\_ALALA\\_CABRERA\\_01.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_41/ROCIO_ALALA_CABRERA_01.pdf)
- Alonso M, (2010) **variables del aprendizaje significativo para el desarrollo de las competencias básicas** edición Octaedro julio.
- Ausubel. **Teoría del aprendizaje significativo** Barcelona mayo edición Octaedro
- Ballester A, (2002) **Aprendizaje Significativo en la Práctica** edición, España, Manufactured. Mayo
- Carrizaco M, (2009) **como hacer aprendizaje significativo** grupo Santillana Quito: Centro Gráfico Ministerio de Educación.
- Chalco F. Illescas E. (2010) propuesta para lograr aprendizajes significativo en la asignatura de estudio sociales en el sexto y séptimo años de educación básica (tesis inédita de licenciatura) Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca.
- Freire N (2008) **apoyo pedagógico para niños con dificultades de atención y concentración para mejorar sus procesos de aprendizaje en el aula** recuperado de [http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402\\_1.pdf](http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402_1.pdf)

- Gomes A, (2013) **la relajación en los niños: principales métodos de aplicación**  
Murcia recuperado de  
[http://emasf.webcindario.com/La\\_relajacion\\_en\\_los\\_ni%C3%B1os.pdf](http://emasf.webcindario.com/La_relajacion_en_los_ni%C3%B1os.pdf)
- Junta de Andalucía. (2005/2006). *La lectura comprensiva*. Recuperado de:  
<https://www.yumpu.com/es/document/view/3033684/grupo-de-trabajo-064127gt103-la-lectura-comprensiva>
- Ministerio de poder popular de la república bolivariana de Venezuela (2010)  
Barrancas Octubre
- Paguè. E. & Rene. B. (2008) *como ser docente y no morir en el intento* Barcelona  
ediciones GRAÓ. IRIF, SL.,
- Rodríguez Luz (2008) *teoría del aprendizaje significativo* Barcelona noviembre  
ediciones octaedro
- Tenuto M, y otros, Escuela para docentes: *enciclopedia pedagógica practica*  
Barcelona grafos 2010
- Universidad Nacional de Loja (2012). *Currículo de la educación básica y su  
implementación en el primer año*. Loja-Ecuador.
- Zurita R, (2009) *el trabajo de la relajación en la etapa secundaria* recuperado  
revista digital innovación y revistas educativas 2009

**k. ANEXOS**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA  
ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

**TEMA**

ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA, PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014

Proyecto de tesis previo a la obtención del grado de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención: Educación Básica

**AUTOR** Henry Rafael Delgado Calva

**ASESORA** Dra. Esthela Marina Padilla Buele Mg. Sc.

**LOJA-ECUADOR**

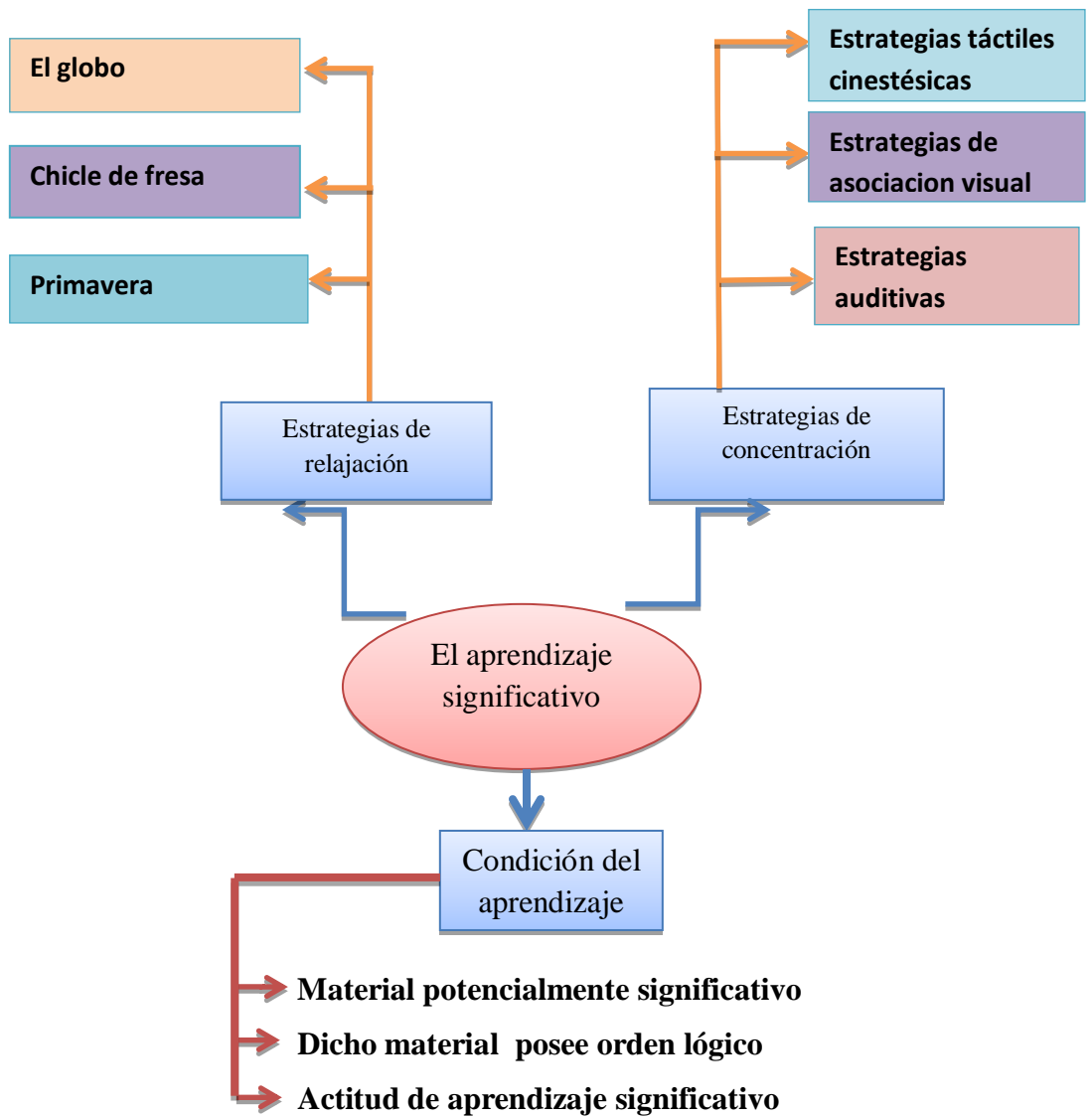
**2014**

**a. TEMA**

ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014.

## b. PROBLEMÁTICA

### Mapa mental de la realidad temática



## ➤ **DELIMITACIÓN DE LA REALIDAD TEMÁTICA**

### • **DELIMITACIÓN TEMPORAL**

La presente investigación se desarrollará en el periodo académico 2014

## ➤ **DELIMITACIÓN INSTITUCIONAL**

La investigación se la realizará, en la Escuela de Educación Básica Matilde Hidalgo de Procel N° 1, del Barrio San Pedro, de la Ciudad de Loja periodo 2013 – 2014. Esta institución se remonta en sus orígenes en el año de 1966, por disposiciones del ministerio de Educación se funda la escuela primaria de mujeres, donde se dio una educación fiscal, gratuita y laica, al servicio de todas las clases sociales y llevaba el nombre de “Cuarto Centenario” en conmemoración a los cuatrocientos años de emancipación política de la Ciudad de Loja y como no tenía local propio funcionaba en la casa del profesor Vicente Carrión, en las calles: Lauro Guerrero entre Rocafuerte y diez de agosto, luego por el aumento del número de niñas contrataron otro local ubicado en las calles, Ramón Pinto entre las calles Miguel Río frío y Rocafuerte.

En el año de 1974 el Señor Manuel Piedra propietario de una Urbanización, donó el terreno donde se construye la escuela con la colaboración de los padres de familia. Llevando el nombre de la Ilustre Matrona Lojana Dra. Matilde Hidalgo de Procel N° 1. Su nombre se debe a que es el primera que se creó en este floreciente sector, para diferenciarla de otra institución Educativa que lleva el mismo nombre y es Vespertina.

Años más tarde la escuela deja de ser una institución que presta servicios sólo a niñas y se convierte en una institución mixta.

Actualmente está ubicada en las calles Argentina entre Paraguay y Sevilla de Oro, La escuela consta de 15 grados distribuidos desde 1ero a 7mo Año de Educación Básica

en paralelos A y B, a excepción del primer año que consta de tres paralelos. La escuela tiene un total de 449, alumnos.

Su personal docente está conformado por 22 miembros, su principal autoridad es la: la Lic. Ruth Montero.

Esta institución cuenta con un laboratorio de computación, ciencias naturales y una sala de manualidades, pero no tiene un departamento de consejería estudiantil

- **BENEFICIARIOS**

Los estudiantes que se beneficiarán de esta investigación son 27 alumnos que cursan el tercer grado de Educación General Básica paralelo A.

- **SITUACIÓN DE LA REALIDAD TEMÁTICA**

Para determinar la situación de la realidad temática se aplicó una encuesta (anexo 1), dirigida a 27 estudiantes del tercer grado de Educación General Básica estableciéndose las siguientes dificultades y carencias.

Un 41 % de los estudiantes desconocen acerca de lo que es la concentración, esto puede traer repercusión a la hora de abordar temas importantes o complejos en el área de lengua y literatura ya que es una asignatura que requiere la concentración total del niño por su contenido muchas de las veces complejo.

De la misma forma un 52 % desconocen sobre lo que es la relajación, y es muy importante que el niño conozca que es la relajación y que ejercicios se deben aplicar en su debido momento, para que de esta forma el niño aprenda a relajarse antes durante o después de realizar sus actividades académicas como estudiantes, y así asimile de mejor manera el conocimiento que se le imparte, el niño debe estar completamente relajado y el docente es el que debe priorizar el uso de las estrategias de relajación.

Además los 78 % tiene una noción leve sobre lo que es el aprendizaje, siendo imprescindible profundizar sobre el aprendizaje para que los niños entiendan de mejor manera la importancia de saber aprender

Los estudiantes en un 74 % ignora lo que significa un aprendizaje significativo por tal razón es necesario que el alumno tenga claro en que consiste el aprendizaje y que beneficios brinda para su formación.

- **PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

De esta situación temática se deriva la siguiente pregunta de investigación.

¿De qué manera la aplicación de estrategias de concentración y relajación contribuyen a lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer grado paralelo A de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1?



### **c. JUSTIFICACIÓN**

La presente investigación consiste en la aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer grado paralelo A en el bloque curricular Los cuentos maravillosos de la escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1. de la ciudad de Loja

Por la importancia que tiene para los niños de esta edad escolar, la utilización de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del bloque 6 los cuentos maravillosos de los estudiantes del tercer grado de educación general básica de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1 de la ciudad de Loja.

Por tal imperativo que tiene la carrera educación básica del Área de la Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, de vincular la investigación de grado con las carencias, dificultades u obsolescencias que tienen los estudiantes en el área de lengua y literatura de la Educación General Básica.

Finalmente la investigación podrá ser de mucha importancia para el propio autor como también para la comunidad educativa, puesto que, servirá para poner en práctica los conocimientos y aprendizajes que se han adquirido en el transcurso de la presente investigación la misma que está encaminada al bien común de cada uno de los involucrados.

#### **d. OBJETIVOS**

##### **Objetivo general**

Determinar la aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos en los niños y niñas del tercer año de Educación Básica del Área de lengua y literatura, bloque curricular 6 de la Escuela “Matilde Hidalgo de Procel N°1”

##### **Objetivos específicos**

- Comprender la fundamentación teórica de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos.
- Diagnosticar la falta de aplicación de estrategias de concentración y relajación en los niños y niñas.
- Diseñar un modelo de estrategias de concentración y relajación para los niños y niñas del tercer grado de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1
- Aplicar un modelo de estrategias de concentración y relajación a los niños y del tercer grado de educación general básica de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N° 1
- Valorar la efectividad de las estrategias de concentración y relajación aplicadas a los niños.

## **e. MARCO TEÓRICO**

### **CONTENIDO**

#### **1. El aprendizaje significativo**

- 1.1. Reseña histórica
- 1.2. Teoría del aprendizaje significativo

#### **2. Diagnóstico del aprendizaje significativo**

- 2.1. Importancia del diagnóstico del aprendizaje significativo
- 2.2. Concepciones del aprendizaje significativo
- 2.3. Características
- 2.4. Tipos de aprendizaje significativo
  - 2.4.1. Aprendizaje de representación
  - 2.4.2. Aprendizajes de conceptos
  - 2.4.3. Aprendizaje de proposiciones
- 2.5. Elementos del aprendizaje significativo
  - 2.5.1. Docentes
  - 2.5.2. Alumnos
  - 2.5.3. Materiales
- 2.6. Condiciones que se debe reunir para un aprendizaje significativo
- 2.7. El aprendizaje significativo y el aprendizaje mecánico

#### **3. Estrategias de concentración y relajación**

- 3.1. ¿Qué es concentración?
- 3.2. Factores que favorecen la concentración
- 3.3. Factores que disminuyen la concentración
- 3.4. Importancia de la concentración
- 3.5. Tipos de concentración

**3.5.1. Concentración voluntaria**

**3.5.2. Concentración involuntaria**

**3.6. Estrategias para trabajar la concentración en el niño**

**3.7. Teorías psicológicas relacionadas a la relajación**

**3.7.1. Teorías cognitivas**

**3.7.2. Teorías conductuales**

**3.7.3. Teoría cognitivo- conductuales**

**3.8. Definiciones de relajación**

**3.9. Importancia de la relajación**

**3.10. Objetivos de la relajación**

**3.11. Tipos de relajación**

**3.12. Actividades de relajación para el niño**

**4. Aplicación de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos**

**4.1. Taller Educativo**

**4.1.1. Definiciones de taller**

**4.2. Taller 1**

Utilización de estrategias de concentración

**4.3. Taller 2**

Aplicación de estrategias de relajación

**5. Efectividad de las estrategias de concentración y relajación aplicada a los niños y niñas del tercer grado paralelo “A”.**

**5.1. Evaluación de los talleres.**

**5.1.1. Evaluación del Taller uno: aplicación de estrategias de concentración.**

**5.1.2. Evaluación del Taller dos: aplicación de estrategias de relajación.**

## **1. Aprendizaje significativo**

### **1.1. Reseña histórica**

Ausubel (1963, p.58), el aprendizaje significativo es el mecanismo humano, por excelencia, para adquirir y almacenar la inmensa cantidad de ideas e informaciones representadas en cualquier campo del conocimiento

David P. Ausubel es el creador de la Teoría del Aprendizaje Significativo, una teoría que ha tenido gran trascendencia en la enseñanza y en la educación. Es una teoría de aprendizaje que se centra la atención en el alumno. Aprendizaje significativo, su constructo esencial, constituye una pieza clave para comprender el constructivismo moderno. . Por eso, no se podría entender la psicología de la educación ni la psicología cognitiva sin hacer referencia a Ausubel. (Citado por Luz Rodríguez Palmero 2008)

Durante mucho tiempo se consideró que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, esto, porque domino una perspectiva conductista de la labor educativa; sin embargo, se puede afirmar con certeza que el aprendizaje humano va más allá de un simple cambio de conducta, conduce a un cambio en el significado de la experiencia.

Ausubel plantea que el aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa que se relaciona con la nueva información, debe entenderse por “estructura cognitiva”, al conjunto, de ideas que un individuo posee en un determinado campo del conocimiento, así como su organización.

Ausubel 1976 (citado por: Luz Rodríguez palmero 2004 p 9) manifiesta el origen de la teoría del aprendizaje significativo está en el interés que tiene Ausubel por conocer y explicar las condiciones y propiedades del aprendizaje, que se puede relacionar con formas efectivas y eficaces de

provocar de manera deliberada cambios cognitivos estables, susceptibles de dotar de significado individual y social.

Ausubel 1963 hizo su primer intento de una teoría cognitiva del aprendizaje verbal significativo publicando la monografía *the Psychology of Menanigful Verbal Learnig*: en el mismo año se celebró en Illions el congreso Phi, Delta, Kappa, en el que intervino con la ponencia “ Algunos aspectos psicológicos de la estructura del conocimiento”, exposición recopilada por **Elan 1973** con el título *la educación y la estructura del conocimiento investigaciones sobre el proceso de aprendizaje y la naturaleza de las disciplinas que integran el curriculum*

Más de 40 años de vigencia tiene, por lo tanto, esta teoría, lo que justifica su fuerza explicativa. Mucho tiempo, sin duda, en el que los profesionales de la educación nos hemos familiarizado sobre todo con la idea de significatividad del aprendizaje y hemos intentado lograr en nuestro alumnado, no siempre con el éxito deseado.

## **1.2. Teoría del aprendizaje significativo**

Podemos considerar la teoría que nos ocupa como una teoría psicológica del aprendizaje en el aula. Ausubel (1973, 1976, 2002) ha construido un marco teórico de referencia que pretende dar cuenta de los mecanismos por los que se lleva a cabo la adquisición y la retención de los grandes cuerpos de significado que se manejan en la escuela.

Es una teoría psicológica porque se ocupa de los procesos mismos que el individuo pone en juego para aprender. Pero desde esa perspectiva no trata temas relativos a la psicología misma ni desde un punto de vista general, ni desde la óptica del desarrollo, sino que pone el énfasis en lo que ocurre en el aula cuando los estudiantes aprenden; en la naturaleza de ese aprendizaje;

## **2. Diagnóstico del aprendizaje significativo**

### **2.1. Importancia de diagnosticar el aprendizaje significativo**

Guerra (1993) “El diagnóstico es una radiografía que facilitará el aprendizaje significativo y relevante, ya que parte del conocimiento de la situación previa y de las actitudes y expectativas de los alumnos”

Santos como podemos pervivir menciona que el diagnóstico es una radiografía, en conclusión

El aprendizaje significativo constituye una forma de aprendizaje consistente en activar experiencias y conocimientos previos con los que se relaciona e integra el nuevo conocimiento, en un proceso que implica atribución de significado o comprensión de conceptos. El aprendiz puede mostrar el resultado de este tipo de aprendizaje con las mismas palabras, con otras expresiones verbales, con acciones gráficas con operaciones de discriminación, solución de problemas.

### **2.2. Concepciones de aprendizajes significativos**

**Pozo** (1989) considera la Teoría de aprendizaje significativo como una teoría cognitiva de restructuración: para él, se trata de una teoría psicológica que se construye desde un enfoque organicista del individuo y que se centra en el aprendizaje generado en el contexto escolar.

Se considera al aprendizaje como un proceso natural extremadamente compleja caracterizada por la adquisición de un nuevo conocimiento habilidad o capacidad, debiéndose aclarar que para todo proceso pueda ser considerado realmente como aprendizaje, en lugar de una simple huella o retención pasajera de la misma, debe ser susceptible de manifestarse en un tiempo futuro y contribuir, además , a la soluciones concretas , e incluso en

una esencia a las que motivaron esencialmente el desarrollo del conocimiento habilidad o capacidad.

Ausubel, Novak y Hanesia especialistas en psicología educativa de la Universidad de Cornell, que tiene como precedente a **Vigotsky**, han diseñado la teoría del aprendizaje significativo, aprendizaje a largo plazo, o teoría constructivista, según la cual para aprender es necesario relacionar los nuevos aprendizajes a partir de las ideas previas del alumnado.

Desde esta perspectiva el aprendizaje es un proceso de contraste, de modificación de los esquemas de conocimiento, de equilibrio, de conflicto y de nuevo equilibrio otra vez. Según Ausubel, Novak y Hanesian “el mismo proceso de adquirir información produce una modificación tanto en la información adquirida como en el aspecto específico de la estructura cognoscitiva con la cual aquella está vinculada” (Ausubel, Novak & Hanesian, 1978)

El aprendizaje, para que se pueda denominar así, ha de ser significativo, es decir, que adquiera la propiedad de ser un aprendizaje a largo plazo.

Fermin M. GONZALES F.C. IBÁÑEZ, J. CASALI, J.J. LOPEZ y Joseph D. NOVAK nos demuestran como el aprendizaje basado en la repetición tienden a inhibir un nuevo aprendizaje, mientras, que el aprendizaje significativo relacionado. Por otra parte los materiales aprendidos significativamente pueden ser retenidos durante un periodo relativamente largo de tiempo, meses incluso años mientras que la retención del conocimiento después de un aprendizaje memorístico por repetición mecánica es de un intervalo corto de tiempo medio en horas o días (Gonzales et al., 2000 citado por Antoni Ballester Vallorí).

Aprendizaje significativo es el constructo central de la teoría del aprendizaje verbal significativo y de la teoría de asimilación verbal propuesta por Ausubel (1973, 1976, 2002)



El aprendizaje significativo es el proceso según el cual se relaciona un nuevo conocimiento o una nueva información con la estructura cognitiva de la persona que aprende de forma no arbitraria y sustantiva o no literal.

Podemos decir que aprendizaje es la construcción del conocimiento donde unas piezas encajan con otra en un todo coherente. Por tanto, para que se produzca un auténtico aprendizaje, es decir y que no sea fácil sometido al olvido, es necesario conectar la estrategia didáctica del profesorado con las ideas previas del alumnado y presentar la información de manera coherente y no arbitraria “construyendo”, de manera sólida, los conceptos, interconectados los unos con los otros en forma de red de conocimiento (Antoni Ballester Vellorí p16).

### 2.3. Características

**Ausubel** afirma que las características del aprendizaje significativo son: “Los nuevos conocimientos se incorporan en forma sustantiva en la estructura cognitiva del alumno. Esto se logra gracias a un esfuerzo deliberado del alumno por relacionar los nuevos conocimientos con sus conocimientos previos.”

Todo lo anterior es producto es una implicación afectiva del alumno, es decir, el alumno quiere aprender aquello porque lo considera valioso. (Citado por Prof. Sergio Dávila Espinosa modelo centrado en la enseñanza)

Quintero (2013) cita algunos aspectos relacionados al aprendizaje significativo

- Un espacio educativo significativo es un escenario de aprendizaje estructurado y generado de múltiples experiencias

- Los espacio significativos son ambientales de aprendizaje que favorece la adquisición de múltiples saberes
- De ninguna manera; espacio se refiere a un lugar físico se utiliza para describir la variedad de situaciones enriquecidas que los adultos pueden utilizar y aprovechar en la cotidianidad con los aprendices
- Cualquier tipo de actividad debe cumplir las siguientes características para que se constituya un espacio educativo significativo y los agentes educativos puedan utilizar estas características como pautas para analizar, evaluar, general y temporalmente las situaciones que utilizan.

## **2.4. Tipos de aprendizaje significativo**

**Ausubel, Novak, Hanesian** sostienen que hay tres tipos básicos de conocimientos que se adquieren mediante el aprendizaje significativo:

### **2.4.1. Aprendizaje de representaciones:**

Hace referencia que el aprendizaje más elemental del cual dependen los demás tipos de aprendizaje, consiste en la atribución de significados a determinados símbolos. El aprendizaje significativo ocurre cuando se igualan en significados símbolos arbitrarios con su diferente; (objeto, eventos, conceptos) y significan para el alumno cualquier significado al que sus referente.

### **2.4.2. Aprendizajes de conceptos.**

Los objetos se definen como objetos, eventos situación o propiedades de que posee atributos de criterios comunes y que se designan mediante algún símbolo o signo partiendo de ellos podemos afirmar que en cierta forma también

Es un aprendizaje de representación. Los conceptos son adquiridos a través de dos procesos, formación y asimilación.

### **2.4.3. Aprendizaje de proposiciones.**

Este tipo de aprendizaje va más allá de la simple asimilación de lo que representan las palabras, combinadas y aisladas, puesto que exige captar el significado de las ideas expresadas en forma de proposiciones puede tomar frases que contengan dos más conceptos en donde afirmen o nieguen algo. Un concepto es asimilado al integrarlo a su estructura cognitiva con los conocimientos previos esta asimilación se da en los siguientes pasos.

**Por diferencia progresiva;** que se da cuando el concepto nuevo subordinado a conceptos más inclusivos que el alumno ya conocía.

**Por reconciliación integradora;** cuando el concepto nuevo es de mayor grado de inclusión que los conceptos que el alumno ya conocía.

## **2.5. Elementos del aprendizaje significativo**

Mercedes CARRIAZCO en su obra "conocimientos previos y prerrequisitos para docentes", con respecto a los aprendizajes significativos da a conocer los siguientes elementos:

### **2.5.1. Los Docentes.**

El Maestro como mediador del aprendizaje es aquel que organiza de una manera intencional esta interacción y da significado a los estímulos que recibe el alumno. Cuando el docente selecciona los estímulos, escogerá las estrategias y estructura una información y clasificará los

temas o contenidos para llegar a un objetivo concreto, que le permitirá llegar a sus alumnos de manera directa y espontánea.

### **2.5.2. Los estudiantes.**

Los estudiantes deben tener una actitud significativa, una posición y una actitud interna para querer relacionar los aspectos esenciales de los nuevos conceptos, informaciones o situaciones problemáticas con su propia estructura cognoscitiva, este esfuerzo por parte del estudiante debe ir acompañado por otra condición la existencia de conceptos adecuados en su estructura cognitiva que le permitan conciliar y relacionar los nuevos conceptos con los interiores.

Cuando el alumno carece de conceptos adecuados que permitan un aprendizaje significativo la única posibilidad que le cabe recurrir al aprendizaje de tipo memorístico dado que no tendrá donde incluir significativamente el nuevo material a aprender. En este último caso la información será almacenada de forma arbitraria, el proceso de inclusión permite colocar la nueva información dentro del concepto incluso y lo modifica. De este modo el alumno contara con un nuevo concepto incluso que se diferencia cualitativamente del concepto con el que anteriormente contaba en primera instancia.

El alumno durante el proceso de desarrollo del pensamiento pasa por diversas etapas que condicionan la asimilación y comprensión del conocimientos, al planificar os procesos de enseñanza aprendizaje es necesario violentar este desarrollo; pero a la vez se debe orientar al alumno avanzar hacia nuevas zonas o etapas de desarrollo, posibilidad del desarrollo del niño están influidas por el grupo y por la creatividad que los adultos intervengan en el proceso de orientación de su aprendizaje.

### **2.5.3. Materiales.**

Tenuto (2012) con respecto a los materiales en el aprendizaje significativo, manifiesta, que son el conjunto de medios empleados por el docente durante la conducción del proceso de enseñanza aprendizaje.

Tiene como propósito no solo contribuir a un aprendizaje efectivo y por consiguiente el logro de los objetivos, previstos, sino que también motiva a los alumnos participar activamente y obtener experiencias enriquecedoras y significativas. Esto se produce siempre y cuando los recursos hayan sido elaborados, seleccionados y organizado adecuadamente.

Como elementos de cualquier evento educativo, el profesor, el aprendiz y los materiales educativos que plasman el currículum constituyen un eje básico en el que, partiendo de éstos últimos, las personas que lo definen intentan deliberadamente llegar a acuerdos sobre los significados atribuidos. El docente intencionalmente procura que el estudiante modifique sus concepciones y su experiencia, y éste intencionalmente intenta captar y aprehender el significado de los materiales que se le presentan, siempre que tenga una actitud significativa de aprendizaje. Así, profesor/materiales educativos/alumno establecen una relación trádica (Gowin, 1981; Moreira, 2000) caracterizada por compartir significados.

### **2.6. Condiciones que debe reunirse para un aprendizaje significativo**

Palmero (2011) manifiesta en su obra teoría del aprendizaje significativo (p 13)

**Material potencialmente significativo** para que el material sea potencialmente significativo se requiere:

**Que dicho material posea un orden lógico.** Se lo llama significativo lógico a la organización y naturaleza del material, objeto de aprendizaje, es decir, que aquello que se presenta al estudiante para ser aprendido debe aparecer en su mente organizado. Este material entonces debe tener explicaciones, ejemplos derivados casos especiales, generalizaciones etc. Para que sea comprendido por cualquier aprendiz. Si se va a trabajar en un determinado tema, se enumera y luego se desarrolla cada una con una explicación y darán ejemplos del mismo.

**Que el material tenga las ideas que el aprendiz ya posee para que pueda relacionarlas con las nuevas.** Es decir que el material sea diseñado de manera que los contenidos del mismo correspondan a la estructura cognoscitiva del alumno.

Esto significa que el estudiante debe contener ideas de afianzamiento relevantes, con las que el contenido del material que se va a presentar a los estudiantes pueda ser comprendido, potencialmente significativo.

**Segunda condición: actitud de aprendizaje significativo.** Esta condición es esencialmente indispensable para que se produzca el aprendizaje significativo es la actitud o disposición del aprendiz a relacionar nuevos conocimientos con su estructura cognoscitiva.

Para ello es menester que el estudiante presente, además una actitud significativa para aprender. Esto significa que debe esforzarse por establecer las relaciones pertinentes entre sus antiguos saberes y el nuevo material. A decir que el aprendiz debe tener una actividad significativa.

## **2.7. El aprendizaje significativo y el aprendizaje mecánico**

Ausubel, (1983) manifiesta un aprendizaje es significativo cuando los contenidos son relacionados de modo no arbitrario (no al pie de la letra) con lo que el alumno ya sabe. Por relación sustancial y no arbitraria se debe entender que las ideas se relacionan con algún aspecto existente específicamente relevante de la estructura cognoscitiva del alumno, como una imagen o un símbolo, ya significativo, un concepto o una proposición.

El aprendizaje significativo ocurre cuando una nueva información se conecta con un concepto relevante pre existente en la estructura cognitiva, esto implica que las nuevas ideas, conceptos y proposiciones pueden ser aprendidos significativamente.

**El aprendizaje mecánico.** Contrariamente al aprendizaje significativo, se produce cuando no existen técnicas adecuados, de tal forma que la nueva información es almacenada arbitrariamente, sin interactuar con conocimientos pre existentes, un ejemplo de ello sería el simple aprendizaje de fórmulas en física, esta nueva informaciones almacenada a la estructura cognitiva de manera literal y arbitraria puesto que consta de puras asociaciones arbitrarias “cuando el alumno carece de conocimientos previos relevantes necesarios para hacer que la tarea de aprendizaje sea potencialmente significativa. (Ausubel psicología educativa y labor docente. p.3).

## **3. Estrategias de concentración y relajación**

### **3.1. ¿Qué es concentración?**

“Concentración es el mantenimiento prolongado y el máximo grado de atención sobre un objeto en particular”. Por tanto para aumentar la capacidad de atención y conseguir la mayor concentración posible hay que

trabajar sobre cinco puntos principalmente. (Tierno 1994, Ballenato, 2005 p.45.)

Velarde (2011) Manifiesta la concentración, es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, o actividad que se está realizando o pensando en realizar en ese momento, dejando de lado toda la serie de hechos u otros objetos que puedan ser capaces de interferir en su consecución o su atención.(citado de perez & lopez 2013.p. 37)

Una definición útil de concentración debe contener dos partes así lo manifiestan Weiberberg y Goul. (1996) atención a las señales pertinentes del entorno: se refiere a centrarse en las señales ambientales pertinentes y hacer caso omiso al resto de estímulos, b) mantenimiento de ese foco atencional: quiere decir el mantenimiento de ese foco durante todo ese tiempo. (citado de Ballester 2010)

El ministerio de poder popular para la salud de la república bolivariana de Venezuela (2010)

Manifiesta, “la concentración es la capacidad de la mente para controlar dirigir y mantener la atención. Este papel es muy importante en el estudio, especialmente en los procesos de lectura, escritura razonamiento, etc.”(p.6).

### **3.2. Factores que favorecen la concentración**

(Según el ministerio de poder popular para la salud de la república bolivariana de Venezuela 2010 p4)

- Interés y voluntad a la hora de estudiar
- Descansar brevemente mientras se está estudiando para relajar la concentración mantenida
- Planificar las actividades de estudio



- Cambiar la metodología de estudio para mantener por más tiempo la concentración
- Analizar y sintetizar las clases.
- Realizar ejercicios diarios de concentración.

### 3.3. Factores que disminuyen la concentración

Ministerio de poder popular para la salud de la república bolivariana de Venezuela, 2010 p 5 menciona al respecto los siguientes

**Tensión** Cuando el ser humano, tiene la necesidad de concentrar su atención en alguna actividad específica, requiere de una tensión neuromuscular adecuada. Pero si esa tensión neuromuscular sobrepasa los límites normales a los cuales está acostumbrado, entonces la tensión neuromuscular se convierte en un factor que disminuirá notablemente su poder de concentración y capacidad de entender. Por ejemplo, cuando un estudiante no es ordenado en sus actividades, el organismo reacciona de diferentes maneras: los dedos se mantienen apretados, la frente contraída, las mandíbulas oprimidas, o los brazos rígidos. Esto denota que se está gastando más energía de lo necesario y muy pronto sentirá cansancio o fatiga muscular.

**Fatiga** Es el exceso de actividades en donde el organismo se ve afectado notoriamente por factores de tipo físico y psicológico. La tensión neuromuscular aumenta y la persona es incapaz de concentrarse a pesar de haber tenido algún descanso. Tanto la fatiga física como la psicológica se la pueden superar con un buen reposo y un ordenamiento adecuado de las actividades personales.

**Distracciones.** La presencia de objetos en el lugar de estudio disminuyen la capacidad de concentración, por ello es recomendable tenerlo libre de trofeos, fotos, cuadros llamativos, revistas, diarios, etc.

**Desorganización** No mantener ordenada el área de estudio o trabajo desmotiva a la vez que dificulta la concentración

**Problemas familiares** La tensión nerviosa, por diversas dificultades personales, estará desviando la atención a otros pensamientos, y como es lógico se verá aumentada la tensión y la motivación será negativa. (p. 9)

### **3.4. Importancia de la concentración**

La motivación o el impulso son las características principales del conocimiento, para ello debe mantenerse centrados y apartados de las distracciones. Tanta importancia se le da a la concentración que se la considera como la clave del éxito de esta época. Característica clave de un buen investigador lo que constituye la observación, que le permite no solo ver si no tener mejor percepción y concepción. Poder analizar y realizar una síntesis de aquello que ha observado de forma paciente y constante. Tomado de: tesis de (Pérez & López 2010. p. 35.)

### **3.5. Tipos de concentración**

#### **3.5.1. Concentración voluntaria.**

Es la actividad consiente de la persona hacia una meta concreta. Cuando el ser humano hace uso de la concentración voluntaria, es debido a que los estímulos percibidos por su cerebro ya eran conocidos; están relacionadas con las experiencias pasadas de una persona. Por ejemplo cuando un estudiante se presta a estudiar un nuevo capítulo se concentra primeramente en los conocimientos adquiridos en los capítulos o cursos anteriores, para luego proseguir con el nuevo para él (Ministerio de poder popular para la salud Venezuela 2010 p 3)

### 3.5.2. Concentración involuntaria

Es aquella que se caracteriza por la presencia de objetos que actúan sobre nuestros sentidos por primera vez, es decir, son muy novedosos para nosotros. La concentración involuntaria por lo general, estará determinada por el estado de ánimo de la persona. En algún momento de la vida, un mismo objeto puede ser causa de concentración sobre el objeto, depende de los intereses, necesidades y aptitudes de la persona. Por ejemplo la persona que tiene un interés especial por la pintura, se concentrará más rápidamente en los detalles de una obra artística, que a otra pintura, la pintura no le interesa él (Ministerio de poder popular para l salud Venezuela 2010 p 3)

### 3.6. Estrategias para trabajar la concentración

Chalco F. Illescas E. (2010)

Las estrategias de concentración que se plantean en esta clasificación son de tres clases de acuerdo a los tres canales senso-perceptuales que intervienen en el aprendizaje; auditivas, visuales - gráficas y táctiles-cenestésicas. Cada estrategia menciona uno o varios ejemplos de actividades de aplicación, con sus respectivas ilustraciones.

#### • Estrategias de concentración auditivas:

✓ Proporcionar un espacio de trabajo donde los estímulos sonoros externos estén aislados no puedan interferir el desarrollo de las mismas.

✓ Identificar sonidos: de la naturaleza, instrumentos musicales, del medio, de animales, voces humanas, etc. Puede ser usando grabaciones o recursos directos.

✓ Realizar frecuentemente la música como un recurso didáctico, las canciones deben ser de contenido armónico de acuerdo a la edad del niño ejemplo:

✓ Escuchar atentamente la lectura breve de un cuento que realiza otra persona (profesor/a, padres...) siguiendo instrucciones previas que consisten en identificar cada vez que aparece una determinada palabra y señalarla. Al finalizar la lectura se hace un recuento de las marcas hechas y se comparan los aciertos con la lectura del texto.

- **Estrategias de concentración visuales graficas**

✓ Procurar que el espacio de trabajo no tenga sobrecarga de adornos y estímulos visuales que fomentaran la dispersión

✓ Encontrar objetos, figuras, personajes escondidos en paisajes y dibujos. En progresion de complejidad tenemos los siguientes ejemplos.

### **Descubre objetos**

**Encuentre estos objetos : corbata trebol, pipa, linterna, silbato, yoyo y banana**



Encuentre un pez rojo con machas azules y aletas verde



Pinta los espacios que tiene puntos y descubre el dibujo escondido



• Ordenar en secuencia las escenas de una historia, según los gráficos. Pueden ser anotando numerales o recortando y colocando en orden

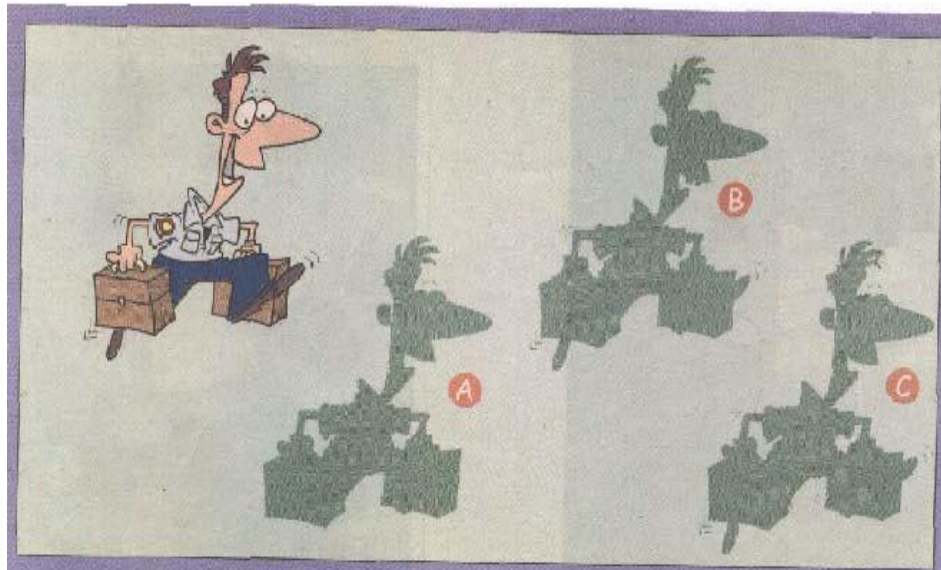
*Ordena las láminas y anota el número que corresponda*



➤ **Ejercicios de asociación visual**

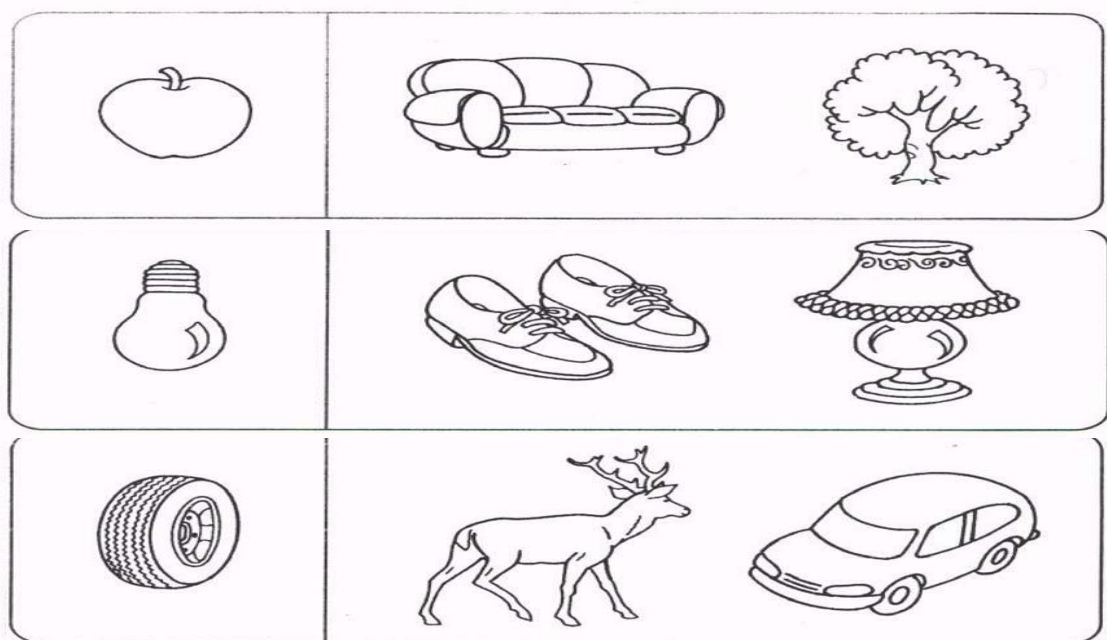
- Asociación de imágenes y su sombra

*Descubre la sombra verdadera*



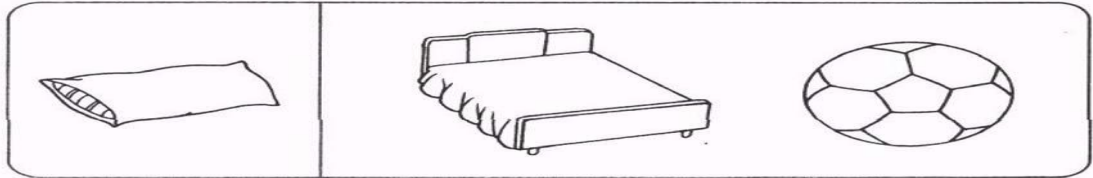
**Relacionar objetos**

*Colorea la figura de la izquierda y el objeto que pertenece*



**Identificar y comparar gráficos u objetos concretos**

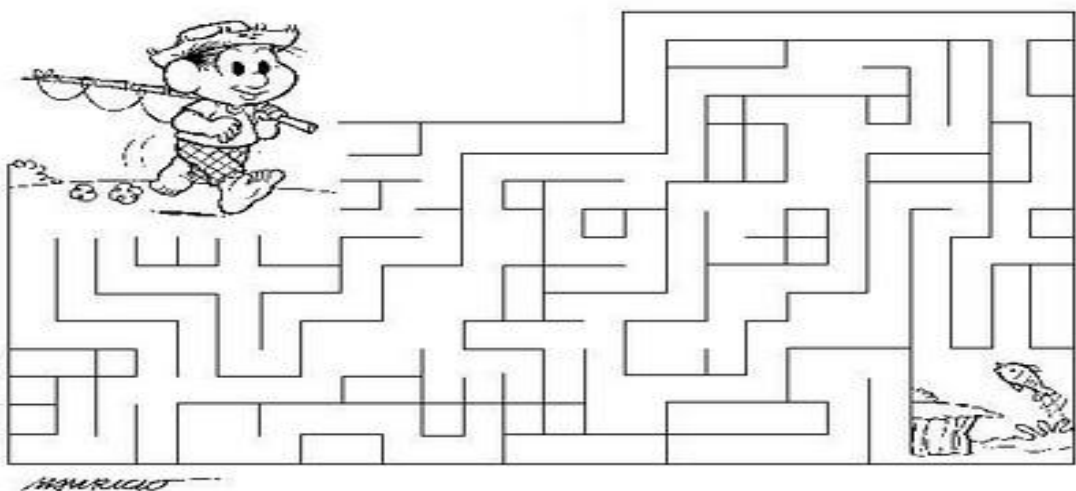
*Identificar siete cosas que se repiten en el dibujo*



✓ **Ejercicios de seguimiento visual o laberinto**

- Consiste en líneas entre lazadas que conducen de un punto a otro permiten el desarrollo de la grafomotricidad y a la vez que trabaja la orientación espacial y la capacidad de mantenerse concentrado en la tarea y la lógica

*Ayuda al pescador a llegar hacia el pez*



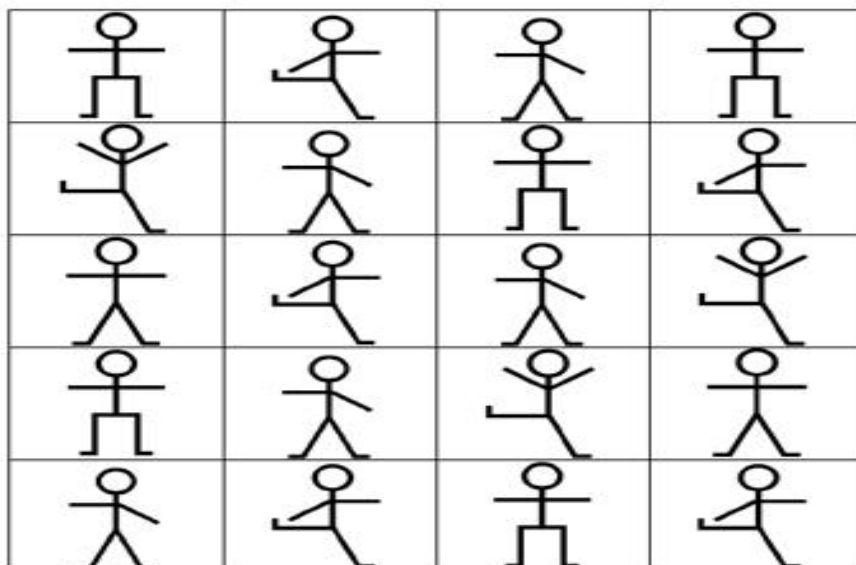
*Recorre con el laberinto y llega hasta el centro*



✓ **Ejercicios de agudeza visual**

- Son actividades que potencian la concentración a través de la lógica y la asociación visual de objetos.

**Encuentra la figura que corresponde a la muestra**

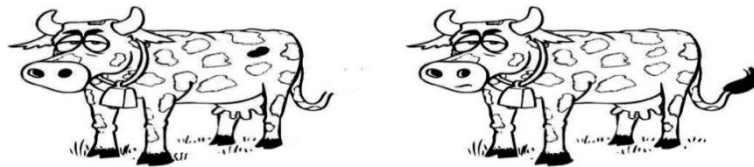




- **Ejercicios por diferencia**

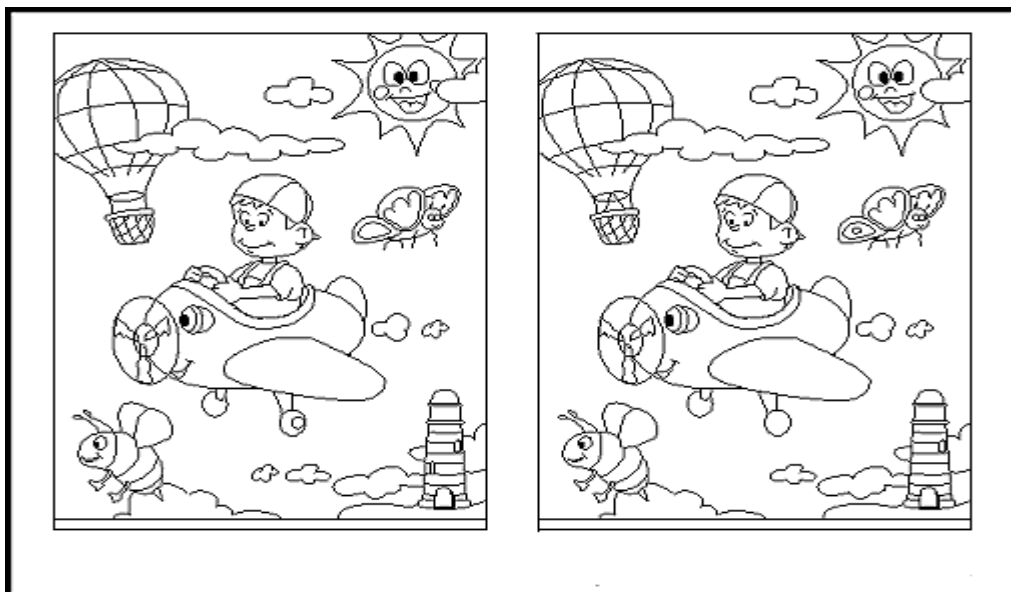
- ✓ Permite al niño que realice una observación analítica lo que favorece su concentración y relajación

***Encuentra las seis diferencias***



ENCUENTRA LAS SEIS DIFERENCIAS

***Encuentra las diferencias que existan***

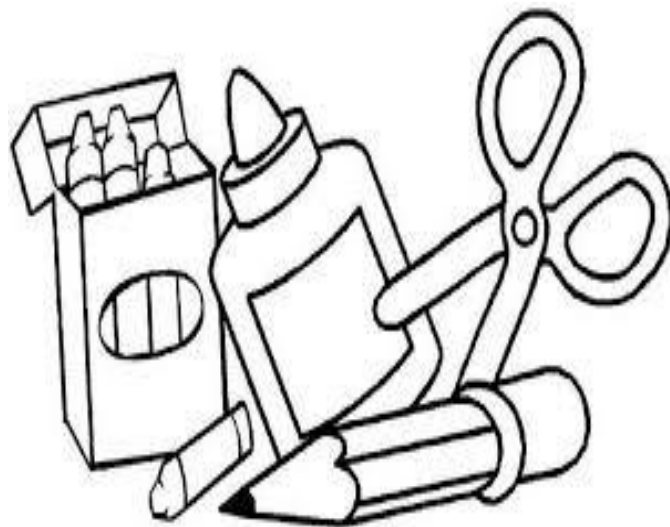


**ESTRATEGIAS TACTILES-CINESTÉSICAS**

Cabe mencionar que los niños (as) a la edad de los 5 a 8 años emplean mayormente los canales visual y auditivo para reconocer su entorno, disminuyendo su impulso espontáneo de examinar los objetos a través de la

manipulación. Sin embargo, este hecho no implica la anulación de esta modalidad sensorial (como lo afirma M. Condemarín, p. 238); por el contrario, como ya se ha detallado en el capítulo II, es muy útil e importante involucrar en la aplicación de las estrategias propuestas, así como en el desarrollo de las actividades en general, la percepción táctil y las experiencias cinestésicas pues éstas favorecen la activación de los otros canales de atención y aprendizaje. En cuanto a las estrategias táctiles-cinestésicas tenemos:

- Realizar actividades con todo el cuerpo y también con partes segmentadas.
- Reconocer objetos y personas por el tacto. Usar hasta cinco objetos.



### **La gallina ciega**

Reconoce objetos con el tacto





- Tocar un objeto con una parte del cuerpo y a la orden de la maestra el niño(a) toca el suelo, la pared, o algún objeto que diga la maestra.
- Juego de observar e imitar acciones
- Realizar varios movimientos según marca el ritmos por ejemplo, correr rápido lento al zona una pandereta. Se puede cambiar de movimientos como saltar salpicar



### **3.7. Teorías psicológicas relacionadas a la relajación**

#### **3.7.1. Teorías cognitivas.**

Nuestros pensamientos define nuestro universo escribe Ferruci en *What We May Be (Lo que podemos ser)* (1982). Nuestra manera de ver lo que nos sucede determina cómo nos sentimos en relación a ello. Esta idea resume el enfoque cognitivo que considera las sensaciones como una función del pensamiento. Las interpretaciones, las percepciones, las suposiciones y las conclusiones producirán sensaciones particulares, que a su vez gobiernan nuestra conducta. Nuestra experiencia del estrés y de la ansiedad está relacionada con el modo en que interpretamos los acontecimientos de nuestras vidas: podemos, por ejemplo, valorar situaciones de determinadas formas que las hacen aparecer como innecesariamente amenazadoras. **Ellis** (1962, 1976), menciona,

Una psicoterapeuta, atribuye mucha ansiedad a las respuestas irracionales hechas por los individuos. Ejemplo. Si la persona X no me invita, quiere decir que no le gusto y si no le gusto quiere decir que soy detestable

#### **3.7.2. Teorías Conductuales**

Por contra, las teorías de las conductas se ocupan de acciones observables. Descartando lo que ocurre en la mente, considera la conducta como condicionada por los acontecimientos del ambiente. Cree que tales acontecimientos llevan al individuo a actuar de formas predecibles. En el caso del condicionamiento clásico, la conducta está gobernada por asociaciones, por ejemplo, el perro de Pavlov aprendió a salivar al sonar una campana puesto que dicha campana estaba asociada con el olor de la comida En el caso del condicionamiento

operante, la conducta es conformada por un sistema de premios y castigos. Por ejemplo, una rata presiona una palanca al aprender que esta acción aporta comida, pero evita presionar una palanca que provoca descargas eléctricas (Skinner, 1938).

### **3.7.3. Teorías cognitivo-conductuales**

Meichenbaum & Cameron (1974) Fueron proponentes avanzados de la integración de las técnicas cognitivas y conductuales. Su objetivo era Facilitar el cambio de la conducta mediante la reestructuración de los pensamientos conscientes,

Meichenbaum (1977) desarrolló más profundamente. Se consideraba que la “conducta era gobernada en gran medida por el «auto-diálogo» que practicamos. Este es el diálogo interno que llevamos a cabo con nosotros mismos”

### **3.8. ¿Definiciones de la relajación?**

La relajación es un estado de liberación de las tensiones  
Blay, (1976) afirma que “la relajación es una puerta de entrada para el descubrimiento de sí mismo, erigiéndose como un paréntesis liberador entre la actividad y la agitación” (p.2)

Guido (1980) manifiesta que “la relajación aúna la idea de alcanzar la calma y la imagen de abandonar cualquier tensión, tanto de la mente, como del cuerpo” (p2)

Ruiz (1994) menciona que la “relajación permite descubrir no el cuerpo que tenemos, si no el que somos” (p 29).

La relajación es la herramienta que permite al individuo sus estados de ansiedad y activación (Weinberg y Gould, 1996)

Nadeau (2007) manifiesta la “relajación consiste en relajar los músculos mediante cualquier técnica, descansando a la vez el espíritu y el cuerpo. Esto permite en gran medida disminuir la tensión y encontrar un equilibrio, y un bienestar”.

Según la técnica empleada se puede relajar ciertas partes del cuerpo, ciertos grupos musculares el cuerpo en su totalidad,

### **3.9. Importancia de la relajación**

Castro (2006) Antiguamente, la relajación era entendida como una herramienta a la que recurría a la relajación para desarrollar la armonía del cuerpo.

Fernández, (1984) Utilizada principalmente por monjes .posteriormente, su uso se fue extendiendo al campo de la medicina por su capacidad de mejorar la salud y la calidad de vida, no obstante, trascendió de estas posibilidades, este se ha extendido al ámbito educativo en el que, dado su importante contribución al desarrollo psicomotor de los jóvenes, ya es considerado como uno de los contenidos el currículo en el bloque de Expresión Corporal.

Pintanel, (2001) dice al respecto, actualmente podemos encontrar aún más líneas de aplicación. Ya se ha demostrado su eficacia en el contexto deportivo, tanto por la prevención de lesiones.

Hewitt, (1996), afirma “que la relajación es importante en la optimización de resultados”

Franco, (2008) menciona que “además del ámbito docente”

Castro, (2006) manifiesta. “En los trabajadores de empresas”

Prado y Charaf (2000) menciona. “utilizada como medida preventiva ante el estrés.”

### **3.10. Objetivos de la relajación**

Revista digital Alberto Gómez Mármol ( 2009)

Tal y como sucede con la definición de relajación, también existen diversas propuestas con respecto a los objetivos que esta persigue, de entre las que se presentan como más relevantes:

- ✓ Mejorar la toma de conciencia del propio cuerpo, así como se sus segmentos corporales (Le Boulch. 1984 )
- ✓ Concienciar y consolidar la capacidad para la inhibición voluntaria del tono muscular ( le Boulch 1984)
- ✓ Favorecer el control de la respiración (Castellano,2011)
- ✓ Reducir el gasto energético y controlar la efectividad y las emociones (Conde, 1997)
- ✓ La recuperación del organismo tras un esfuerzo intenso (Moliner 2010)
- ✓ Facilita el “descanso” del sistema nervioso permitiendo un mayor control sobre el mismo (molinero 2010)
- ✓ Lograr una mayor concentración mental ( lefebure, 2003)
- ✓ Aumentar el bienestar físico, incrementando el tono muscular y desarrollando un mejor control sensoria motor ( Cautela y Groden 1985)

### **3.11. Tipos de relajación**

**La relajación dinámica.** Es aquella relajación muscular que requiere movimiento estiramiento de yoga o la contracción muscular voluntaria (método de contracción isométrica)

**La relajación estática.** Es aquella relajación muscular que consigue sin movimiento ni contracción muscular (método autógeno de Schütz-)

**La relajación segmentaria.** Es aquella relajación muscular que se realiza sobre unas partes del cuerpo determinadas (estiramiento para relajarla espalda)

**La relajación global.** Es aquella relajación muscular que se realiza sobre el conjunto de cuerpo (método de relajación de Jacobson).

### 3.12. Estrategias de relajación

Existen una amplia tipología de técnicas y estrategias de concentración y relajación. Durante las últimas décadas del siglo xx han sido muchos los expertos que han abordado este tema proponiendo sus propios modelos

- Procedimiento de relajación muscular de Koppen (1974) se inicia con el paciente en una posición cómoda, ojos cerrados, centrando la atención en la respiración, de tal manera que con cada inhalación se introduce el aire y una sensación de relajación que fluye a través del cuerpo y, con cada exhalación se expulsa la tensión. Luego se da indicaciones relajar 14 grupos musculares
- Relajación progresiva de Jacobson (1976) ideó una técnica que denominó técnica relajación progresiva. Consistía en trabajar sistemáticamente los principales grupos musculares, creando y liberando la tensión. En consecuencia el paciente aprendía a reconocer la tensión muscular. En cada sesión solo se efectuaba una acción muscular repitiéndola dos veces. el tiempo restante se dedicaba a liberar la tensión.
- La ola Priest & Schott (1991), la técnica consiste en una ola continua de relajación que comienza en la coronilla de la cabeza y progresa hacia abajo a través del cuerpo hasta los dedos de los pies. Conforme la ola desciende, el individuo explora brevemente los grupos musculares, liberando tensión. Si está tendido, se puede liberar toda la tensión; si está de pie, puede liberar



el exceso de la misma. La eficacia del ejercicio se incrementa si se sincroniza para coincidir con la espiración. Sin embargo, al participante se le debe desaconsejar que extienda la espiración demasiado tiempo.

- **Relajación muscular pasiva** Lucic y Cols (1991) La relajación muscular pasiva, en general, requieren un conocimiento previo del enfoque de tensión-relajación. Es mediante la tensión – relajación que el individuo aprende a percibir las sensaciones asociadas con la tensión muscular; sensaciones que le ayudan a identificar y liberar tensión este trabajo refuerza el punto de vista de que tensar los grupos musculares antes de la relajación perjudica su capacidad para relajarse. Por tanto, sus descubrimientos están en la línea de criterio de Jacobson.

Cada uno de los modelos expuestos ha utilizado diferentes ejercicios concretos de relajación, destacando especialmente.

### **La contracción distensión**

Estrategia que consiste en contraer los músculos o un grupo de músculos durante unos segundos para luego aflojar la contracción progresivamente. Esta contracción máxima permite sentir la distensión del grupo muscular objeto de ejercicio.

### **El balanceo:**

Técnica que consiste en imitar el movimiento de un balancín, de un columpio. Se trata de realizar un movimiento de vaivén de delante hacia atrás, o de derecha a izquierda. La parte del cuerpo que se está relajando por ejemplo, un brazo, una pierna, la cabeza debe estar distendida y blanda.

### **El globo**

La persona que dirige el juego propone al resto que se imagine que son globos Cuando ella vaya hinchando el globo, los alumnos van llenando sus

pulmones de aire mientras levantan los brazos en forma de cruz y se ponen de puntillas.

Una vez que han cogido el aire sobre la barriga, ponemos las manos sobre la barriga y la sueltan por la boca moviéndose como un globo al deshincharse, sacan todo el aire y se quedan estirados y bien quietos.

### **La primavera**

Este es un juego se imita el efecto del deshielo en primavera. Se propone a los estudiantes que elijan un elemento de la naturaleza (animal o vegetal) y que se muevan imitándolo.

Cuando el director del juego diga hielo los jugadores no se moverán rígidos, mientras tensan todo el cuerpo.

Paso el rato que el director considere oportuno, grita deshielo los alumnos empezarán a aflojar todas las partes del cuerpo, hasta relajarse completamente y que darse tumbados quedarse tumbados en el suelo.

### **Chicle de fresa**

Imagínate que eres un chicle de fresa. Cuando el director del juego diga chicle, estírate como si lo fueras, con los brazos hacia arriba y de puntillas.

Rodillas, siéntate, rodea tus piernas con los brazos

Cuando diga de fresa, conviértete en una bola: baja los brazos dobla las rodillas, siéntate rodea tu pierna con los brazos.

Cuando diga chicle de fresa, estírate y descansa

## **4. Talleres educativos**

### **4.1. Definición de taller educativo**

Ander-Egg, (2005, p 10), menciona que  
“taller describe un lugar donde se trabaja, se elabora y se transforma algo para ser utilizado, por lo tanto el taller educativo se trata de una forma de enseñar

y sobre todo de aprender, mediante la realización de algo, que se lleva a cabo conjuntamente, es un aprender haciendo en grupo”.

Es un espacio de construcción colectiva que combina teoría y práctica alrededor de un tema, aprovechando la experiencia de los participantes y sus necesidades de capacitación”. (Candelo, Ortiz & Unger, 2003, p. 33).

Por lo antes mencionado en cuanto a las afirmaciones de estos autores podemos manifestar que concuerdan en sus definiciones, además podemos decir que el taller permite al docente trabajar y planificar actividades, para la enseñanza de cualquier sobre cualquier tema que se desee abordar tanto dentro como fuera del salón de clase. Puedo decir que el taller guía los aprendizajes de los niños.

#### **4.1.1. TALLER 1**

**Tema:** Utilización de las estrategias de concentración en el bloque los cuentos maravillosos.

**Datos Informativos**

**Facilitador:** Henry delgado

**Número** de participantes: 27

**Fecha:** mayo 14 del 2014

**Tiempo de duración:** 2 horas de 8 a 10 am

**Prueba de Conocimientos, Actitudes y Valores (x)**

La prueba de conocimientos específicos, actitudes y valores se la realizará mediante la aplicación de un TEST sobre en conocimiento los cuentos maravillosos.

## **Objetivo**

Integrar actividades de concentración para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, utilizando un cuento en donde primero el facilitador leerá un cuento y los estudiantes tendrán que inferir sobre lo que entendieron, además utilizaremos hojas que contienen actividades de concentración como estrategias para el logro de aprendizajes significativos.

## **Actividades**

Aplicación del pre test

Dinámica

Presentación de un cuento en video

Análisis del cuento

Preguntas a los niños sobre el cuento en video

Ejercicios de concentración

Evaluación

Cierre del taller

## **Metodología**

El taller educativo utilización de estrategias de concentración en el bloque cuentos maravillosos tiene como finalidad prioritaria apoyar los procesos de asimilación del conocimiento, para tratar de mejorar su aprendizaje. Por ello nos centraremos en hacer un taller, esencialmente dinámico, que nos permita determinar la situación de los niños en función de su aprendizaje: el análisis de la realidad dentro del aula en cuanto al aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos así como la utilización de estrategias de concentración.

## **Recursos**

- Video proyector
- imágenes
- Hojas

## **Programación**

- Aplicación del pre- test
- Se realizara una dinámica
- Se proyectara un cuento en video
- Se realizara un análisis del cuento proyectado
- El facilitador dará a conocer a los estudiantes la actividad diseñada sobre la aplicación de estrategias de concentración.
- Se utilizará el material sugerido en los recursos que se presenten.
- Se utilizará recursos como hojas pre elaboradas, exclusivamente para desarrollar actividades de concentración en grupos
- Los niños expondrán sus trabajos realizados
- Los estudiantes darán opiniones acerca del trabajo realizado en la clase.

## **Resultados de aprendizaje (y)**

La prueba de resultados de aprendizaje se la realizará mediante la creación de un pequeño cuento relacionando con el cuento la caperucita roja en donde los niños tendrán que añadir personajes o cambiar el desenlace del mismo. Esto también desarrollara en el niño la creatividad.

## **Conclusiones**

- Enseñar el bloque los cuentos maravillosos es motivar y ofrecer al estudiante diferentes alternativas que lo lleven a descubrir el conocimiento a través de sus acciones.
- Desde nuestro contexto educativo es posible hacer innovación con diferentes metodologías y vivir la experiencia del cambio a través de la cooperación.

## **Recomendaciones**

- Utilizar constante el uso de estrategias de concentración para el aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos.
- Manejar adecuadamente cada una de las instrucciones para el desarrollo del taller educativo.
- Utilizar de manera adecuada los recursos existentes.

### **4.1.2. TALLER 2**

**Tema:** Aplicación de estrategias de relajación.

**Datos Informativos**

**Facilitador:** Henry Delgado

**Número de participantes:** 27

**Fecha:** 15 de mayo del 2014

**Tiempo de duración:** 2 horas de 10:30 a 11:30 am

#### **Prueba de Conocimientos, Actitudes y Valores (x)**

La prueba de conocimientos específicos, actitudes y valores se la realizará mediante la aplicación de un cuestionario para determinar cuánto conocen sobre la relajación.

## **Objetivo**

Desarrollar actividades de relajación para el desarrollo del aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos, una vez que la docente haya realizado una hora de clase para que los niños se encuentren un poco agotados y resulte oportuna la aplicación del taller sobre estrategias de relajación. Se pondrá en marcha varios ejercicios de relajación como el balanceo, tensión y distensión, la sacudida en otras para que los niños puedan relajarse de una manera sana y divertida.

## **Actividades**

Realizar una dinámica

Presentar un video de actividades de relajación para niños

Realizar actividades de relajación con los niños

Hacer grupos de estudiantes para que mediante un sorteo realice los ejercicios de relajación

## **Metodología**

El taller educativo utilizando las diferentes estrategias de relajación tiene como finalidad mejorar ayudar al estudiante mantener una mente sana para que así uno pueda mejorar sus aprendizajes.

Por ello nos centraremos en hacer un taller, esencialmente dinámico, que nos permita llegar hacia los estudiantes y una manera divertida y diferente para q de esta forma los niños aprendan a relajarse en el salón de clase cuando realizan actividades que son muchas de las veces un poco pesadas en su contenido.

## **Recursos**

- Video proyector
- Flash memoria
- Computadora

## **Programación**

- Introducción al taller educativo
- Se realizara una dinámica para que los niños pongan interés en realizar las actividades
- Observación de un video de relajación
- Comentarios del video
- Se realizaran ejercicios prácticos de relajación
- Los estudiantes comentarán opiniones acerca del trabajo en clase
- Evaluación cierre del taller

## **Resultados de aprendizaje (y)**

La prueba de resultados de ejercicios que cada uno de los se le aplicara una prueba de lectura sobre un cuento.

## **Conclusiones.**

- Enseñar estrategias de relajación en el niño es motivar y fortalecer sus aprendizajes ya que un niño relajado puede rendir mucho más en sus actividades escolares
- Desde nuestro contexto educativo es posible hacer innovación para el aprendizaje a través de diferentes estrategias de relajación y vivir la experiencia del cambio a través de la cooperación.



### **Recomendaciones.**

- Realizar ejercicios de relajación en el niño por lo menos 15 minutos al día después de realizar actividades de clase
- Utilizar de manera adecuada los recursos propuestos

## **5. Efectividad de las estrategias de concentración y relajación aplicada a los niños y niñas del tercer grado paralelo “A”**

### **5.1. Evaluación de los talleres.**

La evaluación se desarrollará de acuerdo a las actividades que se realizaron en los talleres aplicados, de alumnos del tercer año de la Escuela Matilde Hidalgo de Procel N°1

#### **5.1.1. Evaluación del Taller uno: aplicación de estrategias de concentración.**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pos test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

**1. ¿Te gusto la estrategia de concentración?**

**Si ( )**

**No ( )**

**2. ¿Escribe una estrategia de concentración que aprendiste?**

.....  
.....

**3. ¿Te gustaría que tu docente realice ejercicios de concentración?**

**Si ( )**

**No ( )**

**4. ¿Comprendiste todas las estrategias de concentración?**

**Si ( )**

**No ( )**

**Gracias por su colaboración**

**5.1.2. Evaluación del Taller dos: aplicación de estrategias de relajación.**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pos test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

1. ¿Cómo te sientes luego de haber realizado actividades de relajación?

.....  
.....  
.....

2. ¿Te gustaron las estrategias de relajación?

Si ( )

No ( )

3. Las estrategias de relajación te ayudan a continuar con las actividades de clase

Si ( )

No ( )

4. Describe las estrategias de concentración que se utilizaron en el taller

.....  
.....

**Gracias por su colaboración**

## **f. METODOLOGÍA**

**DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.**-La presente investigación responde al tipo de diseño descriptivo y cuasi-experimental por las siguientes razones:

- **Diseño cuasi-experimental:** Por lo que se realizará en la Escuela, Matilde Hidalgo de Procel N°1 con los alumnos del tercer grado ya que los mismos asisten regularmente a sus clases.

Durante este tiempo, se pondrá en práctica los talleres de concentración y relajación para el logro de aprendizajes significativos.

Dentro de este diseño no se establecen grupos de control, porque no se considera pertinente, ya que un grupo quedaría al margen de las bondades de la utilización de las estrategias de concentración y relajación que pueden brindar para mejorar las deficiencias en el aprendizaje.

Además se llevarán a cabo observaciones, aplicando modelos de metodologías y las reacciones en cada alumno para poder comprobar una mejora en su aprendizaje.

**Y es transversal:** ya que los modelos de metodologías serán aplicados en un determinado tiempo y se concluirá analizando la respuesta sobre las estrategias de concentración y relajación para remediar deficiencias del aprendizaje en los alumnos.

### **Métodos a utilizarse:**

En la presente investigación se utilizarán los siguientes métodos:

Para el estudio del aprendizaje se utilizará el método comprensivo que consistirá de lo siguiente:

- **Método comprensivo:** éste método se lo utilizará en el conocimiento del aprendizaje con éste método, se verá finalidad, estructura, interrelaciones y recursos para un aprendizaje significativo.

Con la ayuda de este método se puede comprender la importancia que tiene el aprendizaje en los alumnos, de manera positiva favorece el sentido de la propia identidad y contribuye a la salud tanto física como psíquica del alumno, y que si por el contrario se ve disminuida, puede acarrear muchos problemas en la vida diaria del alumno así como relacionarse con sus compañeros y que sea burla de los mismos.

Adicionalmente se debe entender que los docentes también son potenciadores de su léxico, y tengan así una buena pronunciación, además de generar buenas relaciones sociales, porque los alumnos son considerados como una esponja, que absorben todo lo que su entorno presenta, sea esto bueno o malo, por lo que la ayuda por parte del docente es importante.

A más de ello con esta metodología se busca reforzar y ampliar el aprendizaje de los alumnos, pues este es un medio de motivación importante que potencializará el aprendizaje, por lo que se debe escoger responsablemente que técnicas metodológicas ayudarán a mejorar las deficiencias.

Para relacionar teóricamente la utilización de las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos se utilizará el método analítico y el método sintético.

- **Método analítico:** este método servirá como medio para estar al tanto de los beneficios que presenta la utilización de recursos naturales a los alumnos, ya que a través de la misma podemos analizar su contenido.

- Se sabe que la utilización de los recursos naturales para el aprendizaje es una herramienta adecuada y porque no decirlo potencia el aprendizaje en los alumnos de manera práctica.

Es por ello que con la utilización de estrategias de concentración y relajación se busca fortalecer las deficiencias para el aprendizaje significativo, esta propuesta ayudará a que los alumnos potencien su aprendizaje a través de talleres específicos.

- **Método sintético:** Servirá para sintetizar los distintos modelos de metodologías apropiadas al tipo de aprendizaje
- **Método diagnóstico participativo:** aplicando este método se podrá detectar las deficiencias en que tienen los niños en el bloque los cuentos maravillosos de esta manera conocer cuáles son las consecuencias a las que con lleva en el aprendizaje significativo aprendizaje. Motivo por el cual se busca corregir esta realidad, proponiendo alternativas de solución a través de la utilización de estrategias adecuadas.
- **Método de modelos o proactivo:** trata de articular de cada una de las estrategias de concentración y relajación para logra aprendizajes significativos en los alumnos del tercer año de educación básica.
- **Método de taller:** es la metodología para aplicar los modelos las estrategias de comprensión y relajación para lograr aprendizajes significativos en el bloque 6 los cuentos maravillosos en los alumnos del tercer grado, los cuales por diferentes situaciones o motivos han presentado esta situación.

Finalmente para evaluar el taller propuesto, se utilizará el método de evaluación comprensiva que permitirá verificar el efecto que tiene la utilización de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos

- **Método de evaluación comprensiva:** tiene la finalidad de evaluar los resultados que se obtuvieron después de la aplicación de los talleres.

Se teoriza el objeto de estudio de las estrategias de concentración y relajación a través del siguiente proceso:

- Elaboración de un mapa mental del Aprendizaje del bloque los cuentos maravillosos
- Elaboración del plan de contenidos teóricos de estrategias de concentración y relajación
- Fundamentación teórica de cada descriptor del plan de los contenidos del bloque los cuentos maravillosos a
- El uso de las fuentes de información se abordan en forma histórica y utilizando las normas internacionales de la Asociación de Psicólogos Americanos (APA).

Para el diagnóstico de las dificultades del bloque curricular los cuentos maravillosos y medida, se procederá desarrollando el siguiente proceso:

- Planteamiento de criterios e indicadores.
- Definición de lo que diagnostica el criterio con tales indicadores

Para encontrar el paradigma apropiado de la alternativa como elemento de solución para fortalecer las estrategias de concentración y relajación se procederá de la siguiente manera:

- Definición de las estrategias de concentración y relajación.
- Concreción de un paradigma teórico o modelos de estrategia adecuada
- Análisis procedimental de cómo funciona y que benéfica las estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos

Delimitados las estrategias de concentración y relajación herramienta didáctica se procederá a su aplicación mediante talleres. Los talleres que se plantearan recorren temáticas como las siguientes.

**Taller1.** Aplicación de estrategias de concentración

**Taller 2** Aplicación de estrategias de relajación.



Para valorar la efectividad de las estrategias de concentración y relajación en del aprendizaje del en el bloque los cuentos maravillosos, se seguirá el siguiente proceso:

- a) Antes de aplicar la estrategias se aplicara un TEST de conocimientos
- b) Aplicación de estrategias de concentración y relajación
- c) Aplicación del TEST anterior luego del taller. ( pos TEST)
- d) Comparación de resultados con las pruebas aplicadas utilizando como artificio lo siguiente:
  - Puntajes de los TEST antes del taller (x)
  - Puntajes de los TEST después del taller (y)
- e) La comparación se hará utilizando el coeficiente de correlación de Pearson (r), que presenta las siguientes posibilidades:

**R > 0** Se comprueba que las estrategias empleadas no son efectivas de manera significativa.

**R = 0** se comprueba que las estrategias empleadas no tienen Incidencia.

**R < 0** Se comprueba que las estrategias empleadas antes que Ser efectivas causó animadversión.

Para el cálculo de la r de Pearson se utilizara la siguiente fórmula:

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

X (valores de la pre prueba)	Y (valores de la post prueba)	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY
$\sum X =$	$\sum Y =$	$\sum X^2 =$	$\sum Y^2 =$	$\sum XY =$

## Simbología

- **N**= número de integrantes de la población
- $\sum X$  = suma de puntuaciones de x
- $\sum Y$  = suma de puntuaciones de y
- $\sum X^2$  = suma de  $X^2$
- $\sum Y^2$  = suma de  $Y^2$
- $\sum XY$  = suma de productos de XY
- Resultados de la investigación

Para construir los resultados de la investigación se tomará en cuenta el diagnóstico del aprendizaje y la aplicación estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos.

- a) Resultados de diagnóstico acerca de la estrategias de concentración y relajación.
- b) Resultados de la aplicación de estrategias de concentración y relajación como para logara aprendizajes significativos

## Discusión

La discusión se enmarcara dentro de dos aspectos:

- a) Discusión con respecto del diagnóstico de las estrategias de concentración y relajación para logra aprendizajes significativos
- b) Discusión en relación a la aplicación de estrategias de concentración y relajación como herramienta didáctica, dio o no resultado, en el logro de aprendizajes significativos

## Conclusiones

Las conclusiones concomitantemente con lo anterior serán de dos clases:

- a) Conclusiones con respecto al diagnóstico de las estrategias de concentración y relajación para el logro de aprendizajes significativos.
- b) Conclusiones con respecto de la aplicación y de estrategias de concentración y relajación para lograr aprendizajes significativos

#### Recomendaciones

Al término de la investigación se recomendará el uso de estrategias de concentración y relajación, de ser positiva su valoración, en tanto se da se dirá que:

- a) La aplicación de estrategias de concentración y relajación es importante y debe ser utilizada por los docentes y practicada por los estudiantes
- b) Recomendar las estrategias de concentración y relajación son importantes y los docentes pueden hacer uso de las mismas
- c) Dichas recomendaciones serán observadas y elaboradas para que los actores educativos: estudiantes, profesores e inclusive los directivos, tomen en cuenta estrategias de concentración y relajación como una alternativa para lograr aprendizajes significativos.

#### **Técnicas e instrumentos**

Para la respectiva recolección de la información se utilizó la técnica de la encuesta y de instrumento el cuestionario el mismo que se aplicó a los alumnos de tercer grado paralelo “A” de Educación General Básica de la Escuela de Educación Básica Matilde Hidalgo de Procel N°1, de la ciudad de Loja, barrio san pedro periodo lectivo 2013-2014.

#### **Población y muestra**

En el transcurso del presente proyecto investigativo los docentes y alumnos de los Terceros Grados de Educación General Básica, se consideró a Tercer Grado de Educación Básica Paralelo A, el mismo que cuenta con 1 docente y 27 alumnos.

<b>Quienes</b> <b>Informantes</b>	<b>Población</b>
Profesores	1
Estudiantes	27
Total	28

En razón que el número de investigados no es grande no cuenta con un diseño muestral y consecuentemente se recomienda trabajar con toda la población.

**g. CRONOGRAMA**

Tiempo Actividades	2014								2015									
	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.	Ene.	Feb.	Abr.	May.	Jun.	Jul.	Sep.	Oct.	Nov.	Dic.
	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	
Selección del tema	■																	
Aprobación del tema		■																
Construcción del proyecto			■															
Aprobación del proyecto				■														
Procesamiento de la información					■	■												
Aplicación de instrumentos							■											
Tabulación y análisis								■										
Comprobación de hipótesis									■									
Elaboración del informe										■	■	■	■	■				
Defensa privada de la tesis															■	■	■	
Sustentación publica de la tesis																		■

## h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Cantidad	Descripción	Valor Unitario	Valor Total
1	Libro	30.00	30.00
200	Papel bond	0.02	6.00
20h	Internet	25.00	50.00
10h	Transporte	0.25	30.00
2	Memorias Electrónicas	15.00	60.00
400	Fotocopias	0.02	10.00
1	Impresión de proyecto	5.00	10.00
3	Anillado	1.00	3.00
3	Esfero Gráficos	0.35	1.05
3	Carpetas	0.50	1.50
1	Computador	1.300	1.300
	<b>Total de Gastos</b>		<b>1.664</b>

**Todos los gastos serán asumidos por el investigador.**

El presente proyecto de tesis está financiado en su totalidad por el autor Henry Rafael Delgado Calva

## **i. BIBLIOGRAFÍA**

AHMED, M. (2010) **actividades de relajación educación infantil y primaria**  
recuperadode,[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_34/MARIEM%20DRIS%20AHMED\\_1.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_34/MARIEM%20DRIS%20AHMED_1.pdf)

ALCALA R, (2011) **los hábitos de estudio útiles ante el fracaso escolar**  
recuperadode[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_41/ROCIO\\_ALALA\\_CABRERA\\_01.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_41/ROCIO_ALALA_CABRERA_01.pdf)

ALONSO M, (2010) **variables del aprendizaje significativo para el desarrollo de las competencias básicas** edición julio

AUSUBEL. **Teoría del aprendizaje significativo**

BALLESTER A, (2002) **Aprendizaje Significativo en la Práctica** edición, España, Manufactured .

CARRIZACO M, (2009) **como hacer aprendizaje significativo** grupo Santillana

CHALCO F. ILLESCAS E. (2010) propuesta para lograr aprendizajes significativo en la asignatura de estudio sociales en el sexto y séptimo años de educación básica (tesis inédita de licenciatura) Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca.

FREIRE N (2008) **apoyo pedagógico para niños con dificultades de atención y concentración para mejorar sus procesos de aprendizaje en el aula** recuperado de [http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402\\_1.pdf](http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/11412/1/35402_1.pdf)

- GOMES A, (2013) **la relajación en los niños: principales métodos de aplicación**  
Murcia recuperado de  
[http://emasf.webcindario.com/La\\_relajacion\\_en\\_los\\_ni%C3%B1os.pdf](http://emasf.webcindario.com/La_relajacion_en_los_ni%C3%B1os.pdf)
- PAGUÈ.E. & RENE. B. (2008) *como ser docente y no morir en el intento*  
Barcelona ediciones GRAÓ. IRIF, SL.,
- RODRIGUEZ Luz (2008) *teoría del aprendizaje significativo* Barcelona  
noviembre ediciones octaedro
- TENUTO M, y otros, Escuela para docentes: *enciclopedia pedagógica practica*  
Barcelona grafos 2010
- ZURITA R, (2009) *el trabajo de la relajación en la etapa secundaria*



## Anexo 2



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**  
**AREA DE LA EDUCACION, EL ARTE Y LA COMUNICACION**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

### Prueba de conocimientos

Como estudiantes del octavo Módulo de la carrera de educación básica, de la Universidad Nacional de Loja; solicitamos se digne contestar la presente encuesta, misma que al contar con vuestro criterio nos servirá como orientación para nuestra investigación, y así cumplir con el tema propuesto."

### CUESTIONARIO

**1. ¿Qué es para ti la concentración?**

- Estado de la persona que fija el pensamiento en algo, sin distraerse ( )
- Manejar una bicicleta de forma una forma rápida ( )
- Correr en el patio de la escuela ( )
- Hacer barquitos de papel ( )

**2. ¿Qué entiendes por relajación?**

- Estado de tranquilidad, reposo o descanso físico o mental. ( )
- Jugar con tus compañeros a la hora del recreo ( )
- Estar inquieto en el salón de clase ( )

**3. ¿Qué es el aprendizaje?**

- Jugar con tus compañeros en el aula ( )
- Obtener un conocimiento de algo por medio del estudio ( )
- Obedecer a tu profesor ( )
- Hacer el deber en la casa ( )

**4. El aprendizaje significativo para ti es:**

- Traer todos días el deber ( )
- Escribir en la pizarra ( )
- Cuando el alumno relaciona información nueva con la que ya tiene ( )
- Llegar puntual a clase ( )

**Anexo 3**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**  
**AREA DE LA EDUCACION, EL ARTE Y LA COMUNICACION**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

**ENCUESTA**

Como estudiantes del octavo Módulo de la Carrera de Educación Básica, de la Universidad Nacional de Loja; solicito muy comedidamente se digne contestar la presente encuesta, misma que aportará para el desarrollo de mi investigación denominada ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014

**CUESTIONARIO**

**1. ¿Cuenta usted con niños de bajo rendimiento escolar?**

**Si ( )**

**No ( )**

**2. ¿Pone en práctica con los alumnos estrategias de concentración y relajación que permitan al niño mejorar su rendimiento escolar?**

**SI ( )**

**NO ( )**

**Cuáles.....**  
.....

**3. ¿Considera importante el uso de estrategias de concentración y relajación para que los niños mejoren su rendimiento escolar?**

**SI ( )**

**NO ( )**

**Porqué.....**  
.....  
.....

**4. Si usted ha aplicado estrategias de concentración y relajación con los niños que resultados de aprendizaje ha evidenciado indique cuales**

.....  
.....  
.....  
.....

**5. ¿Indique el nivel de rendimiento escolar en el que se encuentran sus alumnos actualmente?**

**Bueno ( )**

**Malo ( )**

**Regular ( )**

**6. ¿Conoce si la institución en la cual labora brinda charlas sobre estrategias para mejorar el rendimiento escolar de los niños?**

**SI ( )**

**NO ( )**

**7. ¿Cómo docente le gustaría conocer algunas estrategias de concentración y relajación para el mejoramiento académico de los niños?**

**SI ( )**

**NO ( )**

## Anexo 4



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**  
**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

### 1. PRESENTACIÓN.

Respetables alumnos y alumnas pertenezco a la Carrera de Educación General Básica del Área de Educación, el Arte y la Comunicación de la Universidad Nacional de Loja, y me encuentro desarrollando el proyecto de investigación relacionado con: ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN PARA LOGRAR APRENDIZAJES SIGNIFICATIVOS, EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA PARALELO A, DEL BLOQUE CURRICULAR 6 LOS CUENTOS MARAVILLOSOS DEL ÁREA DE LENGUA Y LITERATURA EN LA ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N° 1 BARRIO SAN PEDRO, DE LA CIUDAD DE LOJA PERIODO ACADÉMICO 2013 – 2014.

#### 1. ¿Te gustaría ser un buen estudiante?

Si ( )

No ( )

Paraque.....  
.....  
.....

**2. ¿Te gusta la decoración de tu aula?**

Si ( ) NO ( )

**3. ¿Tus compañeros son inquietos, te distraen cuando estas en clase?**

Si ( ) No ( )

¿Por qué?

.....  
.....  
.....

**4. ¿Qué asignatura es tu favorita?**

Matemáticas ( )

Lengua y literatura ( )

Cultura física ( )

Entorno natural y social ( )

Otras ( )

**5. ¿Te gusta estar atento durante las clases de lengua y literatura?**

Si ( ) No ( )

Porque

.....  
.....  
.....

**6. ¿Tu profesora realiza actividades de concentración y relajación dentro del aula?**

Si ( ) No ( )

**7. ¿Señala con una x como son las clases de lengua y literatura?**

Aburridas ( )

Cansadas ( )

Interesantes ( )

**Gracias por su colaboración**

**Anexo 5**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pre test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

Dígnese contestar las preguntas correspondientes

**1. ¿Qué es para ti estar relajado?**

.....  
.....  
.....

**2. ¿Realizas juegos de relajación en tu aula?**

Si ( )

No ( )

**3. ¿Cuántas veces en el día realizas actividades o juegos de relajación?**

**10 minutos** ( )

**15 minutos** ( )

**Una hora** ( )

**Otros**.....  
.....

**4. ¿Conoces algún juego de relajación en caso de conocerlo menciónalo en la línea de abajo?**

**Si** ( )

**No** ( )

.....

**Gracias por su colaboración**

**Anexo 6**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**  
**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pos test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

1. ¿Cómo te sientes luego de haber realizado actividades de relajación?

.....  
.....  
.....

2. ¿Te gustaron las estrategias de relajación?

Si ( )

No ( )

3. Las estrategias de relajación te ayudan a continuar con las actividades de clase

Si ( )

No ( )

4. Describe las estrategias de concentración que se utilizaron en el taller

.....  
.....

**Gracias por su colaboración**



**Anexo 7**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**  
**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pre test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

**1. ¿Qué entiendes por concentración?**

.....  
.....  
.....

**2. ¿Has realizado actividades de concentración en tu aula?**

Si ( )

No ( )

**3. ¿Qué actividades de concentración has realizado en el aula?**

.....  
.....  
.....

**4. Te gustaría aprender algunas actividades o juegos de concentración**

**Si ( )**

**No ( )**

**5. ¿Sabes que es importante para que estés concentrado, escribe a continuación?**

.....

.....

**Gracias por su colaboración**

**Anexo 8**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA**

**ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

Cuestionario **pos test** estructurado para ser aplicada a los estudiantes del tercer grado año paralelo “A”, de la ESCUELA MATILDE HIDALGO DE PROCEL N 1 de la ciudad de Loja. Periodo 2013- 2014.

**1. ¿Te gusto la estrategia de concentración?**

Si ( )

No ( )

**2. ¿Escribe una estrategia de concentración que aprendiste?**

.....  
.....

**3. ¿Te gustaría que tu docente realice ejercicios de concentración?**

Si ( )

No ( )

**4. ¿Comprendiste todas las estrategias de concentración?**

Si ( )

No ( )

**Gracias por su colaboración**

## Anexo del taller



### CUENTO CAPERUCITA ROJA

Había una vez una niña muy bonita. Su madre le había hecho una capa roja y la muchachita la llevaba tan a menudo que todo el mundo la llamaba Caperucita Roja.

Un día, su madre le pidió que llevase unos pasteles a su abuela que vivía al otro lado del bosque, recomendándole que no se entretuviese por el camino, pues cruzar el bosque era muy peligroso, ya que siempre andaba acechando por allí el lobo.

Caperucita Roja recogió la cesta con los pasteles y se puso en camino. La niña tenía que atravesar el bosque para llegar a casa de la Abuelita, pero no le daba miedo porque allí siempre se encontraba con muchos amigos: los pájaros, las ardillas...

De repente vio al lobo, que era enorme, delante de ella.

¿A dónde vas, niña?- le preguntó el lobo con su voz ronca.

A casa de mi Abuelita- le dijo Caperucita.

No está lejos- pensó el lobo para sí, dándose media vuelta.

Caperucita puso su cesta en la hierba y se entretuvo cogiendo flores: - El lobo se ha ido -pensó-, no tengo nada que temer. La abuela se pondrá muy contenta cuando le lleve un hermoso ramo de flores además de los pasteles.

Mientras tanto, el lobo se fue a casa de la Abuelita, llamó suavemente a la puerta y la anciana le abrió pensando que era Caperucita. Un cazador que pasaba por allí había observado la llegada del lobo.

El lobo devoró a la Abuelita y se puso el gorro rosa de la desdichada, se metió en la cama y cerró los ojos. No tuvo que esperar mucho, pues Caperucita Roja llegó enseguida, toda contenta.

La niña se acercó a la cama y vio que su abuela estaba muy cambiada.

- Abuelita, abuelita, ¡qué ojos más grandes tienes!

- Son para verte mejor- dijo el lobo tratando de imitar la voz de la abuela.

- Abuelita, abuelita, ¡qué orejas más grandes tienes!

- Son para oírte mejor- siguió diciendo el lobo.

- Abuelita, abuelita, ¡qué dientes más grandes tienes!

- Son para... ¡comerte mejooooor!- y diciendo esto, el lobo malvado se abalanzó sobre la niña y la devoró, lo mismo que había hecho con la abuelita.

Mientras tanto, el cazador se había quedado preocupado y creyendo adivinar las malas intenciones del lobo, decidió echar un vistazo a ver si todo iba bien en la casa de la Abuelita. Pidió ayuda a un segador y los dos juntos llegaron al lugar. Vieron la puerta de la casa abierta y al lobo tumbado en la cama, dormido de tan harto que estaba.

El cazador sacó su cuchillo y rajó el vientre del lobo. La Abuelita y Caperucita estaban allí, ¡vivas!

Para castigar al lobo malo, el cazador le llenó el vientre de piedras y luego lo volvió a cerrar. Cuando el lobo despertó de su pesado sueño, sintió muchísima sed y se dirigió a un estanque próximo para beber. Como las piedras pesaban mucho, cayó en el estanque de cabeza y se ahogó.

En cuanto a Caperucita y su abuela, no sufrieron más que un gran susto, pero Caperucita Roja había aprendido la lección. Prometió a su Abuelita no hablar con

ningún desconocido que se encontrara en el camino. De ahora en adelante, seguiría las juiciosas recomendaciones de su Abuelita y de su Mamá.

FIN

Anexo 9





## ÍNDICE

<b>CONTENIDOS</b>	<b>Pág.</b>
– PORTADA	i
– CERTIFICACIÓN	ii
– AUTORÍA	iii
– CARTA DE AUTORIZACIÓN	iv
– AGRADECIMIENTO	v
– DEDICATORIA	vi
– MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO	vii
– MAPA GEOGRÁFICO Y CROQUIS	viii
– ESQUEMA DE TESIS	ix
a. TÍTULO	1
b. RESUMEN	2
SUMMARY	3
c. INTRODUCCIÓN	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA	7
COMPRESION DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	7
Concepciones del aprendizaje significativo	7
Reseña histórica	7
DIAGNÓSTICO DEL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	8
Importancia	8
Características del aprendizaje significativo	9
Elementos del aprendizaje significativo.	9
ESTRATEGIAS DE CONCENTRACIÓN Y RELAJACIÓN	11
Estrategias	11
Definición	11
¿Qué son las estrategias de concentración?	11
Estrategias de concentración en edad escolar de 5 a 10 años	12
Estrategias auditivas	13
Estrategias visuales gráficas	13
Tipos de concentración	14

Concentración voluntaria	14
Concentración involuntaria	15
Teorías psicológicas relativas a la relajación	15
Teorías cognitivas	15
Definiciones de relajación	16
Los Objetivos de la relajac	17
Importancia de la relajación	18
Estrategias de relajación para el niño	19
APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS	21
TALLER 1	21
TALLER 2	25
Resultados de aprendizaje	28
VALORACIÓN DE LA EFECTIVIDAD	29
El pre test	29
El post test	29
e. MATERIALES Y MÉTODOS	32
f. RESULTADOS	39
g. DISCUSIÓN	63
h. CONCLUSIONES	70
i. RECOMENDACIONES	71
j. BIBLIOGRAFÍA	72
k. ANEXOS	74
a. TEMA	75
b. PROBLEMÁTICA	76
c. JUSTIFICACIÓN	80
d. OBJETIVOS	81
e. MARCO TEÓRICO	82
Aprendizaje significativo	84
Teoría del aprendizaje significativo	85
Diagnóstico del aprendizaje significativo	86
Importancia de diagnosticar el aprendizaje significativo	86

Concepciones de aprendizajes significativos	86
Características	88
Tipos de aprendizaje significativo	89
Aprendizaje de representaciones	89
Aprendizajes de conceptos	89
Aprendizaje de proposiciones	90
Elementos del aprendizaje significativo	90
Condiciones que debe reunirse para un aprendizaje significativo	92
El aprendizaje significativo y el aprendizaje mecánico	94
Estrategias de concentración y relajación	94
Factores que favorecen la concentración	95
Factores que disminuyen la concentración	96
Importancia de la concentración	97
Tipos de concentración	97
Estrategias para trabajar la concentración	98
<b>ESTRATEGIAS TACTILES-CINESTÉSICAS</b>	104
Teorías psicológicas relacionadas a la relajación	107
¿Definiciones de la relajación?	108
Importancia de la relajación	109
Objetivos de la relajación	110
Tipos de relajación	110
Estrategias de relajación	111
Talleres educativos	113
TALLER 1	114
TALLER 2	117
Efectividad de las estrategias de concentración	121
f. METODOLOGÍA	124
g. CRONOGRAMA	132
h. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO	133
i. BIBLIOGRAFÍA	134
ÍNDICE	152