

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA

ESCUELA DE POSGRADO

**Programa de Maestría en Ciencias de la
Educación Mención Docencia e Investigación**



UNS
ESCUELA DE
POSGRADO

**Programa neuroeducativo para reducir el estrés
en estudiantes de primaria de la Institución
Educativa N° 88331 Rinconada - 2021.**

**Tesis para obtener el Grado de Maestro en Ciencias
de la Educación Mención Docencia e Investigación**

Autora:

Bach. De La Cruz Garay, Paola Pilar

Asesora:

Dra. Mas Sandoval, Romy Kelly

DNI. N° 19033957

Código ORCID. 0000-0001-9244-6656

**Nuevo Chimbote - PERÚ
2023**



UNS
ESCUELA DE
POSGRADO

CERTIFICACIÓN DE ASESORAMIENTO DE LA TESIS

Yo, **Dra. Mas Sandoval, Romy Kelly**, mediante la presente certifico mi asesoramiento de la Tesis de Maestría titulada: **Programa neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 Rinconada – 2021**; que tiene como autora a la **Br. De La Cruz Garay, Paola Pilar**, alumna de la Maestría en Ciencias de la Educación mención Docencia e Investigación, ha sido elaborado de acuerdo al Reglamento de Normas y Procedimientos para obtener el Grado Académico de Maestro y Doctor de la Escuela de Posgrado de la Universidad Nacional del Santa.

Nuevo Chimbote, Mayo del 2023

Dra. Romy Kelly Mas Sandoval

DNI N° 19033957

Código ORCID. 0000-0001-9244-6656

Asesora



UNS
ESCUELA DE
POSGRADO

AVAL DEL JURADO EVALUADOR

Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 Rinconada - 2021. Tesis para optar el Grado de Maestro en Ciencias de la Educación Mención Docencia e Investigación.

Revisado y Aprobado por el Jurado Evaluador:

.....
Dra. Rojas Cordero, Eva María

Presidenta

DNI: 32852514

Código ORCID. 0000-0002-5973-0820

.....
Mg. Rodríguez Zelada, Loly Ximena

Secretaria

DNI.72686782

Código ORCID. 0000-0002-4817-4523

.....
Dra. Mas Sandoval, Romy Kelly

Vocal

DNI.19033957

Código ORCID. 0000-0001-9244-6656



UNS
ESCUELA DE
POSGRADO

ACTA DE EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

A los veintiséis días del mes de mayo del año 2023, siendo las 12pm horas, en el aula multimedia N° 01 de la Escuela de Posgrado de la Universidad Nacional del Santa, se reunieron los miembros del Jurado Evaluador, designados mediante Resolución Directoral N° 059-2023-EPG-UNS de fecha 22 de marzo de 2023, conformado por los docentes: Dra. Eva María Rojas Cordero (Presidenta), Mg. Loly Ximena Rodríguez Zelada (Secretaria) y Dra. Romy Kelly Mas Sandoval (Vocal), con la finalidad de evaluar la tesis titulada: **PROGRAMA NEUROEDUCATIVO PARA REDUCIR EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 88331 RINCONADA - 2021**; presentado por la tesista **Paola Pilar De la Cruz Garay**, egresada del programa de **Maestría en Ciencias de la Educación** mención **Docencia e Investigación**.

Sustentación autorizada mediante Resolución Directoral N° 096-2023-EPG-UNS de fecha 23 de mayo de 2023.

La presidenta del jurado autorizó el inicio del acto académico; producido y concluido el acto de sustentación de tesis, los miembros del jurado procedieron a la evaluación respectiva, haciendo una serie de preguntas y recomendaciones a la tesista, quien dio respuestas a las interrogantes y observaciones.

El jurado después de deliberar sobre aspectos relacionados con el trabajo, contenido y sustentación del mismo y con las sugerencias pertinentes, declara la sustentación como APROBADO, asignándole la calificación de 19.

Siendo las 1:11pm horas del mismo día se da por finalizado el acto académico, firmando la presente acta en señal de conformidad.

Dra. Eva María Rojas Cordero
Presidenta

Mg. Loly Ximena Rodríguez Zelada
Secretaria

Dra. Romy Kelly Mas Sandoval
Vocal

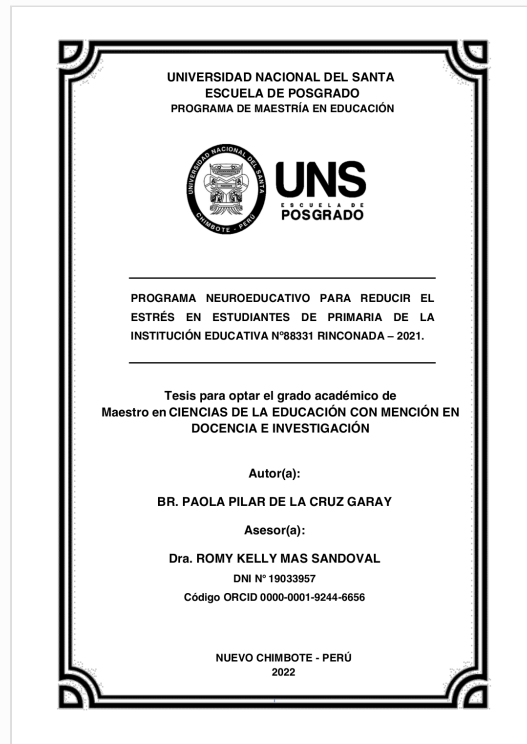


Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Paola De La Cruz Garay
Título del ejercicio: 1er respaso
Título de la entrega: INFORME DE TESIS.
Nombre del archivo: TESIS_PAOLA_DE_LA_CRUZ_GARAY.docx
Tamaño del archivo: 1.21M
Total páginas: 90
Total de palabras: 19,095
Total de caracteres: 104,501
Fecha de entrega: 25-sept.-2023 10:00p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega... 2177103294



INFORME DE TESIS.

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

22%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.uns.edu.pe Fuente de Internet	9%
2	issuu.com Fuente de Internet	2%
3	www.scribd.com Fuente de Internet	1%
4	doi.org Fuente de Internet	1%
5	1library.co Fuente de Internet	1%
6	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Centro Europeo de Postgrado - CEUPE Trabajo del estudiante	1%
9	Submitted to Universidad Nacional del Santa Trabajo del estudiante	

DEDICATORIAS

A Dios, padre generoso y dadivoso que estuvo en todo momento a mi lado dándome las fuerzas para seguir adelante en este nuevo reto.

A mis padres Virginio y Rosa, gracias a ustedes por depositar toda su confianza en mí y apoyarme siempre en cumplir todas mis aspiraciones, me bastara la vida para estar eternamente agradecida.

A mis hermanos Gianninna, Richard, Darío y Paolo, por estar presente aportando buenas cosas a mi vida, al igual que mi sobrino Nelson Gael.

A mi camino, mi luz, mis fuerzas de seguir adelante, mi amado hijo Ángel; gracias a ti tesoro por enseñarme que los sueños se hacen realidad.

Paola Pilar De La Cruz Garay

AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional del Santa, mi casa de estudios, por haberme acogido, preparado y formado durante estos dos años en principios científicos, humanísticos y pedagógicos.

A mi asesora Dra. Romy Kelly Mas Sandoval, por haberme guiado en este trabajo, en base a su experiencia y sabiduría ha sabido direccionar mis conocimientos.

A mis queridos (as) maestros - formadores, del programa de maestría en educación del periodo 2019 – 2022, personas de gran sabiduría, empatía y humildad, quienes se han esforzado por ayudarme y contribuir en mi formación académica – profesional.

Al director Jaime Diaz Bazán de la Institución Educativa N°88331 Rinconada, y la docente Hayde Mayo Diaz, por apoyarme y brindarme la oportunidad de compartir mis experiencias, investigaciones y conocimientos a todos los estudiantes del sexto grado, que cooperaron y trabajaron con entusiasmo en todos los talleres; es por eso que sin ellos no hubiera sido posible consolidar este trabajo de investigación.

Paola Pilar de la Cruz Garay

ÍNDICE

	Página
Carátula	i
Hoja de conformidad del asesor	ii
Hoja de aprobación del Jurado evaluador	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice	vi
Presentación	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Introducción	13

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento y fundamentos del problema	15
1.2 Antecedentes de la investigación	18
1.3 Formulación del problema de investigación	23
1.4 Delimitación del estudio	23
1.5 Justificación e importancia de la investigación	23
1.6 Objetivos de la investigación	25
1.6.1 General	25
1.6.2 Específicos	25

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Fundamentos teóricos de la investigación	27
2.1.1 Estrés	27
2.1.1.1 Definiciones	27
2.1.1.2 Teorías sobre el estrés	28

2.1.1.3	Agentes estresantes	30
2.1.1.4	Fases del estrés escolar	33
2.1.1.5	Las respuestas del individuo al estrés	34
2.1.1.6	Consecuencias del estrés escolar	36
2.1.1.7	Tratamiento para el estrés	37
2.1.2	Programa Neuroeducativo	39
2.1.2.1	Definición de programa según autores	39
2.1.2.2	Elementos orientadores para la configuración de un programa	40
2.1.2.3	Definición de algunos términos	41
2.1.2.4	¿Cómo funciona el cerebro?	44
2.1.2.5	Partes principales y su funcionamiento	45
2.1.2.6	Dimensiones de la neuroeducación	46
2.1.2.7	La neuroplasticidad	49
2.1.2.8	Formas de interactuar:	50
2.1.2.9	Las emociones siempre presentes en el aprendizaje	50
2.1.3	Relación entre ambas variables	51
2.2	Marco conceptual	52
A.	Estrés	53
B.	Ámbito familiar	53
C.	Ámbito escolar	53
D.	Ámbito social	53
E.	Neurociencia	53
F.	Neuroeducación	53
G.	Atención	54
H.	Memoria	54
I.	Aprendizaje	54
J.	Motivación	54
K.	Neuroplasticidad	54
L.	Emociones	54

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1.	Hipótesis central de la investigación	56
3.2.	Variables e indicadores de la investigación	56
3.2.1	Variable independiente	56
	• Definición conceptual	56
	• Definición operacional	56
	• Operacionalización de variables	56
3.3.	Métodos de la investigación	57
3.3.1.	Tipo de investigación	57
3.3.2.	Métodos	58
3.3.3.	Diseño	58
3.4.	Diseño o esquema de la investigación	58
3.5.	Población y muestra	59
3.6.	Actividades del proceso investigativo	60
3.7.	Técnicas e instrumentos de la investigación	60
3.8.	Procedimiento para la recolección de datos	63
3.8.1.	Validez del instrumento	63
3.8.2.	Confiabilidad del instrumento	65
3.9.	Técnicas de procesamiento y análisis de los datos	65

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1.	Resultados	69
4.2.	Contrastación de hipótesis	77
4.3.	Discusión	78

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1.	Conclusiones	84
------	--------------	----

5.2. Recomendaciones	85
----------------------	----

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Referencias bibliográficas	86
- Anexos	90
Lista de tablas	
Lista de figuras	

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado de la Escuela de Post Grado de la Universidad Nacional del Santa, presento la Tesis titulada: Programa neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2021; en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Nacional del Santa; para obtener el grado de Magister en Ciencias de la Educación con Mención en Docencia e Investigación.

La presente investigación tiene como objetivo general: demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Así mismo se ha realizado de acuerdo a la necesidad de los estudiantes, debido a que perciben las situaciones que se le presenten en su vida cotidiana de manera estresante. Por ello es importante identificar a tiempo los factores estresores durante la niñez, e implementar acciones preventivas que aspiren conseguir un aprendizaje significativo, no sólo académicamente sino para toda la vida.

Esperanto cumplir con los requisitos de aprobación por el jurado evaluador.

La autora

RESUMEN

El presente informe de investigación, surge de una problemática objetiva que me permitió plantear el problema de esta manera ¿En qué medida el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2021? Así mismo sostuvo como objetivo general: Demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Las unidades de estudios de la población fueron también para la muestra. Es por ello que estuvo constituida con los estudiantes del sexto grado “A” y “B” la cual estuvo integrada por 41 estudiantes de educación primaria, de los cuales 24 son niños y 17 son niñas comprendidos entre los 11 y 12 años de la Institución Educativa N°88331 – Rinconada. La técnica e instrumento de la investigación que fue empleada, fueron; la observación y la Escala de estrés cotidiano infantil (EECI), que permitió recoger información en el pre test y post test.

Por medio del tratamiento estadístico, si se logró reducir significativamente los niveles de estrés en los estudiantes, ya que después de aplicar el programa, el grupo control manifestó un 38,1% de estrés, mientras que el grupo experimental en un 80,0% alcanzo bajo estrés. Es decir, mientras que el grupo control incremento a 61,9% con estrés medio, el grupo experimental redujo al 20,0% su estrés medio.

La autora

Palabras claves:

Neuroeducación, estrés, estudiantes de primaria.

ABSTRACT

This research report arises from an objective problem that allowed me to pose the problem in this way. To what extent does the Neuroeducational Program reduce stress in primary students of Educational Institution No. 88331 Rinconada - 2021? Likewise, he maintained as a general objective: Demonstrate that the Neuroeducational Program reduces stress in primary students of the Educational Institution N° 88331 Rinconada - 2021.

The population study units were also for the sample. That is why it was constituted with sixth grade student's "A" and "B" which was made up of 41 primary school students, of which 24 are boys and 17 are girls between 11 and 12 years of the Institution Educational N° 88331 – Rinconada. The technique and instrument of the investigation that was used were; observation and the Child Daily Stress Scale (EECI), which allowed the collection of information in the pre-test and post-test.

Through the statistical treatment, it was possible to significantly reduce the stress levels in the students, since after applying the program, the control group manifested 38.1% of stress, while the experimental group 80.0%. I reach under stress. In other words, while the control group increased to 61.9% with average stress, the experimental group reduced its average stress to 20.0%.

The author

Keywords:

Neuroeducational, stress, students of primary.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo investigativo denominado: Programa neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2021.

Ha tomado interés investigar sobre un contenido no solo a nivel mundial, sino también a nivel personal ya que “el estrés” puede afectar a cualquier persona que se sienta abrumada, incluso a los niños en edad escolar, el hecho de separarse de sus padres puede ocasionarles ansiedad. A medida que los niños crecen, las presiones académicas y sociales (en especial, la tarea de "encajar") crean estrés.

Así mismo se puede presentar en cualquier situación que requiera que un niño se adapte o cambie o también puede ser provocado por cambios positivos, como comenzar una nueva actividad, pero está vinculado con más frecuencia con cambios negativos, como una enfermedad o una muerte en la familia, perjudicándole emocionalmente o psicológicamente. Es por ello que es fundamental desde tempranas edades ayudarlos y enseñarles a reconocer de maneras saludables las señales de estrés, para que puedan manejarlo fácilmente y así evitar situaciones estresantes en cualquier nivel de su vida y sobre todo para que aprendan a responder al estrés a medida que crecen y se desarrollan, incluso estos cambios pequeños pueden tener un impacto negativo en los sentimientos de seguridad y confianza del niño. Es por eso el interés de investigar en el campo educativo, cuyo objeto de estudio es reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada, cuyo contenido trata en lo siguiente:

El primer capítulo, problema de investigación está constituido por el planteamiento y fundamentación del problema de investigación con respecto al estrés, antecedentes, formulación del problema, delimitación del problema, justificación e importancia y objetivos de la investigación.

El segundo capítulo, marco teórico aborda las definiciones referentes a: Fundamentos teóricos respecto al estrés, al programa neuroeducativo y la

relación entre ambas, para luego concluir con la definición de algunas terminaciones de ambas variables dentro del marco conceptual.

El tercer capítulo, marco metodológico comprende la hipótesis central de la investigación, variables e indicadores con la definición conceptual y operacional; la metodología; población y muestra; método de investigación; técnicas e instrumentos de recolección de datos y el método de análisis de datos, en relación a ambas variables de investigación.

El cuarto capítulo, resultados, contiene la descripción de los datos obtenidos del trabajo de campo y la discusión que es la descripción, exposición cuantitativa y cualitativa de los resultados encontrados y como se relaciona con hallazgos de otras investigaciones, acerca del estrés y de cómo se ha mejorado con el programa Neuroeducativo, así mismo de la confrontación de teorías, en relación a los objetivos y la hipótesis propuesta.

El quinto capítulo, presenta conclusiones y sugerencias de la investigación realizada, para lograr reducir el estrés y sus agentes dentro de los distintos ámbitos, como el escolar; todo ello después de haberse aplicado el programa Neuroeducativo.

Y por último las referencias bibliográficas que contienen las fuentes bibliográficas que nos han servido para nuestro trabajo, los anexos y evidencias.

La autora

CAPÍTULO I
EL PROBLEMA DE
INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento y fundamentos del problema de investigación.

Según Maturana y Vargas (2015), a nivel mundial las investigaciones sobre el estrés escolar son pocas; pero informan sobre la incidencia del estrés debido al aumento de problemas y desórdenes psiquiátricos en etapas tempranas y vulnerables del desarrollo del ser humano.

Para Misra y Castillo (2004), coincidiendo con los autores mencionados en el párrafo anterior afirman:

En una investigación sobre estrés en la educación superior compararon 392 estudiantes entre norteamericanos y extranjeros de dos universidades distintas, en cinco diferentes categorías de estrés académico y sus reacciones a nivel fisiológico, emocional, comportamental y cognitivo. Los citados autores concluyeron que existen diferencias culturales en cuanto a la percepción y manejo del estrés, pues los estudiantes norteamericanos manifestaron mayor estrés que los extranjeros. (citado en Martínez y Díaz, 2007, p. 13).

En una investigación en Canadá se aplicaron cuestionarios sobre estrés psicológico, depresión, soledad, sentimientos de autoeficacia y autoestima antes de un examen a 374 estudiantes de nivel medio; obteniendo resultados que el 58% de la muestra mencionada presentaban lo que llamaron “ansiedad antes del examen” (Dumont, et al. 2003). Ello nos muestra que los estudiantes sufren episodios de estrés antes situaciones académicas en donde tienen que demostrar sus habilidades y competencias educativas.

Así mismo, De La Barra, et al. (2012), informan sobre el primer estudio de prevalencia del estrés escolar en Chile; en donde se determina que no existen

estudios relacionados con este problema. Sin embargo, hay estudios en población infante juvenil, que informan sobre prevalencia en trastornos de salud mental, señalando que un 22,5% de niños y adolescentes que oscilan entre la edad de 4 y 18 años sufren trastornos psiquiátrico - discapacidad psicosocial.

También Delgadillo, et al. (2018), afirman que hoy en día hablar de estrés es un término común, ya que su presencia en las personas es tan frecuente y no respeta ni edad, ni sexo, ni condición; es por ende que cada vez más sus estadísticas se van incrementando y con ello enfermando a nuestra sociedad.

En nuestro país este problema ha ido acrecentando con el paso de los años: cuyas consecuencias nacen en: el entorno familiar, social, físico y académico; generando una gran preocupación e inquietud en los padres de familia, ya que al observar que sus hijos e hijas manifiestan sentimientos y emociones desorganizadas e incomprensibles, reconocen que algo está ocurriendo en la conducta de sus hijos, pero no logran identificar de manera clara a aquella sensación de malestar, por lo tanto, no les brindan una oportuna atención. Por otro lado, en las instituciones educativas del nivel primario, las horas de tutoría, designadas en el plan de estudios, no es suficiente para orientar y prevenir este problema, en los estudiantes (Asunción y Noriega, 2017).

En la localidad de Rinconada; la Institución Educativa N°88331, en la cual se desarrolló el trabajo de investigación; los estudiantes muestran conductas adversas para el aprendizaje, como; ansiedad, inquietud, sentimiento de tristeza, se muerden las uñas, cansancio, pesadez, sueño, bloqueo mental, falta de concentración, nerviosismo, entre otras conductas, ante situaciones que no pueden controlar. También se observa que existen factores dentro del ámbito

familiar como el divorcio de los padres, un nuevo matrimonio, la pérdida de uno o ambos padres, enfermedad grave, abuso sexual, abuso emocional, maltrato físico y hasta la llegada de un nuevo hermano que contribuyen a estas conductas desordenadas que muestran los estudiantes de primaria, que perjudican un bajo rendimiento académico.

Así mismo los padres de familia, manifiestan que sus hijos muestran conductas adversas para el aprendizaje antes mencionadas, ya que evidencian comportamientos de manera distinta a la acostumbrada. Claro está, la manera en que un estudiante maneja el estrés, ya que este varía de acuerdo a su carácter y a su entorno en la cual están inmersos.

Otro factor negativo se encuentra en los padres, ya que mucho de ellos son campesinos y solo tienen primaria completa o algunos son analfabetos, entonces les es difícil poder ayudarlos, debido que no tienen los conocimientos o no están preparados para algunas tareas que ni ellos mismos conocen. Entonces los estudiantes al verse llenos de tareas para hacer en sus respectivas casas se estresan porque algunas veces no saben cómo hacerlas. Esta situación lo confirma el estudio de Maturana y Vargas (2015), quienes demuestran que las tareas escolares están directamente enlazadas con la aparición de estrés en los estudiantes.

Concluyendo, que los estudiantes se ven afectados en su rendimiento escolar se ve afectado de una u otra forma, por el estrés, manifestado por comportamientos que perjudican la falta de responsabilidad y compromiso en las tareas escolares.

Por eso la importancia de aplicar un Programa educativo basado en la neurociencia, que nos indica que el estudiante debe estar relajado, aprender jugando con juegos tradicionales como; charadas, cantos, bailes, entre otros; lo cual le ayudará a reducir el estrés sin necesidad de que haya tantas tareas donde el estudiante esté sentado haciendo actividades que en realidad no le interesan, no lo motivan, no le llaman la atención y al final terminen frustrándolo.

1.2. Antecedentes de la investigación

En la búsqueda de antecedentes para este trabajo de investigación, después de una extensa revisión en bibliotecas, repositorios de universidades vía internet; se encontró investigaciones relacionadas con las variables. Las cuales después de un análisis, presentamos sus principales conclusiones:

En un estudio de Salinas (2022), donde determina sobre ansiedad en estrés infantil que, el primero si afecta de manera significativa en el segundo, deduciendo que los componentes que conforman la ansiedad repercuten en el desarrollo y mantenimiento del estrés infantil, evidenciado en los contextos de la escuela relacionado al desempeño académico, así como en la interacción familiar y de manera no significativa con la salud personal. De ello se coincide que la ansiedad es una de las características que presenta un estudiante cuando padece algún agente estresor dentro los ámbitos de la sociedad, ya sea social, académica o familiar.

En el trabajo de investigación de Martínez (2019), se concluye que estrés en educación primaria: hay una variedad de variables implicadas en el aprendizaje y en el rendimiento académico de los estudiantes, muchas de estas expresan las dificultades en las que están inmersos todos los días y que son determinantes

en el éxito o el fracaso, tanto personal como académico. Estas consecuencias del bajo rendimiento y desempeño escolar son causas de la baja motivación e implicación del estudiante en las tareas, el uso inoportuno de las estrategias de aprendizaje, el tiempo reducido que dedican al estudio o los insuficientes conocimientos previos que disponen para poder aprender en un área específica. Todo esto conlleva al estudiante a un cuadro de estrés, afectando sus emociones y con ello su personalidad.

En el estudio de Márquez, et al. (2019), realizó una investigación sobre situaciones de estrés en donde concluye que estas situaciones, se han relacionado al estímulo de logro en las clases de Educación Física, puesto que esta busca generar un espacio en donde exista la posibilidad de generar un entorno en el que pueda satisfacer sus anhelos, emocionales, físicos y sociales y así enriquecer su desarrollo psicomotor. De esta manera se confirma que todo docente está llamado a crear y proponer estrategias de intervención efectivas para mejorar la motivación en las prácticas deportivas y otras actividades en educación física y así poder fomentar y potenciar sus destrezas motoras básicas.

En un estudio de Moreno (2019), sobre el estrés cotidiano, respalda en el marco teórico de esta investigación con esta conclusión: el valor teórico está sustentado en varias teorías como: De la perspectiva del Selye, la perspectiva de Lazarus, el Modelo transaccional del estrés y el estrés como modelo procesual, estas teorías sirven de fundamento sobre la conceptualización de estrés, contribuyendo con aportes a la buena salud física y mental de los estudiantes. Además, es de suma importancia profundizar sobre este tema relacionado a la salud mental, específicamente sobre el estrés, sus causas y consecuencias en estudiantes del nivel primario; con ello llegar a la solución adecuada, para al

menos poder contraponerla y tener estudiantes felices y sobre todo que aporten a la sociedad de manera asertiva, haciendo de la escuela, un hogar acogedor.

Como plantea Chavarriga, et al. (2018), con respecto al estrés escolar en la infancia, concluye en su investigación que no existe un común denominador para catalogar una situación como estresante o no, debido a que esto, depende de la forma como cada persona percibe las situaciones que se le presenten en su vida cotidiana. En consecuencia, los resultados de esta investigación son relevantes para profesores, directivos y padres de familia, porque va permitir identificar los factores estresores durante la infancia, e implementar acciones preventivas que permitan al estudiante, desarrollar un aprendizaje significativo, y que esto le para toda la vida.

Coincidiendo con la investigación De León (2016), en su trabajo de investigación sobre factores de estrés cotidiano llego a la siguiente conclusión: los principales factores desencadenantes de estrés cotidiano se dan en el ámbito familiar; como un clima estresante, el cual va a propiciar conflictos entre los integrantes de esa familia, generando problemas de conducta en la adolescencia y deserción escolar. De la misma manera en el ámbito escolar, llegan a manifestar despreocupación por algunas tareas que no les satisfacen o gustan; es por eso que los conlleva a adoptar actitudes impulsivas y dominantes por el simple hecho de querer conseguir sus objetivos para lograr sobresalir entre los demás.

En una investigación de Ruiz, et al. (2016), llegaron a la conclusión sobre estrés y su relación con la lectura que se debería tener en cuenta la necesidad de llevar a cabo, en las instituciones educativas, una educación a nivel emocional que brinde a los estudiantes desde pequeños una serie de herramientas y estrategias

para lidiar con los estresores que los aglomeran y confunden día a día, siendo estos perjudiciales para su desarrollo emocional, social, físico y psicológico y a la vez alterar su adaptación al entorno escolar. Así mismo comparto la importancia de este trabajo porque está enmarcado en el objetivo de que se conozcan más a ellos mismos y aprendan a gestionar sus emociones de la manera más beneficiosa para su personalidad, ayudando con ello a un rendimiento académico eficaz libre de estresores.

En un estudio de Rubio (2016), el cual aplicó un Programa basado en la neuroeducación para elevar el nivel de creatividad, aportando a esta investigación con respecto a la operacionalización de variables, el cual dicho programa se realizó buscando aspectos significativos que lleven al cerebro del niño un estímulo involuntario y muestre interés para que obtenga un aprendizaje voluntario. A la vez estuvo dividido en sesiones en donde se evidencia actividades que permiten al estudiante sentirse calmado, estimulado y motivado haciéndole que él sea el principal protagonista de su aprendizaje y todo lo que realice sea beneficiosos para su atención, concentración, aprendizaje y sobre contribuya de manera eficaz en su personalidad.

Así mismo Maturana y Vargas (2015), en su investigación relacionada con el estrés escolar llega a esta conclusión, con respecto al marco teórico de esta investigación: el estrés en la actualidad es percibida como demandante o amenazante, el cual va generar una respuesta natural y necesaria para la supervivencia del ser humano. Pero cuando este problema es amenazante en un nivel crónico, va conllevar al desarrollo del rechazo a la escuela. Así mismo muchos estudiantes rechazan o evitan la escuela por varias causas, es decir; por lo regular son buenos estudiantes, con buena conducta, respetuosos,

colaboradores, buen desempeño académico, pero cuando manifiestan este problema y de no instalar tratamiento adecuado, el rechazo a la escuela podría llegar a convertirse en algo más complicado que un problema familiar y los resultados pueden ir en deterioro académico, malas relaciones con sus pares, estados de ánimo cambiante o vulnerable, entre otros.

Coincidiendo con Castillo (2015), en su investigación sobre Neurociencia donde llegó a esta conclusión: que el movimiento o ejercicio físico debe ser incentivado y darle la debida importancia dentro de las instituciones; por ser una actividad que al oxigenar el cerebro lo prepara para la enseñanza - aprendizaje y así mismo les permite contar con un espacio de recreo que los relaja emocionalmente, de la misma manera les brinda un espacio para retomar energía y producir una buena reacción y socialización en equipo. Por eso es importante que en todas las instituciones deba motivarse la práctica de rutinas de ejercicios no solo en los estudiantes sino también en los docentes; ya que al ser aprovechadas va a generar en ellos una mejor enseñanza – aprendizaje de manera mutua y asertiva.

En un estudio de Terreros, Torres y Vinuesa (2015), sobre nivel de estrés se tomó esta conclusión: el tema del estrés es un factor inevitable que pueden experimentar seres humanos de todas las edades, sin importar el sexo o condición económica, pero en el caso de niños es más frecuente en edades que oscilan entre 8 a 10 años de edad, ya que ellos ya saben relacionar o pueden distinguir los problemas de su entorno social, y dificultades en las que viven y desempeñan. Así mismo este problema si no es tratado a tiempo, repercute de manera evidente en el rendimiento académico de estos estudiantes.

1.3. Formulación del problema de investigación

¿En qué medida el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 Rinconada - 2021?

1.4. Delimitación del problema

- Espacial; la investigación se desarrolló en la Institución Educativa N°88331 - Rinconada. Perteneciente al distrito de Santa y provincia del Santa en el departamento de Ancash.
- Temporal; se desarrolló entre los meses de octubre a diciembre, aplicándose dos horas en los días lunes, miércoles y viernes del año escolar 2021.
- Poblacional; esta investigación favoreció a los estudiantes de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, pero solo a los niños de sexto grado "A" y "B" de educación primaria.
- Contenido, es un estudio que se puede desarrollar solo en cuatro ámbitos de estrés: familiar, escolar, social y personal, de acuerdo a la edad del niño o la niña.

1.5. Justificación e importancia de la investigación

La presente investigación se enfocará en el estudio detallado del estrés y de cómo éste, actúa de manera perjudicial afectando principalmente al sistema nervioso de los estudiantes y con ello perjudicando el rendimiento escolar de los mismos, por ello es necesario conocer la fuente que lo origina, las causas específicas y las consecuencias de una situación que no es atendida de forma crucial. Por ende, es de vital importancia comprender plenamente este estudio.

Así mismo tiene por finalidad aplicar un programa Neuroeducativo, para ayudar a reducir, disminuir o contrarrestar actitudes negativas por causa del estrés, en los estudiantes que no tienen un adecuado rendimiento académico en las aulas. El propósito es fortalecer las capacidades neuroeducativas y fomentar un efectivo aprendizaje verbal y no verbal haciendo evidente la presencia de estrategias y tecnologías educativas centradas en el funcionamiento del cerebro para mejorar su capacidad de memoria, atención, y aprendizaje, de la misma manera, enseñarles a reflexionar, aprendiendo a intuir sobre los sentimientos de los demás. Por tal motivo propongo una metodología apropiada para reducir el estrés, con el desarrollo de talleres donde las estrategias servirán como directrices para que los maestros estimulen al cerebro y desarrollen al máximo su potencial en los niños de educación primaria.

Por eso se propone una metodología que ayudaran a los docentes a mejorar sus prácticas en el desarrollo de la memoria, atención y aprendizaje en los estudiantes de educación primaria. Además, se aplicará instrumentos apropiados para comprobar que una buena formación en neuroeducación ayuda a disminuir el estrés. Otro aspecto a considerar es generar un ambiente acogedor; en donde se desarrolle el equilibrio y los ejercicios visuales, auditivos y táctiles, los cuales ayudaran a favorecer la atención voluntaria; así mismo se propicie el desarrollo de actitudes positivas y cooperativas entre compañeros de aula y estimular el fortalecimiento de destrezas de aprendizaje; permitiendo el trabajo individual - cooperativo a nivel escolar.

1.6. Objetivos de la investigación

1.6.1. Objetivo general

Demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

1.6.2. Objetivos específicos

- Medir el nivel de estrés antes y después de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.
- Determinar el nivel de estrés en su dimensión social en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.
- Determinar el nivel de estrés en su dimensión académico en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.
- Disminuir el nivel del estrés en su dimensión familiar en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.
- Comprobar que el Programa Neuroeducativo permite reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Fundamentos teóricos de la investigación

2.1.1 Estrés

2.1.1.1. Definiciones

Después de una ardua revisión bibliográfica y virtual encontramos las siguientes definiciones para nuestra variable dependiente.

El estrés se ha convertido en un suceso habitual en la vida cotidiana de las personas, porque cualquier cambio al que estemos inmersos representa estrés. Este problema se evidencia en los sucesos negativos como el daño, alguna enfermedad o fallecimiento de un familiar; todo esto genera en la persona hechos estresantes. De la misma manera están los sucesos positivos; como ascender en un puesto de trabajo, esto trae consigo nuevas responsabilidades y también va generar estrés en la persona. (Interconsulting Bureau S.L., 2015).

Orlandini (2012), afirma: “El termino estrés también denomina la respuesta psíquica que se manifiesta por pensamientos, emociones y acciones ante la situación de amenaza, y que se expresa a través de comportamientos como estados de perplejidad, de ansiedad, de humor o de agresión”. (p.12)

La concepción del estrés, según Selye (1946), “es una respuesta no especificada del cuerpo frente a cualquier demanda” (citado en Portilla, 2006, p. 16). De ello podemos deducir que este problema se manifiesta desde la carencia alargada de alimento hasta la administración de una sustancia ajena al cuerpo, es más de un buen trabajo muscular.

Guerrero (1996), nos dice lo siguiente: “El estrés es la respuesta positiva de adaptación ante las situaciones de amenaza, y el distrés en cambio viene a ser el fracaso a esta adaptación que se manifiesta en el individuo en sentimientos negativos” (como se citó en Zavala, 2008, pág. 68).

Cuando hablamos de estrés, podemos decir que es una respuesta natural del organismo de todo ser humano para enfrentar los desafíos de la vida cotidiana. Pero cuando dura mucho tiempo, se convierte en un problema, es ahí el detalle, ya que surge ante situaciones insólitas, generando una incomodidad y afectándonos de manera emocional, psicológica y social, perjudicando a todo lo

que nos hemos propuesto. Jarauta, Echaury, Salcedo y Sección de Promoción de la Salud (ISP), 2002)

2.1.1.2. Teorías sobre el estrés

Según Moreno (2019), define y describe estas cuatro teorías o perspectivas:

a. La perspectiva del Selye

Esta perspectiva nace en 1930, donde Hans Selye indagó y divulgó el concepto del estrés, relacionándolo con las enfermedades físicas y al mismo tiempo concientizando a todas las personas acerca de este tema y lo perjudicial que podría llegar a ser, sino es tratada o contrarrestada a tiempo. Al principio pensaba que el estrés se manifestaba como un estímulo de la conducta, pero al seguir profundizándose este tema lo consideró como respuesta de la conducta. De ahí su perspectiva de que el estrés era un estímulo, focalizándose en las condiciones del medio ambiente que lo producían.

Por ende, para diferenciar ambos términos, Selye comenzó a emplear el término estresor (estímulo) y estrés (respuesta). Es por eso que una gran diversidad de situaciones diferentes da como respuesta, el estrés, pero que estas respuestas siempre serían las mismas.

b. La perspectiva de Lazarus

Esta perspectiva es planteada y desarrollada por Lazarus en 1993; en donde afirma que el concepto de estrés proviene de la manera o forma en que el ser humano observa la situación psicológica, englobada en estos factores:

- Factores Psicológicos: las personas tienden a experimentar estrés, por las facultades cognitivas de alto nivel que poseen. El impacto que causa el estrés en el organismo, se manifiesta con la sensación de amenaza, vulnerabilidad en la conducta. Es por ende que cualquier situación o acontecimientos repentino que demande esfuerzo o trabajo, resulte estresante, para quien lo padece, ya que este problema no respeta edad, ni sexo, ni condición económica.
- Valoración: es la manera de cómo afrontar el problema. Toda persona posee tres tipos de valoración según la conducta que se manifiesta: cuando se

enfrentan por primera vez a un problema (primera), cuando se plantean una idea de cómo controlar el peligro (segunda) y en el momento en que hace una reevaluación al disponer de nueva información (tercera).

- La Vulnerabilidad: aparece cuando la persona se encuentra desprotegida por la falta de recursos físicos o sociales, debido a como aumenta va creando una situación amenazante o peligrosa, perjudicando de manera psicológica, física, moral y social y si no es tratada a tiempo, puede acarrear males irreparables.
- Afrontamiento: es la capacidad o incapacidad, de cómo una persona busca los medios o la forma más inteligente para afrontar una situación de estrés. Ya sea buscando ayuda psicológica, asistiendo a terapias, buscando la ayuda de su familia, practicando técnicas de relajación, entre otros.

c. Teoría transaccional del estrés

Esta teoría sale a la luz desde 1987, donde Lazarus y Folkman, manifiestan un modelo transaccional, el cual está centrado en una serie de evaluaciones por parte de la persona frente a una situación estresante experimentada y a la vez se relacionan con la estrategia de afrontamiento que utilizará frente a esta situación.

A continuación, da descripción de cada serie de valuación:

- Primera evaluación: es la manera de como la persona percibe o interpreta la situación estresante; estas pueden ser irrelevante (la situación no se considera amenazante ni beneficiosa), positiva o beneficiosa (las consecuencias de la situación traen beneficios) y estresante (las consecuencias son negativas, pueden traer pérdidas o amenazas)
- Segunda evaluación: en esta evaluación la persona busca la forma y los recursos que tiene según su entorno, para enfrentarse a la situación ya identificada que le generan estrés.
- Reevaluación: aquí se trabaja la retroalimentación, según como la persona va percibiendo la situación; de esa manera lo va interpretar, evaluar y afrontar, para buscarle una solución o contraponerla y no dejar que forme parte de su vida.

En conclusión, siempre una situación positiva o negativa va a provocar una respuesta estresante; es por eso que estas evaluaciones nos ayudan a cómo afrontar este problema, y a tener en cuenta sobre que recursos tener a la mano, para poder utilizarle en el momento preciso; ya que la situación de estrés dependerá, según la interpretación personal que le demos al acontecimiento vivido.

d. El estrés como modelo procesual

Este modelo se da a través de la integración; concepción del estrés como estímulo, proceso interactivo y respuesta. Así mismo este modelo integrador, presenta siete etapas, explicadas seguidamente:

- Primera etapa: comienza con intentos psicosociales, inmersas en los estresores externos, que están visibles en el entorno donde el ser humano se desenvuelve.
- Segunda etapa: aquí el ser humano evalúa a las variables externas que son las causantes del estrés.
- Tercera etapa: aparece como resultado de la segunda etapa; aquí se generan las respuestas, ya sean fisiológicas, motoras o cognitivas.
- Cuarta etapa: aquí surge la manera o la forma de como la persona busca afrontar el problema de estresor.
- Quinta etapa: aquí incluye las variables personales en donde se evidencia los factores genéticos y adquiridos, que le servirán a la persona como recurso para afrontar el estrés.
- Sexta etapa: es bueno tener en cuenta los factores sociales: como el contexto político, la cultura y el nivel socio económico; ya que estas van a influir de manera significativa en el proceso de percepción y afrontamiento de la situación estresante.
- Séptima etapa: es la más importante; ya que en esta se va evaluar el estado de salud mental luego de pasar por las seis etapas mencionadas anteriormente.

2.1.1.3. Agentes estresantes

Según Núñez, et al. (2014), nos recomienda que siempre se debe tener en cuenta a estos agentes estresantes por sus efectos o consecuencias que suele generar en la persona, afectando su desarrollo de manera física y psicológica. Es por eso que su estudio debe tener estos objetivos:

1. Determinar el problema y tratar todos sus efectos, provocados por el estrés.
2. Buscar los medios o recursos para procurar prevenir a la persona sobre esta enfermedad y sus consecuencias, que posteriormente van a repercutir en su salud. Estos recursos pueden ser: tratamiento farmacológico u otras técnicas como, la relajación y al mismo tiempo tienen que aplicarse de manera directa al entorno que provoca este problema

Estos agentes estresantes se dan de acuerdo a estos ámbitos:

Tabla 1

Ámbitos de los agentes estresantes

Ámbito	Agente estresante
<p>Familiar</p> <p>Este ámbito suele ser el más común que origina el estrés, debido a la repercusión emocional que presumen los problemas familiares.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Desmedido ruido en la familia como: gritos, juegos de los niños, bulla de la radio o televisión, etc., provocando un ambiente insano. - Problemas en la relación de los padres, ofensa, engaños, embarazos no deseados, contratiempos en la vida sexual, etc. - Problemas de salud de algún integrante de la familia. - Vástagos inseguros (no trabajan, no estudian, están inmersos en algún problema como: drogadicción, alcoholismo, prostitución etc.). - Atención y cuidado de algún integrante de la familia, mayormente los ancianos, que dependen de una enfermedad (alzhéimer, invalidez de algún tipo, etc.), u otro familiar que presente una dificultad, que no le permita desarrollarse por sí mismo.
Escolar	<ul style="list-style-type: none"> - El ritmo y estilo de su aprendizaje.

<p>Este ámbito es el más importante, ya que aquí es donde se evidencia el rendimiento académico del estudiante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Acoso, maltrato o humillación por parte del docente. - Poco conocimiento o experiencia frente a un tema determinado. - Dificultades en las relaciones interpersonales con sus compañeros. - Alimentación inadecuada. - Aglomeración de tareas para su casa. - Escasez en la búsqueda de información para sus tareas o investigaciones.
<p style="text-align: center;">Social</p> <p>Este ámbito se refiere al modelo de vida de la persona, y la relación de su entorno en su sociedad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Radicar en zonas donde persiste el ruido y la contaminación. - Estar inmerso en la tensión e inseguridad debido a las largas listas de espera, por parte del sector privado por falta de atención ya sea; en alumbrado público, agua potable, desagüe, etc. - La forma de vida en la ciudad es un factor de tensión para el individuo: prisas, tráfico intenso, distancias, etc. - Radicar en zona conflictiva, como; pandillaje, drogadicción, alcoholismo, prostitución, etc. - Morar en zona alejadas de su centro educativo y por ende, falta de movilidad.
<p style="text-align: center;">Personal</p> <p>En este ámbito, los agentes estresantes, actúan sobre su personalidad, generando una mayor propensión a sufrir estrés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Padres con ingresos económicos bajos. - Cambio en la forma de vida, debido a alguna enfermedad o padecimiento, un divorcio, perdida de trabajo, etc. de la cabeza principal del hogar. - Dedicación de los padres a sus otros hijos, padres, abuelos u otros familiares, sacrificando el tiempo y dedicación del niño.

En la tabla se observa a los agentes estresantes según el ámbito en donde se encuentra el niño o la niña, por Núñez, Viamontes, González, Ortiz y Cabrerías (2014),

2.1.1.4. Fases del estrés escolar

Como referencia tenemos a Maturana y Vargas (2015), que mencionan tres fases, descritas a continuación:

a. Fase de alarma

En esta etapa se evidencia una baja resistencia frente a los agentes estresantes que producen tensión en la persona, evidenciando una sensación de estar “agobiado por mil cosas”.

También se le conoce como fase de alerta general, porque surgen cambios para hacerle frente a las demandas causadas por los agentes estresantes, los síntomas que se perciben pueden ser: acrecentamiento de la frecuencia cardiaca, variabilidad de la temperatura, alteración o cambios en la tensión, etc.)

b. Fase de resistencia

Esta fase va depender considerablemente de la fuerza y la facultad de resistir frente a este problema. Así mismo, quien padece estrés, y no es tratado a tiempo, llega a manifestar problemas clínicos (físicas) y mentales.

En esta fase los síntomas desaparecen, debido a que el organismo de la persona persistentemente se va adaptando a las consecuencias del agente estresante, evidenciados a través de una cadena de mecanismos de reacción que le permiten resistir frente a este padecimiento.

En el caso de un estudiante se origina cuando ya se ha adaptado a la sobrecarga alargada con respecto al tiempo, sufriendo modificaciones que compensan la homeostasis (autorregulación que le ayuda a resistir cambios, con la finalidad de conservar su organismo interno estable)

c. Fase de agotamiento

Aquí se reducen las defensas, porque el agente estresante, al perdurar con el tiempo, han prevalecido los mecanismos de respuesta en el organismo de la persona, proporcionando un espacio a síntomas similares a la primera fase

En el estudiante el problema se origina cuando está inmerso a estrategias o técnicas adaptativas, estas se van perdiendo poco a poco, causando reacciones de tipo emocional, conductual y cognitiva, al mismo tiempo estas reacciones empiezan a ser perceptibles.

Síntomas de esta fase:

- Descenso en el rendimiento académico.
- Decadencia de destrezas cognitivas.
- Decrecimiento en sus destrezas para resolver problemas.
- Perdida contante motivación.
- Cansancio excesivo.
- Decadencia en la concentración y la atención.
- Mínima paciencia ante la frustración o fracaso.
- Obstáculo para interactuar con sus compañeros y pares.
- Dificultad para comunicarse e interactuar con sus docentes.
- Poco interés para asistir al colegio.
- Incremento de malestares como; dolor de cabeza, dolor abdominal, dolor de nuca.
- Comportamiento ansioso como: rascarse, morderse las uñas, etc.
- Síntomas de incertidumbre e impaciencia,
- Indicios de depresión, inestabilidad o angustia.
- Dificultades en la conducta, irritación o agresividad inmediata.
- Cambios en la conducta del sueño, como: insomnio, hipersomnia, somnolencia, pesadillas.
- Desorden en la alimentación, como incremento o disminución al consumir alimentos.

2.1.1.5. Las respuestas del individuo al estrés

Según Albuja (2012), agrupa en dos campos a estas distintas respuestas según como lo manifieste la persona frente al estrés.

- a. Respuestas psicológicas: se manifiestan de manera concatenadas puesto que constituyen el organismo de la persona y del medio que lo envuelve, afectando su salud.

Estas respuestas comprenden tres factores, representadas de manera sintetizadas:

Tabla 2

Respuesta psicológica al estrés

Emocionales	Cognitivos	Comportamiento
- Pérdida de la energía física.	- Expresa incompetencia para tomar iniciativa.	- Tartamudea al comunicarse con los demás.
- Perdida de la energía psíquica.	- En ciertas ocasiones le se bloquea mentalmente.	- Adopta conductas negativas como: Fumar y beber.
- Disminución en el estado de ánimo.	- Muestra actitud de fragilidad frente a las críticas.	- Suelta carcajadas cada vez que se siente nervioso.
- Muestra indiferencia y desanimado.	- Manifiesta confusión frente a un problema o solución de algo.	- Muestra nerviosismo, lastimándose a si mismo con actitudes como: arrancarse el cabello, mordisquearse las uñas.
- Fobia a sufrir dolencias.	- Cualquier cosa lo distrae fácilmente.	- Consume desmedidamente medicamentos que le sirven como tranquilizantes.
- Descenso en su autoestima.	- Tiende a olvidarse frecuentemente.	- Práctica actividad física de manera exagerada.
- Cambios emocionales: a veces esta alegre y de la nada se pone triste o de manera viceversa.		- Demuestra conducta inapropiada para alimentarse.
- Manifiesta inseguridad e inquietud,		
- Constantemente muestra tensión.		

En la tabla se observa las respuestas emocionales, cognitivas y de comportamiento que evidencia una persona con estrés, por Albuja (2012).

b. Respuestas biológicas: Los mecanismos fisiológicos del organismo se ponen en marcha, e intentan sincronizarse entre ellos para defenderse de la

agresión. Intervendrían el sistema nervioso central y periférico y el sistema endocrino, que incrementa la secreción de hormonas, como adrenalina y noradrenalina o cortisol. (Albuja, 2012, p. 56).

Así mismo existen otros factores que influyen en este tipo de respuesta como: la edad, el sexo, la raza, etc. Por ende, frente a un mismo agente estresante, las respuestas fisiológicas van a variar de acuerdo a las características propias de cada persona que padece estrés.

2.1.1.6. Consecuencias del estrés escolar

Por su parte Maturana y Vargas (2015), afirman lo siguiente: “Las hormonas del estrés son perjudiciales para el cerebro, pues los niveles elevados de cortisol pueden causar daños en el hipocampo, que desempeña un papel decisivo en la memoria, sobre todo la que afecta al recuerdo de actividades recientes”. (p.58).

Sin embargo, en situaciones adecuadas (situaciones de emergencia), los cambios que manifiesta la persona, originados por el estrés, son beneficiosos, porque adecuan su organismo para responder pertinentemente a cualquier situación de problema o agente estresante más complicado.

Estas consecuencias aparte de afectar a la persona indicada, también llega a afectar a las personas que le rodean, como: familia, compañeros de estudios, amigos, y a todos los ámbitos en la cual está inmerso.

A continuación, se muestra las consecuencias del estrés, según los ámbitos en la cual se desenvuelve la persona:

Tabla 3

Consecuencias del estrés

Ámbito	Consecuencias del estrés
Familiar	- Cambios generales en la vida familiar.
	- Malas interrelaciones con otros familiares.
	- Dificultad para relacionarse con los hijos, repercutiendo en su desarrollo afectivo y social.

	<ul style="list-style-type: none"> - Vulnerabilidad en la relación de pareja, llegando la separación en malos términos. - Irregularidades en la economía de la familia. - Mal humor e irritación por todo. - Inasistencias prolongadas a la escuela por motivos de salud. - Disminución en las relaciones interpersonales con los compañeros y docentes por altercados, antipatía, irritabilidad, impaciencia etc.
Escolar	<ul style="list-style-type: none"> - Incumplimiento del horario escolar (retirarse antes o llegar tarde). - Disminución en el rendimiento académico. - Riesgo constante de accidentarse en la escuela. - Abrumar a los compañeros y docentes de clase con contrariedades personales. - Poca colaboración en su vecindad y sucesos sociales. - Deterioro en la relación con los vecinos, debido al aislamiento por culpa del estrés.
Social	<ul style="list-style-type: none"> - Incremento en ocasionar accidentes de tráfico, por consumo de alcohol, fármacos (sedantes), entre otros o sino por alteraciones en la conducta emocional. - Exceso en los servicios de atención primaria y urgencias por los síntomas que produce la situación de estrés y por los gastos económicos sanitarios que genera un diagnóstico certero. - Alteraciones psicológicas y orgánicas. - Aumento en el riesgo de accidentes laborales. - Peligro de automedicación. - Aumento en el consumo de fármacos, como analgésicos, hipnóticos para dormir, para paliar los síntomas derivados del estrés.
Personal	<ul style="list-style-type: none"> - Alteraciones por cambios en el comportamiento: En la alimentación (obesidad o anorexia). - Aumento del consumo de alcohol (alteraciones hepáticas y de conducta). - Aumento del consumo de tabaco (trastornos pulmonares).

En la tabla se observa las consecuencias del estrés, en sus ámbitos familiar, escolar, social y personal, repercutiendo en la persona de una manera negativa y afectando a su alrededor, por Torres, Mena, Fernández, Espejo y Montero (2012).

2.1.1.7. Tratamiento para el estrés

Torres, Mena, Fernández, Espejo y Montero (2012).

El tratamiento del estrés puede enfocarse desde dos desde dos puntos de vista, el psicológico y el médico.

a. Aspectos psicológicos del tratamiento

Desde el punto de vista psicológico, podemos abordar el tratamiento en sus aspectos corporal, cognitivo y del comportamiento:

Tabla 4

Aspectos psicológicos del tratamiento

Tipo de terapia	Características
Corporal	<ul style="list-style-type: none"> - Intenta contrarrestar las reacciones fisiológicas del estrés. - Las más utilizadas son las técnicas de relajación, que tienen como objetivo que la persona sea capaz de contener sus propias reacciones, mediante la contracción y relajación muscular y el control de la respiración en un ambiente tranquilo. - Otras técnicas utilizadas son la meditación trascendente, el yoga o el budismo zen. - Se basa en la utilización de una serie de procedimientos tendentes a modificar la conducta del individuo. Los más importantes son: <ul style="list-style-type: none"> - Sustituir pensamientos negativos y exagerados por otros más positivos y menos excesivos.
Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> - Enseñar a manejar las situaciones de estrés (se explica cómo afectan y cuáles deben ser las respuestas adecuadas). - Ayudar a afrontar la situación de conflicto para que el paciente intente solucionarla y pueda enfrentarse en lo sucesivo a otro tipo de situaciones, lo que además incrementa su confianza en sí mismo.
De modificación del comportamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Enseña a reservar tiempo para el descanso físico y para realizar algún tipo de actividad fuera del trabajo.

En la tabla se observa algunas características para cada tipo de terapia (corporal, cognitivo y se modificación del comportamiento), que pueden ayudar a disminuir el estrés en el ámbito psicológico, por Torres, Mena, Fernández, Espejo y Montero (2012).

b. Tratamiento médico

Desde una perspectiva general, hay que adoptar unas medidas higiénico-dietéticas adecuadas que pueden atenuar los efectos negativos del estrés y que acompañen al tratamiento médico propiamente dicho, en el que se utilizarán fármacos específicos.

Tabla 5

Tratamiento médico

Tipo de terapia	Características
Higiénico-dietética	<ul style="list-style-type: none">- Dormir las horas necesarias: al menos 7-8 diarias.- Llevar una dieta equilibrada en la que se pueda comer de todo, aunque evitando algunos alimentos que pueden potenciar la respuesta del estrés, como la cafeína y el alcohol, algunos quesos, fiambres, yogures, etc.- Realizar algún tipo de ejercicio físico con regularidad, pues mejora el bienestar personal tanto físico como psíquico y tiene un efecto neutralizante del estrés. No debe practicarse con carácter competitivo, porque esto supondría añadir un motivo más a la situación de estrés.
Farmacológica	<ul style="list-style-type: none">- Con los fármacos se intenta que desaparezcan los síntomas físicos y psicológicos producidos por el estrés.- Los medicamentos más utilizados en el tratamiento del estrés son ansiolíticos, que suprimen la ansiedad, y antidepresivos, en caso de que exista depresión.

En la tabla se observa algunas características para cada tipo de terapia (higiénico – dietético y farmacológica), que pueden ayudar a disminuir el estrés en el ámbito médico, por Torres, Mena, Fernández, Espejo y Montero (2012).

2.1.2. Programa Neuroeducativo

2.1.2.1. Definición de programa según autores

Para Contreras (2007), la configuración de un programa está principalmente dirigido a los estudiantes, padres de familia y todos los agentes educativos.

También es considerada como una experiencia de aprendizaje porque tiene que estar bien planificada, estructurada, y diseñada para poder satisfacer las necesidades de todos los agentes educativos.

Desde un enfoque similar, Riart (1996), afirma que un programa; “Es una planificación y ejecución en determinados períodos de unos contenidos, encaminados a lograr unos objetivos establecidos a partir de las necesidades de las personas, grupos o instituciones inmersas en un contexto espaciotemporal determinado” (citado en Contreras, 2007, p. 41).

2.1.2.2. Elementos orientadores para la configuración de un programa

Desde el punto de vista de Contreras (2007), menciona a siete elementos orientadores, partiendo de las líneas teóricas que se manejan para la configuración de un programa:

a. ¿A quién va dirigido el programa?

Es importante hacer de conocimiento quienes serán los beneficiarios del programa, en especial todos los estudiantes, porque tienen derecho a la orientación educativa. Es bueno tener en cuenta que los beneficiados son los que pertenecen a la unidad de estudio, ya sea docentes, padres de familia o personal administrativo.

b. ¿Él para qué?

Esta interrogante implica delimitar los objetivos ya sea general u específicos. Es decir, el para que yo estoy aplicando dicho programa, o que pretendo conseguir en un ámbito determinado, según su área del desarrollo: personal, social, escolar o vocacional.

c. ¿El qué?

Con esta interrogante se da paso a la representación de los contenidos, que forman parte de los núcleos temáticos, la cual están relacionados a cada objetivo específico. Por ejemplo: si lo que planteamos en los objetivos es la formación hábitos de higiene, conductas disruptivas, el estrés, entonces los contenidos

deben representar estos estereotipos, ya que aportaran un conjunto de elementos que faciliten el logro de los objetivos planteados en el programa.

d. ¿El cómo?

Este me permite determinar, las estrategias que voy a utilizar para lograr mis objetivos planteados. Para ello es importante tener en cuenta; las actividades a desarrollar, los beneficiarios, los objetivos y los contenidos. Estas estrategias deben ser flexibles, dinámicas, motivadoras y sobre todo responder a las necesidades, expectativas e intereses de los participantes del programa.

e. ¿El con qué?

Esta interrogante, está relacionado con los recursos humanos, institucionales y financieros del investigador, que se tienen que tener en cuenta para llevar a cabo el programa. Este elemento, es el que hace posible su ejecución y determina el grado de compromiso de los participantes.

f. ¿El cuándo?

Este elemento orientador exige al establecimiento de la secuencia de ejecución del programa, dentro de ello también se tiene en cuenta la temporalización o cronograma.

g. ¿El dónde?

Está relacionado en demarcar geográficamente y espacialmente el ámbito lugar donde se llevará a cabo la aplicación del programa, puede ser en la institución educativa, el grado o los grados o la sección de la muestra, en este caso los estudiantes.

En conclusión, un programa es indispensable ya que nos brinda las pautas necesarias para seguir una secuencia detallada y sobre todo lograr los objetivos generales como específico, además de poder dar solución a un problema en la cual están inmersos los estudiantes, repercutiendo en su aprendizaje.

2.1.2.3. Definición de algunos términos

A. Neurociencia

En una investigación De Sousa, Posada y Lucio, (2018), explica que la neurociencia, se encarga de estudiar los principios que detallan la estructura del funcionamiento neuronal, dentro del cerebro de una persona.

Según Carminati y Waipan (2015), plantea que “Las neurociencias son el conjunto de ciencias cuyo sujeto de investigación es el sistema nervioso, con particular interés en como la actividad del cerebro se relaciona con la conducta y el aprendizaje” (p. 8)

Así mismo, Landívar (2016), afirma; que la neurociencia destaca la relevancia de los componentes de la integración sensorial en los procesos cognitivos. Es decir, cuando uno percibe y procesa la información, el cerebro sobresale la necesidad de incluir los sentidos, ya que dicha información llega por medio de estos. Esta información toma la forma de señales eléctricas que van al cerebro donde es procesada. Es por eso que se recomienda integrar más de un sentido a la hora de aprender, ya que todos los sentidos trabajan juntos al mismo tiempo. En conclusión, la neurociencia nos dice que se aprende mejor cuando se estimula varios sentidos al mismo tiempo sobre algo específico que se desea enseñar u aprender.

Landívar (2016), también nos dice que la actividad física es una manera de acrecentar progresivamente el flujo sanguíneo y con ello la oxigenación del cuerpo, aumentando una cantidad de conexiones neuronales, que llegan a impactar de manera positiva en las estructuras sinápticas y la plasticidad cerebral, llegando a facilitar a su vez el proceso de aprendizaje en el estudiante

En conclusión, es bueno considerar al ejercicio físico como mediador para ayudar a mejorar progresivamente el comportamiento de los estudiantes, sus destrezas sociales, sus habilidades cognitivas y con ello una actitud positiva hacia la escuela. Así mismo el ejercicio acrecienta la dopamina y norepinefrina (químicos del cerebro) que influyen en el estado anímico del estudiante.

B. Educación

Teniendo en cuenta a De Sousa, Posada y Lucio, (2018), señala que la educación permite el desarrollo de nuevos conocimientos a través del proceso de aprendizaje. Esto se evidencia cuando el estudiante es capaz de usar nuevos

conceptos y de transformarnos de acuerdo a sus experiencias vividas, es por eso que la educación crea condiciones óptimas para el desarrollo de competencias por parte del estudiante.

En conclusión, la educación se refiere a la idea de formar estudiantes que puedan desarrollar de manera autónoma todas sus capacidades y destrezas, para insertarse en la sociedad llevando una vida plena y contribuyendo con ella. Es decir, formarse de manera integral, en base a sus dimensiones; ético, espiritual, cognitiva, afectiva, estética, corporal, espiritual y sociopolítica, a fin de lograr su realización propia y plena en la sociedad, tan difícil en la cual estamos inmersas.

C. Neuroeducación

En una investigación de Batro (2005), nos dice que:” La neuroeducación es la nueva interdisciplina o transdisciplina que promueve una mayor integración de las ciencias de la educación con aquellas que se ocupan del desarrollo neurocognitivo de la persona humana”. (citado en Carminati y Waipan 2015, p. 8),

Según De Sousa, Posada y Lucio, (2018), argumenta que; la neuroeducación investiga las condiciones en las cuales el aprendizaje mejora, ya que aprender nos permite modificar estructuras en el cerebro, con ayuda de la neuroplasticidad cerebral. Es por eso que el docente debe investigar sobre cómo funciona el cerebro, en base a ello realizar las actividades adecuadas de acuerdo a cada etapa de su desarrollo y teniendo en cuenta los procesos cognitivos que debe potenciar en ellos.

Según Méndez (2019), lo define como: la manera en que la educación aprovecha las aportaciones de la neurociencia para entender sobre cómo se producen los aprendizajes en este caso, los estudiantes. De ahí se entiende que un cerebro no es igual a otro. Todo esto le permite al docente atender a la diversidad en las aulas, respetando su ritmo y estilo de cada estudiante, permitiéndoles así, ser protagonistas autónomos de su proceso de aprendizaje.

Así mismo la neuroeducación contribuye con interesantes temas a la educación, y si comparamos con el sistema educativo tradicional, observaremos las

diferencias significativas, dando lugar a procesos de enseñanza – aprendizajes innovadores, por parte de la neuroeducación, como se observa en la siguiente tabla:

Tabla 6

Diferencias entre la neuroeducación y el sistema tradicional.

Neuroeducación	Sistema tradicional
- Atiende a la diversidad individualizado.	- Igualdad del aprendizaje para todos.
- Trabajo en equipo, cerebro social.	- Trabajo individual sin supervisión.
- Cerebro dinámico, plástico, en constante transformación.	- Cerebro estático.
- El centro de enseñanza es el estudiante y su derecho al aprendizaje.	- El centro de enseñanza es el docente y solo el transmite los conocimientos.
- Participación activa del estudiante.	- Estudiante pasivo, no participa.
- El docente actúa como guía o acompañante.	- El docente solo transmite los conocimientos.

En esta tabla se observa las diferencias del aprendizaje según la neuroeducación, investigación actual con sistema tradicional que a pesar de los años se sigue enseñando, por Méndez (2019).

2.1.2.4. ¿Cómo funciona el cerebro?

En la opinión de Méndez (2019), manifiesta que; el cerebro humano se divide en hemisferio izquierdo y hemisferio derecho, en el que hay aproximadamente 250 millones de fibras nerviosas. Ambos intervienen de manera conjunta y conectados de manera integral en todos los procesos de aprendizaje.

Así mismo Carminati (2015), considera al cerebro, como el mecanismo más complejo, que controla todos los aspectos de nuestra vida y agota el 20% de nuestra energía que necesitamos para funcionar. Está bien organizado y para lograr energizarlo se requiere conocer su recorrido: el cerebro capta y transmite estímulos del exterior y del interior del cuerpo constantemente. Este es conocido como, un proceso electroquímico, donde las neuronas (unidad funcional y estructural del sistema nervioso) transmiten con precisión, y rapidez señales eléctricas denominadas impulsos nerviosos.

2.1.2.5. Partes principales y su funcionamiento

Méndez (2019), nos dice que; el trabajo en conjunto de todas las partes implicadas del cerebro dará lugar a una producción rápida y duradera de los aprendizajes y con ello beneficiará emocionalmente a la persona.

A continuación, se detalla cada parte y su funcionamiento:

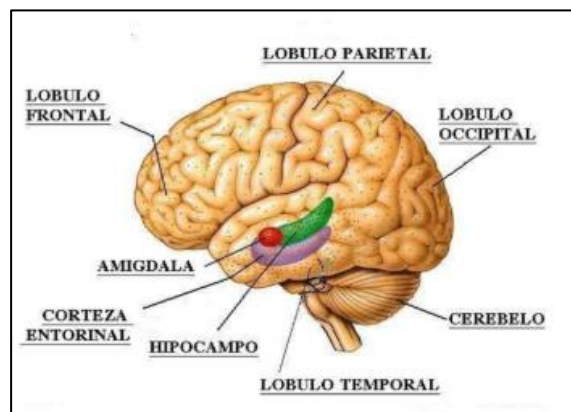
Cerebro: es quien controla el pensamiento, la interpretación, la memoria y la toma decisiones de la siguiente manera:

Cuando se inicia un proceso de aprendizaje, la información entra al cerebro y este a su vez se encarga de separarla, reconstruirla y conectarla. En este proceso, entran en funcionamiento estas partes:

- a. Tálamo: parte del cerebro que recibe los estímulos de los sentidos, excepto del olfato, a la vez se encarga de repartirlos para ser procesados. Ejemplo: cuando en una clase los estudiantes ven un video, escuchan música o manipulan objetos. Es aquí donde se inicia la distribución del recorrido de la información.
- b. Amígdala: esta recibe la información del tálamo relacionadas a las emociones y conductas, activadas durante el proceso de aprendizaje, quedando registrado en la memoria y facilitando su almacenamiento por largo tiempo.
- c. Hipocampo: se encarga de organizar, evaluar y cataloga los recuerdos, ya sean nombres, lugares, paisajes, textos o dibujos, de modo que permanezcan en la memoria por largo tiempo.
- d. Neocórtex: aquí se producen la lectura, la planificación, el análisis, la síntesis y la toma de decisiones, es por ello que se encarga del orden más dominante del pensamiento del ser humano.
- e. Cerebelo: este interviene en el equilibrio, el movimiento, la coordinación motora a partir de la información visual, auditiva, somatosensorial y vestibular. A su vez está relacionado con el proceso cognitivo, favoreciendo el aprendizaje. Es por eso que, si incorporamos el movimiento en nuestras aulas, vamos a fortalecer la memoria y el aprendizaje de manera significativa en los estudiantes.

Por otro lado, se encuentra la corteza cerebral, que es la mayor estructura del cerebro y se ocupa de recubrir el resto de estructura del mismo. Está dividida en ocho lóbulos, formado por cuatro pares y encontrándose cada uno de ellos en uno y otro hemisferio. Cada uno se encarga de uno o varias funciones a rasgos generales; el occipital se encarga de la visión, el temporal del oído, el parietal de integrar la información sensorial y el frontal del control de los movimientos de cada uno de las partes del cuerpo, entre otras. (Méndez, 2019, p.18).

Figura 1. *Localización de amígdala e hipocampo.*



Fuente: libro “Una propuesta de neuroeducación: no hay un cerebro igual que otro”. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=FW6iDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=neuroeducacion&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwikrdflspfoAhX6lrkGHWAVDA8Q6wEIMTAB#v=onepage&q&f=false>

En conclusión, nuestro cerebro es como una empresa, donde todos trabajan como un todo, en funcionamiento del proceso de aprendizaje, es importante tener en cuenta que la sorpresa, la motivación, la emoción, la relajación, la atención, el deporte, la novedad, o el trabajo en equipo, favorecen al cerebro de manera significativa y fomentan el aprendizaje y conocimiento autónomo en nuestros estudiantes.

2.1.2.6. Dimensiones de la neuroeducación

A. Atención

Citando a Carminati y Waipan (2015), indican que, esta dimensión se inicia con el procesamiento de la información y tiene como función controlar, regular los procesos cognitivos y ejercer un control sobre la percepción y la memoria. La atención todo el tiempo está en alerta cuando bruscamente ocurre un cambio, un estímulo, una incitación, un objeto nuevo, etc.

Para que exista una atención constante, el estímulo debe ser importante, ya que este se mantiene según el interés o la motivación del mensaje.

B. Memoria

Según Carminati y Waipan (2015), consideran a la memoria, como la capacidad que se encarga de retener y recordar ideas, imágenes, símbolos, conceptos y sensaciones vividos anteriormente y lo hace a través de procesos inconscientes. Así mismo nos dice que cuando más aspecto diferente sujete la memoria de una persona, contará con más ventajas y le será más fácil para recuperar una información, ya que cada aspecto le proporciona una manera distinta de sostenerse y le sirve para extraer la memoria total a partir del lugar donde se encuentra almacenada.

C. Aprendizaje

Desde el punto de vista de Carminati y Waipan (2015), plantean que el aprendizaje es un proceso constante en nuestras vidas, ya que todo lo que percibimos a través de los sentidos, pasa por un proceso y eso favorece a nuestra inteligencia.

Del mismo modo De Sousa, Posada y Lucio (2018), consideran que el aprendizaje en edades tempranas se va adquiriendo a través del medio que les rodea, es decir aprenden todo lo que observan y al mismo tiempo lo imitan. Es por eso que en edad temprana la memoria de los niños y niñas es como una esponja, ya que van absorbiendo todo lo que está a su alrededor. En este aprendizaje participan procesos neurobiológicos, cognitivos, emocionales y pedagógicos que deben desarrollarse en un ambiente apropiado para el aprendiz. Es por eso que el docente debe conocer a cada uno de sus estudiantes, y sobre todo conocer los procesos cognitivos de cada uno de ellos, para que pueda tomar el camino correcto de enseñarles de acuerdo a su ritmo y estilo de aprendizaje.

Así mismo De Sousa, Posada y Lucio (2018), explican que las funciones cognitivas son las que permiten la recepción y el procesamiento de estímulos, incluyendo sus respuestas, a esto se le llama pensamiento, el mismo que permite el raciocinio y la emoción.

Cuando se da un proceso de aprendizaje, primero se recibe la información, luego se procesa y por último esto va a responder a los estímulos, evidenciándose en cuatro fases detalladas a continuación:

1. Percepción: por acá se recibe la información a través de los sentidos, dándole un significado.
2. Memoria: se encarga de registrar la información, por un tiempo, y de retener los datos almacenados mediante los sentidos.
3. Funciones ejecutivas: se encargan de procesar los elementos de la información y los relacionan con los conocimientos que anticipadamente fueron almacenados en la memoria.
4. Funciones expresivas: estas se encargan de permitir que la información se responda a mediante la comunicación; expresadas por medio del lenguaje.

En conclusión, es importante que todos los docentes conozcan los procesos cognitivos de cada estudiante, y sobre todo los procesos de aprendizaje de cada uno de ellos para que les puedan brindar una enseñanza adecuada y oportuna y sobre todo que esto le ayude a solucionar problemas de su sociedad en un futuro.

D. Motivación

Empleando las palabras de Altamirano (2019), sostiene que la motivación es fundamental para que se origine un aprendizaje. Para ello el estímulo debe impactar, sino los procesos cognitivos no se darán de una manera adecuada, y eso no permitirá darse un aprendizaje significativo.

Del mismo modo Altamirano (2019, p. 41), propone unas herramientas y medios para un buen desarrollo de la neuroeducación:

1. Formar nuevos profesores, capacitados y expertos en sus áreas, potenciar sus cualidades e involucrarlos en nuevos episodios complejos e inquietantes.
2. Conoces las actividades que generan un desarrollo cerebral en los estudiantes y como ejercitarlos para obtener los beneficios de un aprendizaje potencial y permanente.
3. Partir de un enfoque integral y holístico, donde lo cognitivo, emocional y cultural fomenten un aprendizaje eficaz.

4. Dotar al currículo y a la evaluación de una ruta de nuevos alcances y enlaces respecto a las potencialidades que el educando debe adquirir. Todo ello será posible si llegamos a comprender la neurociencia y los desafíos que otorga conocer la composición y contenidos de los hemisferios cerebrales en la configuración con aprendizajes, experiencias y competencias.

2.1.2.7. La neuroplasticidad

Según Carminatti (2015), considera a la neuroplasticidad, como el acrecentamiento paulatino de la capacidad de adaptación del cerebro a nuevos aprendizajes requeridos.

A. Tipos de plasticidad.

En una investigación de Blakemore (2011), señala tres tipos de plasticidad que se desarrollan en el cerebro de una persona.

1. Etapas del desarrollo

En cada etapa de nuestro desarrollo, se puede observar o sentir una sensibilidad cerebral, esto nos permite adquirir constantemente destrezas relacionadas a cada una de las ocho inteligencias. Es ahí que nuestro cerebro cambia paulatinamente de manera natural mediante las conexiones celulares y la velocidad en que se comunican las células neuronales.

2. Ambiente

Cuando observamos o experimentamos algo nuevo, se cambia en el cerebro la fuerza entre las conexiones de las células. Es por eso que un niño debe tener un ambiente preparado, organizado cuidadosamente para que pueda aprender y adquirir una cultura novedosa e independencia autónoma. Así mismo se tiene en cuenta tres factores: el entorno, el material y el guía, trabajando los tres en conjunto logran estimular su desarrollo cerebral.

3. Interacción social

Todo ser humano necesita interactuar con alguien para facilitar el desarrollo del cerebro, y así obtener un aprendizaje significativo. En el proceso de aprendizaje, mediante la interacción social destacan las neuronas espejo, encargadas de

absorber los movimientos, comportamientos y destrezas para luego reflejarlo como propio comportamiento de lo que se absorbió. Comparando con la mente de un niño y su sensibilidad especial, esto le permite tomar algo impactante de su ambiente, absorberlo y buscar la forma de como adaptarlo a su vida diaria.

2.1.2.8. Formas de interactuar:

A. La interacción entre docente y estudiante

El docente va a facilitar o fomentar en el estudiante la curiosidad por aprender, la imaginación, la autorreflexión y la independencia. Todo esto va a generar en su aprendizaje la observación, el cuestionamiento y la exploración de ideas en forma independiente, con todo esto el estudiante y sumado a eso un ambiente acogedor, le será más fácil aprender.

B. La interacción entre compañeros.

Discutir en equipo, va a surgir un dialogo democrático con respeto entre ellos. Esta interacción tiene que ser en favor a la exploración conjunta de ideas nuevas, planteamiento de hipótesis, corrección de sus ideas, exposiciones, juegos, todos ellos basado en los valores principales del respeto, tolerancia, justicia y empatía. Si se tiene en cuenta todas estas características, más el ambiente ameno, entonces la interacción entre compañeros será productiva.

2.1.2.9. Las emociones siempre presentes en el aprendizaje

Dicho con palabras de Carminati y Waipan (2015), emoción y aprendizaje son términos inseparables. Las emociones en relación al aprendizaje, permiten estas etapas: adquisición, almacenamiento, recuperación de la información, etc. y si afecta directamente a la motivación; va a alterar el proceso de aprendizaje, a través de estas emociones: la ira, la tristeza, la ansiedad, repercutiendo de manera negativa en el estado de ánimo del estudiante.

Emociones positivas guían el aprendizaje

- Las emociones son mecanismos de supervivencia adaptadas en el cerebro, que se manifiestan en el estado de ánimo de cada persona.
- Estos mecanismos le permiten a la persona escaparse del peligro o inclinarse hacia acciones beneficiosas.

- Estas emociones son expresadas a través de los gestos, influyendo de manera positiva o negativa en otras personas.
- Los estados emocionales se expresan con variables positivas o negativas.

2.1.3. Relación entre ambas variables

Después de haber revisado teóricamente el marco teórico y considerado precisas y relevantes definiciones de ambas variables, las relacionamos de esta manera:

Como lo hace notar Fernández y Méndez (2015), donde considera al estrés; como el resultante entre la relación de las variables de recursos y desafíos.

Así mismo nos dice que; cuando el desafío es muy bajo o inferior para los recursos viables con los que cuenta el estudiante para su aprendizaje, puede llegar a aburrirse o tener apatía, si, por otro lado, las exigencias son percibidas de manera alta, entonces, el estudiante va a sentir distrés; que no es más que la angustia y sobreexigencia para sí mismo, llegando a repercutir de manera negativa en su rendimiento académico.

Entonces, de ello podemos deducir que cuando los desafíos ofrecidos presentan un nivel tan alto como sus recursos internos, entonces; el estudiante va a llegar a experimentar eustrés, más conocido como el estrés positivo, lo cual es necesario para activar en el estudiante su tiempo motivacional, es decir, cualquier aprendizaje que sea participe, lo tome con agrado, facilitando así un aprendizaje significativo.

Pautas para lograr el estrés positivo en relación a la neuroeducación

Como lo hacen notar Fernández y Méndez (2015), destacando estas cinco pautas muy relevantes para mantener a un estudiante motivado:

1. Realizar una buena evaluación diagnóstica para ofrecer desafíos acordes a las competencias de los estudiantes. Para ello, el docente tiene que tener en cuenta los variados ritmos y estilos de aprendizajes de los estudiantes, para que así la motivación sea permanente y logre activar su sistema de recompensa cerebral, produciendo los neurotransmisores encargados del

placer (dopamina), activación cerebral (noradrenalina) y satisfacción (serotonina). Todos ellos trabajando de manera conjunta para lograr una motivación significativa en el estudiante.

2. Repetir con novedad: el docente debería considerar como estrategia, repetir constantemente los contenidos relevantes para que el aprendizaje se fortalezca, es ahí que sus redes neuronales se refuerzan, dando lugar a distintos estilos de aprendizaje en el estudiante.
3. Confiar plenamente en nuestros estudiantes: debemos de demostrar confianza en ellos, ya que de eso dependerá que alcancen sus objetivos. Mientras más cometan errores, muy lejos de ser fracasos, será parte de su proceso de aprendizaje. Es por ello que el estudiante debe ser consciente de sus errores como parte de su aprendizaje, eso le ayudara a ser más resilientes.
4. Reconocer sus avances: resaltar siempre sus logros y confiar de manera asertiva en lo que aún no han logrado, incentivándolo, que solo es cuestión de tiempo o en el caso del docente, cambiar nuestro estilo de enseñanza, ajustándolo a sus ritmos y estilos de aprendizajes. Esto ayudara en el fortalecimiento de su autoestima, y con ello lograra sentirse autorrealizado en todos sus ámbitos.
5. Relacionar los aprendizajes con emociones positivas y significativas: si bien es cierto, las emociones juegan un rol importante en el aprendizaje del estudiante, entonces si el impacto emocional es muy fuerte, el aprendizaje quedara consolidado de manera significativa.

En conclusión, para que se genere un aprendizaje significativo, el estudiante tiene que estar motivado, tanto físicamente como psicológicamente, a la vez teniendo como mediador al docente, quien tiene que estar preparado para asumir este reto de manera empática e innovadora y así aplacar el problema del estrés, enfermedad que va avanzando cada día, y si no estamos preparados nos ganara la batalla. Es ahí que debemos educar en base a la neuroeducación.

2.2. Marco conceptual

En este contexto trabajamos nuestra metodología adecuada al objetivo de estudio que perseguimos y usamos a lo largo del trabajo de investigación, en la cual detallamos un conjunto de conceptos básicos que revisamos a continuación.

A. Estrés

El estrés es la respuesta involuntaria y natural del organismo frente a cualquier situación que resulta amenazante o desafiante, que se presenta en nuestra vida y nuestro entorno, ya que siempre estamos en constante cambio y por ende nos demanda bruscas adaptaciones; que conllevan a la acumulación de estrés. (González y García, 1995)

B. Ámbito familiar

Este ámbito suele ser el más común que origina el estrés, debido a la repercusión emocional que presumen los problemas familiares. (Núñez, Viamontes, González, Ortiz y Cabrerías, 2014).

C. Ámbito escolar

Este ámbito es el más importante, ya que aquí es donde se evidencia el rendimiento académico del estudiante (Núñez, Viamontes, González, Ortiz y Cabrerías, 2014).

D. Ámbito Social

Este ámbito se refiere al modelo de vida de la persona, y la relación de su entorno en su sociedad (Núñez, Viamontes, González, Ortiz y Cabrerías, 2014).

E. Neurociencia

La neurociencia, se encarga de estudiar los principios que detallan la estructura del funcionamiento neuronal, dentro del cerebro de una persona (De Sousa, Posada y Lucio, 2018).

F. Neuroeducación

En una investigación de Batro (2005), nos dice que:” La neuroeducación es la nueva interdisciplina o transdisciplina que promueve una mayor integración de

las ciencias de la educación con aquellas que se ocupan del desarrollo neurocognitivo de la persona humana” (citado en Carminati, 2015, p. 8),

G. Atención

Se inicia con el procesamiento de la información y tiene como función controlar, regular los procesos cognitivos y ejercer un control sobre la percepción y la memoria (Carminati y Waipan, 2015).

H. Memoria

Es la capacidad que se encarga de retener y recordar ideas, imágenes, símbolos, conceptos y sensaciones vividos anteriormente y lo hace a través de procesos inconscientes (Carminati y Waipan, 2015).

I. Aprendizaje

Es un proceso constante en nuestras vidas, ya que todo lo que percibimos a través de los sentidos, pasa por un proceso y eso favorece a nuestra inteligencia (Carminati y Waipan, 2015).

J. Motivación

Es fundamental para que se origine un aprendizaje. Para ello el estímulo debe impactar, sino los procesos cognitivos no se darán de una manera adecuada, y eso no permitirá darse un aprendizaje significativo (Altamirano, 2019).

K. Neuroplasticidad

Es el acrecentamiento paulatino de la capacidad de adaptación del cerebro a nuevos aprendizajes requeridos (Carminati y Waipan, 2015).

L. Emociones

Son mecanismos de supervivencia adaptadas en el cerebro, que se manifiestan en el estado de ánimo de cada persona (Carminati y Waipan, 2015).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Hipótesis central de la investigación

Si se aplica apropiadamente el Programa Neuroeducativo entonces reducirá significativamente el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

3.2. Variables e indicadores de la investigación

3.2.1. Variable independiente:

Programa Neuroeducativo

3.2.2. Variable dependiente:

Estrés

3.2.3. Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores
ESTRÉS	Orlandini (2012), afirma: “El termino estrés también denomina la respuesta psíquica que se manifiesta por pensamientos, emociones y acciones ante la situación de amenaza, y que se expresa a través de comportamientos como estados de perplejidad, de ansiedad, de humor o de agresión”. (p.12)	El estrés es el resultado físico, psicológico, conductual frente a una situación estresante que genera cambios en nuestro cuerpo y en nuestra mente. Así mismo esta variable será evaluada con las dimensiones:	Social	Manifiesta situaciones que involucran relaciones sociales e interacciones con amigos en diferentes escenarios.
			Académico	Evidencia situaciones que involucran actitudes negativas en lo académicas.
			Familiar	Involucra situaciones cotidianas en casa y relación con miembros familiares.

PROGRAMA NEUROEDUCATIVO	Campos (2010, p.10), considera a la neuroeducación; como una nueva línea de pensamiento y acción que tiene como principal objetivo acercar a los agentes educativos a los conocimientos relacionados con el cerebro y el aprendizaje.	Este programa Neuroeducativo se enfoca en reducir el estrés partiendo de la propia realidad de cada uno de ellos. De la misma manera esta variable será medido con el instrumento de escala valorativa y en base a estas dimensiones:	Actividades relajantes	Logra relajarse a través de ejercicios.
			Actividades de captación de atención	Logra una atención - concentración continua.
			Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a través de actividades.
			Actividades de trabajo individual libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.
			Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividades de trabajo.
			Retroalimentación	Analiza actividades de retroalimentación.
			Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje a través de una evaluación personalizada.

3.3. Métodos de la investigación

3.3.1. Tipo de investigación

Por su naturaleza del estudio de la investigación, este informe de tesis reúne las condiciones de tipo aplicada o de transformación.

Ramírez (2004), afirma sobre esta investigación que aparte de generar conocimiento, también es capaz de buscar soluciones aceptables y pertinentes a un fenómeno social determinado, en este caso dentro de la pedagogía.

3.3.2. Métodos

A. Experimental:

Martínez (2015), nos dice: “Por lo general el investigador que emplea este método modifica los hechos para estudiarlos, de ahí la estrecha relación entre observación y experimentación, de tal manera que primero se observa el fenómeno de estudio y después se experimenta con él”. (p. 90)

B. Explicativa:

“Están dirigidos a responder por las causas de los eventos y fenómenos físicos y sociales. Como su nombre lo indica, su interés se centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se manifiestan o por que se relacionan dos o más variables”. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 95)

3.4. Diseño o esquema de la investigación

En esta investigación educativa, se empleará el diseño cuasi experimental porque trabaja con dos grupos intactos, con pre y pos test.

“En este tipo de diseño los sujetos no son asignados de forma azarosa a los grupos ni emparejados, pues los grupos (en estudio) se forman antes del experimento.” (Ortiz, 2015, p.64)

Diseño:

$$G_1 = O_1 \text{_____} X \text{_____} O_2$$

$$G_2 = O_3 \text{_____} O_4$$

Dónde:

G₁ : Grupo Experimental

G₂ : Grupo Control

- O₁ y O₂ : Pre test
- O₂ y O₄ : Post test
- X : Programa Neuroeducativo

3.5. Población y muestra

3.5.1. Población

La población de estudio de esta investigación, estuvo constituida de esta forma:

Tabla 7

Población total de estudiantes del 6to grado “A” y “B” del nivel primario, en la Institución Educativa. N°88331 – Rinconada.

Grado	Estudiantes
6to “A”	21
6to “B”	20
Total	41

Nota: Fuente de Nómina de matrícula de la Institución Educativa N°88331 Rinconada-2020.

3.5.2. Muestra

Diseños experimentales: cuasi o Pre

- En este trabajo de investigación se utilizará un diseño muestral **no probabilístico** de tipo por **conveniencia**, donde las unidades de estudio serán elegidos a criterio de la investigadora, teniendo como base a la disponibilidad de la aplicación del programa Neuroeducativo, es decir, las mismas unidades de estudio de la población serán también para la muestra. Es por ello que se trabajara con los estudiantes del sexto grado “A” y “B” la cual estuvo integrada por 41 niños y niñas de la Institución Educativa N°88331 Rinconada, de los cuales 24 son niños y 17 son niñas comprendidos entre los 11 y 12 años; donde se permitirá la interacción entre el docente y el

estudiante. En esta investigación se busca reducir el estrés de los estudiantes de este grado.

Tabla 8

Muestra de estudiantes del 6to grado “A” y “B” del nivel primario, en la Institución Educativa. N°88331 – Rinconada.

Grupos	Grados	Estudiantes
GE	6to “B”	20
GC	6to “A”	21
	Total	41

Nota: Fuente de Nómina de matrícula de la Institución Educativa N°88331 Rinconada-2020.

3.6. Actividades del proceso investigativo

En el proceso investigativo se cumplió con las siguientes acciones:

- Autorización y coordinación con el director y docente del aula del sexto grado de educación primaria de la Institución Educativa N° 88331 – Rinconada.
- Selección de la muestra.
- Revisión de los datos personales de los estudiantes.
- Presentación de la investigación por parte del docente de aula a los estudiantes.
- Aplicación del pretest al grupo experimental y grupo control.
- Aplicación de la variable independiente al grupo experimental (programa).
- Aplicación del post test al grupo experimental y grupo control.
- Procesamiento y análisis de la información.
- Agradecimiento al director, docentes y estudiantes por el apoyo otorgado.
- Elaboración del informe final.

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Tabla 9*Técnicas e instrumentos de recolección de datos*

VARIABLE	TECNICA	INSTRUMENTO
Variable dependiente	Observación sistemática	Test de Estrés Cotidiano Infantil EECI
Variable independiente	Observación directa	Escala valorativa

3.7.1. Técnicas

Las técnicas que se emplearon en este trabajo de investigación son:

a. La observación sistemática

Según (García, Martínez y Marcelo, 2009, p. 4). “Es la más frecuente, se da bajo nomas concretas sobre un campo debidamente delimitado y con una finalidad concreta”.

Por eso en esta investigación se utilizará este procedimiento, que consistió primero en recoger informacion observada, luego de ello interpretarlo y obtener conclusiones; porque lo que se estudia e investiga y para modificar conductas en cada estudiante, frente a su participacion en cada taller aplicado.

b. La observación directa

Citando a (Sierra. 2001), nos detalla claramente sobre esta observación, alegando lo siguiente:

Es la inspección y estudio realizado por el investigador, mediante el empleo de sus propios sentidos, especialmente de la vista, con o sin ayuda de aparatos técnicos, de las cosas y hechos de interés social, tal como son o tienen lugar espontáneamente en el tiempo en que acaecen y con arreglo a las exigencias de la investigación científica (p. 253).

Eh ahí la importancia de esta técnica, porque que permitió, observar de manera directa a cada estudiante, analizar sus características, sus destrezas, sus habilidades, sus actitudes – aptitudes, etc.; registrándose el avance en una

escala valorativa por cada taller.

3.7.2. Instrumento

Para llevar a cabo esta investigación se utilizó estos instrumentos.

a. Escala valorativa

En una investigación de (Ñaupas, et al., 2014. p. 229), afirmaban esto:

En consecuencia, las actividades se miden con el uso de escalas en las que se dan un conjunto de afirmaciones, proposiciones o juicios sobre los cuales los respondientes deben expresar su reacción o respuesta, de manera gradual: muy de acuerdo, de acuerdo, más o menos de acuerdo, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo.

b. Escala de estrés cotidiano infantil (EECI)

Es un instrumento fue adaptado por la investigadora para satisfacer los objetivos de la investigación. Este instrumento fue aplicado a estudiantes del 6to grado “A” y “B” del nivel primario, en la Institución Educativa. N°88331 Rinconada - 2021, consigna de 36 ítems, cada uno plasmados con sus respectivos componentes del estrés (cognitivo, afectivo, fisiológico y conductual) (Trianes, et al., 2009), así mismo está formulado de acuerdo a sus dimensiones: familiar, académico y social (Oros y Vogel, 2005).

Tabla 10

Matriz de la Escala de Estrés Cotidiano Infantil

Situación de estrés	Componentes del estrés			
	Cognitivo	Afectivo	Fisiológico	Conductual
Social	29, 16, 36	4, 17, 33	26, 19, 25	11, 7, 34
Familiar	12, 13, 27	30, 32, 9	22, 18, 20	3, 8, 35
Académico	5, 14, 28	6, 24, 23	1, 15, 21	2, 10, 31

Nota: los números hacen referencia a cada número de ítem de la escala.

Las opciones de respuesta a los ítems fueron medidas con las siguientes escalas: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) Casi siempre y (4) Siempre. La aplicación de la prueba tuvo una duración aproximada de 30 minutos.

De la misma manera con este instrumento se buscó determinar la consistencia interna de los ítems formulados para medir la variable dependiente, esta a su vez fue medido con el método del Alfa de Cronbach y aplicado a una muestra piloto de 15 estudiantes con características similares a la muestra, obteniéndose un coeficiente de confiabilidad de $r = 0.886$. La confiabilidad de este instrumento me permitirá medir el estrés antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en los estudiantes del 6to grado “A” y “B” del nivel primario, en la Institución Educativa. N°88331 – Rinconada.

3.8. Procedimiento de recolección de datos

3.8.1. Validez del instrumento

En el caso de la validez se contó con la opinión de 03 juicios de expertos, personas especializadas en el tema de acuerdo a su especialidad, quienes con su opinión favorable y fiable hicieron que dicho instrumento cumpla con las características apropiadas para su medición en el Programa SPSS 25.

Tabla 11

Personas especializadas en el tema de acuerdo a su especialidad

Nombre y apellidos	Grado	Mención
Romy Kelly Mas Sandoval	Doctor	Gestión y Ciencias de la Educación
Jacqueline Hernández Falla	Doctor	Docencia y Gestión Educativa
Maribel Enaida Alegre Jara	Doctor	Docencia y Gestión Educativa Gestión y Ciencias de la Educación

De la misma manera, se consideró la literatura existente en nuestro medio y a la vez se admitió aspectos sobre la redacción y pertinencia eficaz para cada situación considerable que se procuró evaluar.

Por otro lado, tomando en cuenta el criterio y consideración de Juicio de Expertos utilizando la técnica estadística del Coeficiente de Proporción de Rangos, se obtuvieron los siguientes resultados especificados a continuación:

De todo lo mencionado anteriormente, se considera válido el instrumento: “Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI), con su respectiva estructura y su baremo de percepción.

Tabla 12. Estructura de la Escala

Estructura del instrumento: Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI)			
Dimensiones	# de ítems	Puntuación	Maximos/ Mínimos
D1	12	Nunca=1; Casi nunca=2; Casi siempre=3; Siempre=4	48/12
D2	12		48/12
D3	12		48/12
Total	36		144/36

Fuente: elaborado por la autora

Luego se utilizaron medidas descriptivas de posición (percentil 3) para confeccionar la escala ordinal siguiente:

Tabla 13. Niveles del estrés

Niveles del estrés				
Niveles	D1	D2	D3	General
Alto	36 - 48	36 - 48	36 - 48	108 - 144
Medio	24 - 35	24 - 35	24 - 35	72 - 107
Bajo	12 - 23	12 - 23	12 - 23	36 - 71
D1		D2	D3	General
Max: 48		Max: 48	Max: 48	Max: 144
Min: 12		Min: 12	Min: 12	Min: 36
Rango: 48-12=36		Rango: 48-12=36	Rango: 48-12=36	Rango:144-36=108
Amplitud= R/#niveles		Amplitud=R/#niveles	Amplitud=R/#niveles	Amplitud=R/#niveles
a=36/3=12		a=36/3=12	a=36/3=12	a=108/3=36

Fuente: elaborado por la autora

3.8.2. Confiabilidad del instrumento

La confiabilidad se determinó a través de la prueba de Alfa de Cronbach y los instrumentos se aplicó a la muestra piloto obteniéndose los siguientes resultados:

Tabla 14. Estadísticas de fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,886	36

Fuente: Programa SPSS 25

Interpretación de la significancia de $\alpha = 0,886$; lo que significa que los resultados de opinión de las 15 muestras de unidades de estudio respecto a los 36 ítems considerados en el instrumento, se encuentran correlacionados de manera confiable y aceptable.

Matriz de base de datos de muestra piloto del instrumento: |Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI)

U.E.	I1	I2	I3	I4	I5	I6	I7	I8	I9	I10	I11	I12	I13	I14	I15	I16	I17	I18	I19	I20	I21	I22	I23	I24	I25	I26	I27	I28	I29	I30	I31	I32	I33	I34	I35	I36	
1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	2	1	3	2	1	3	2	1	2	3	4	4	3	2	1	3	2	2	3	4	
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	3	4	3	4	2	3	2	4	3	4	2	3	4		
3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	1	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	1	3	4	1	3	1	4	3	4	3	4	2	2	2	3	4	3	4	3	
5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	4	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	3	3	4	1	
6	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	4	4	2	2	1	3	1	2	2	2	4	3	4	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4	
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	1	3	4	3	3	
8	2	3	3	3	4	2	2	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	1	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	
9	2	3	2	4	3	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	1	2	2	4	3	4	1	2	1	2	4	3	2	1	4	3	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	1	1	2	2	3	3	4	2	3	1	2	2	3	3	4	4	3	
11	4	4	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	2	4	4	3	1	3	2	2	2	2	1	3	2	3	4	3	2	3	2	2	
12	4	4	4	2	5	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	1	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	1	
13	1	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3
14	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	4	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	2	
15	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	4	3	2	1	2	2	2	3	3	4	2	2	3	3	4	4	2	3	3	2	

3.9. Técnicas de procesamiento y análisis de los datos

Para el análisis de los datos, acudimos a tablas de frecuencias, gráficas de barras y a la estadística descriptiva, utilizándose las medidas de tendencia central y las medidas de dispersión, detalladas a continuación:

A. Medidas de tendencia central

a) Media Aritmética: se define como:

$$\tilde{X} = \frac{\sum_{i=1}^n xi fi}{n}$$

Dónde:

X : Media Aritmética

Σ : Sumatoria

fi : Número de alumnos con calificativos dentro del intervalo

n : Total de alumnos de la muestra

B. Medidas de dispersión

a) Desviación Estándar: que nos permite la dispersión, y su fórmula es:

$$S = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (Xi - X)^2 \cdot fi}{n - 1}}$$

Dónde:

S = Desviación estándar

$\Sigma(Xi - X)fi$ = Sumatoria de las desviaciones de los datos con respecto al promedio elevado al cuadrado multiplicado por su respectiva frecuencia.

Fi = Número con calificativos dentro del intervalo.

n-1 = Número de alumnos disminuido en uno.

b) Varianza (S^2): Es el cuadrado de la desviación estándar.

c) Coeficiente de Variación: esta medida nos permite obtener la comparabilidad de ambos grupos de investigación, cuya fórmula es:

$$C.V = \frac{S}{X} \times 100\%$$

Dónde:

C.V = Coeficiente de variación

S = Desviación estándar

X = Media Aritmética

C. Prueba de Hipótesis

- a) Prueba "t": Nos permite determinar si la hipótesis es congruente o no con la información recogida de la muestra de estudio para que esta sea aceptada o rechazada. Cuya fórmula es:

$$t = \frac{\bar{D} - Ud}{\frac{Sd}{\sqrt{n}}}$$

Dónde:

\bar{D} : Media de las diferencias de los puntajes de pre y post test.

Ud : Media poblacional. Su valor es 0 (cero)

Sd : Desviación estándar de las diferencias de puntaje.

N : Número de datos

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1.Resultados

1. Del Pre test

Tabla 15

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés antes de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel Estrés	Intervalos	Antes - GC		Antes - GE	
		<i>Frecuencia</i>	<i>%</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>%</i>
Bajo	[36 – 71]	11	52,4	9	45,0
Medio	[72 – 107]	10	47,6	11	55,0
Alto	[108 – 144]	0	0,0	0	0,0
TOTAL		21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test.

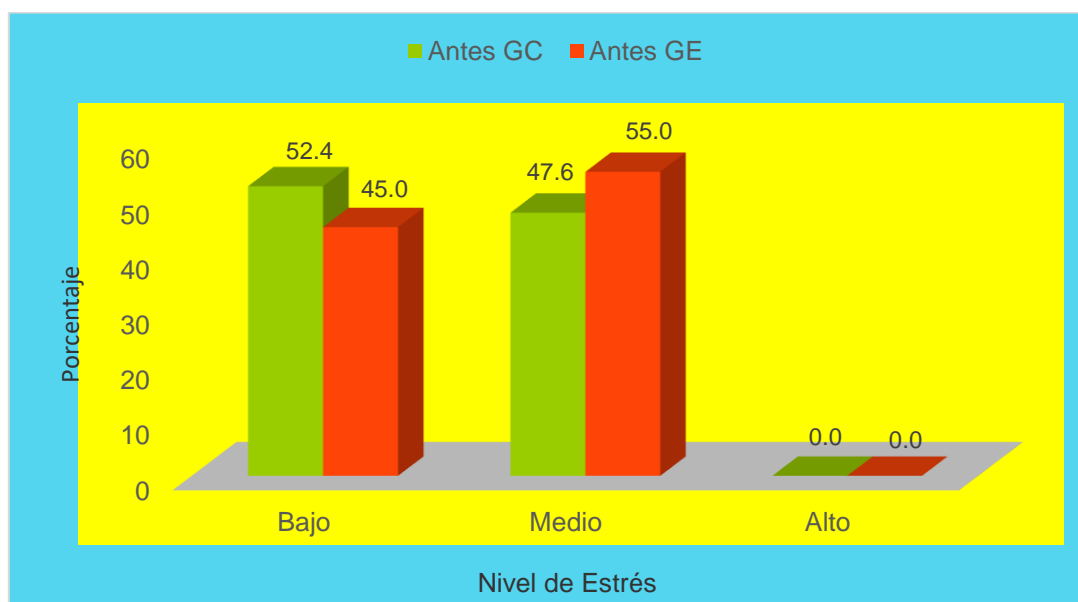


Figura 2: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés antes de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Tabla 16

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión social antes de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Estrés	Intervalos	Antes - GC		Antes - GE	
		<i>Frecuencia</i>	<i>%</i>	<i>Frecuencia</i>	<i>%</i>
Bajo	[12 – 23]	16	76,2	13	65,0
Medio	[24 – 35]	5	23,8	7	35,0
Alto	[36 – 48]	0	0,0	0	0,0
TOTAL		21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test.

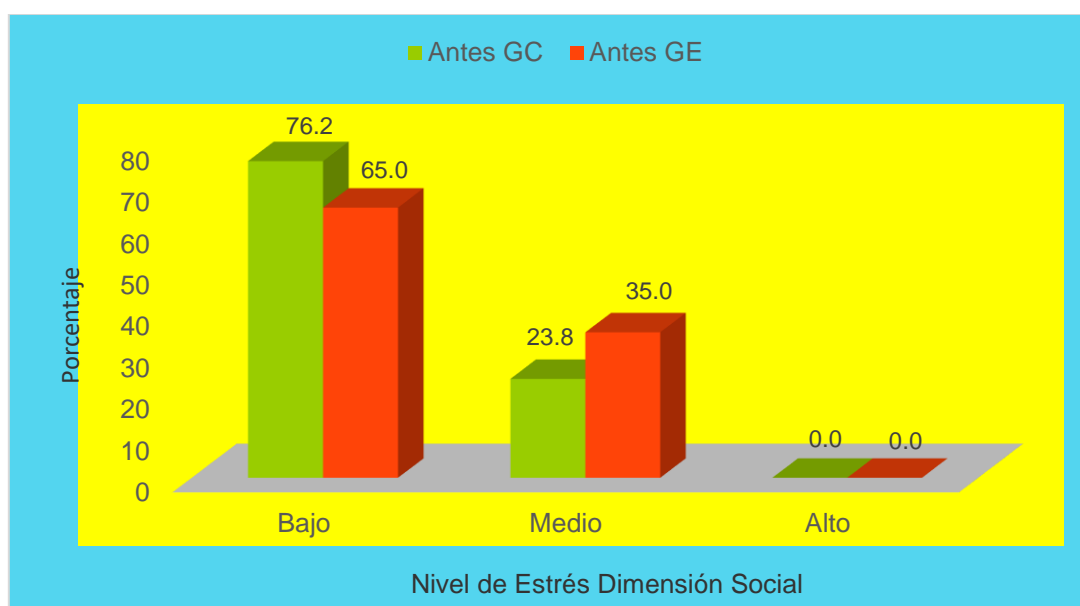


Figura 3: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión social antes de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Tabla 17

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión académico antes de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel	Intervalos	Antes - GC		Antes - GE	
		<i>Frecuencia</i>	%	<i>Frecuencia</i>	%
Bajo	[12 – 23]	3	14,3	2	10,0
Medio	[24 – 35]	16	76,2	16	80,0
Alto	[36 – 48]	2	9,5	2	10,0
TOTAL		21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test.

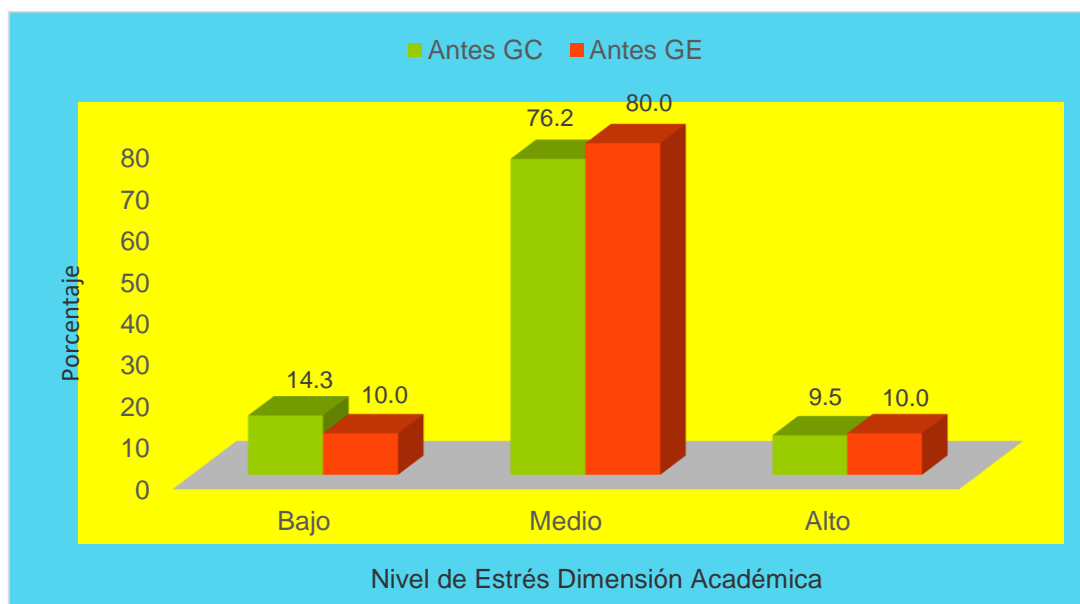


Figura 4: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión académico antes de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2020.

Tabla 18

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión familiar antes de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel	Intervalos	Antes - GC		Antes - GE	
		<i>Frecuencia</i>	%	<i>Frecuencia</i>	%
Bajo	[12 – 23]	13	61,9	13	65,0
Medio	[24 – 35]	8	38,1	7	35,0
Alto	[36 – 48]	0	0,0	0	0,0
TOTAL		21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test.

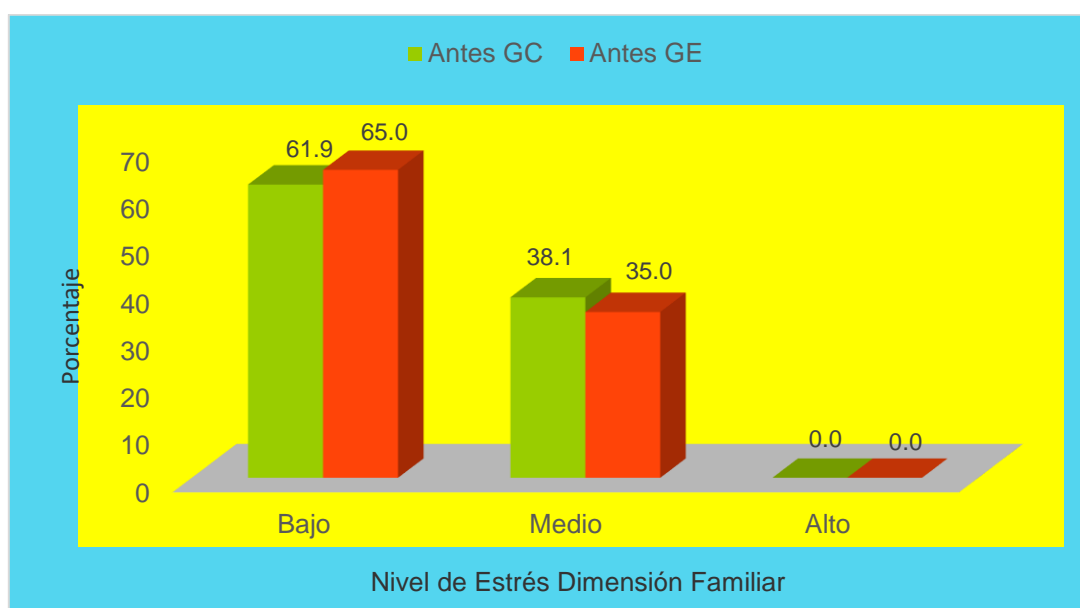


Figura 5: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión familiar antes de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2020.

2. Del post test

Tabla 19

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés antes y después de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel		Antes				Después			
		GC		GE		GC		GE	
		f _i	%	f _i	%	f _i	%	f _i	%
Bajo	[36 - 71]	11	52,4	9	45,0	8	38,1	16	80,0
Medio	[72 – 107]	10	47,6	11	55,0	13	61,9	4	20,0
Alto	[108 – 144]	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total		21	100,0	20	100,0	21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test y post test

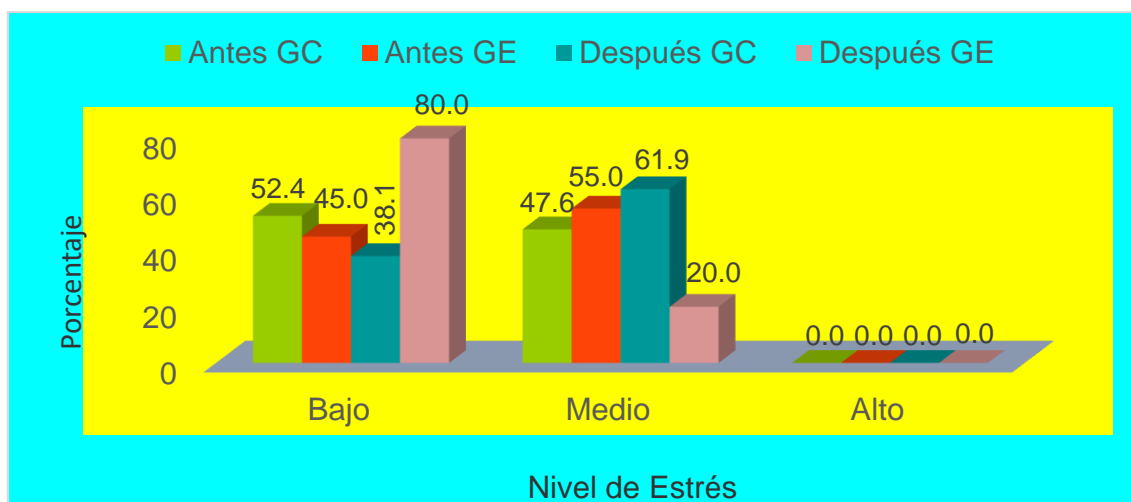


Figura 6: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés antes y después de aplicar el Programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Tabla 20

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión social antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel		Antes				Después			
		GC		GE		GC		GE	
		f _i	%	f _i	%	f _i	%	f _i	%
Bajo	[12 - 23]	16	76,2	13	65,0	14	66,7	20	100,0
Medio	[24 – 35]	5	23,8	7	35,0	7	33,3	0	0,0
Alto	[36 – 48]	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total		21	100,0	20	100,0	21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test y post test

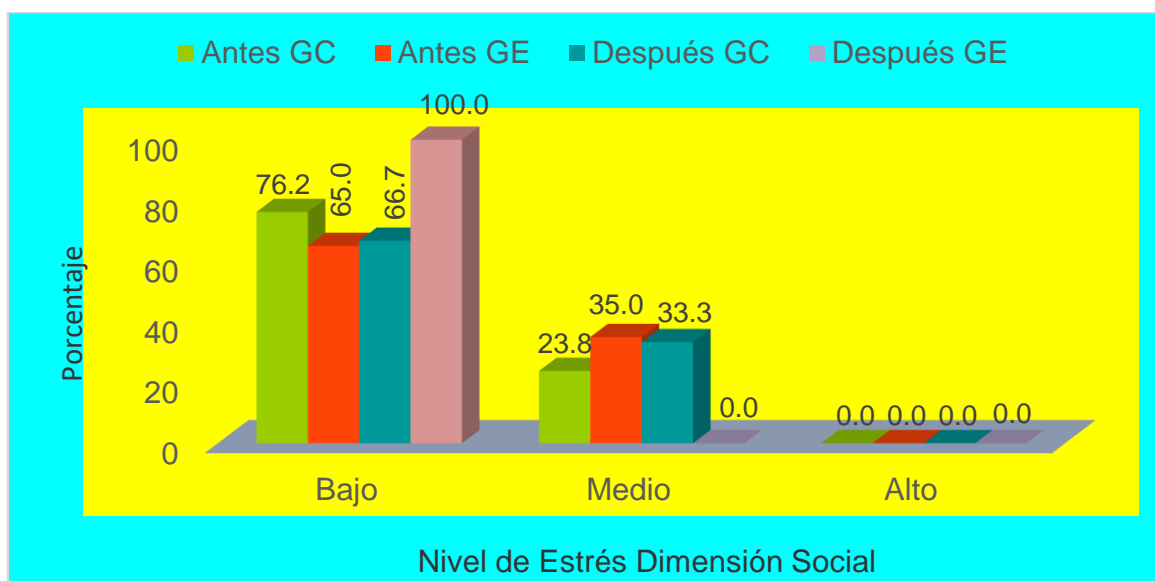


Figura 7: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión social antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Tabla 21

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión académico antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel		Antes				Después			
		GC		GE		GC		GE	
		f _i	%	f _i	%	f _i	%	f _i	%
Bajo	[12 - 23]	3	14,3	2	10,0	2	9,5	7	35,0
Medio	[24 – 35]	16	76,2	16	80,0	16	76,2	13	65,0
Alto	[36 – 48]	2	9,5	2	10,0	3	14,3	0	0,0
Total		21	100,0	20	100,0	21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test y pos test

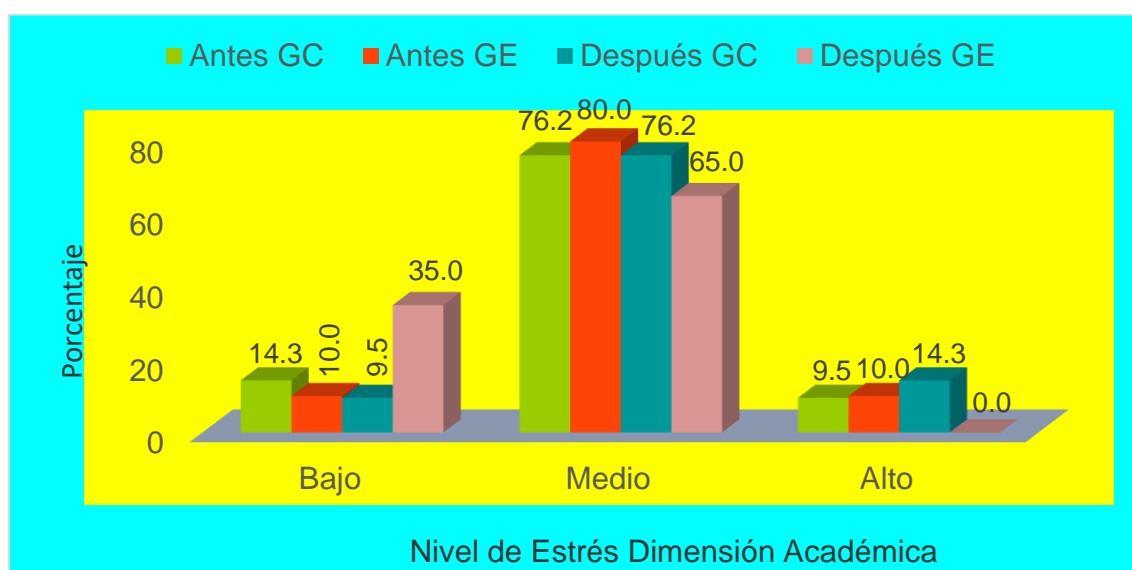


Figura 8: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión académico antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Tabla 22

Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión familiar antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Nivel		Antes				Después			
		GC		GE		GC		GE	
		f _i	%	f _i	%	f _i	%	f _i	%
Bajo	[12 - 23]	13	61,9	13	65,0	10	47,6	16	80,0
Medio	[24 – 35]	8	38,1	7	35,0	11	52,4	4	20,0
Alto	[36 – 48]	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total		21	100,0	20	100,0	21	100,0	20	100,0

Fuente: Elaboración propia basada en pre test y pos test

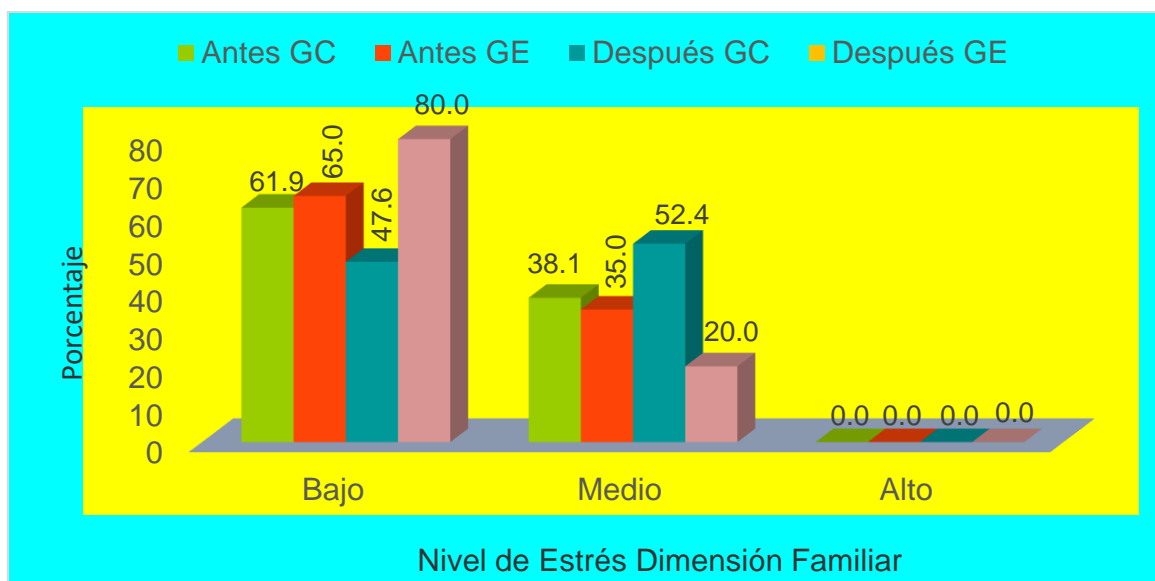


Figura 9: Resultados obtenidos por el grupo control y grupo experimental sobre el nivel de estrés en su dimensión familiar antes y después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

4.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 23

El Programa Neuroeducativo permite reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

Grupo	N	Media	Desviación. estándar	Coefficiente Variación
GE	20	63,35	7,527	11,9%
GC	21	75,48	8,790	11,6%

Prueba T para muestras independientes

GE v.s. GC	t	p
Valores	-4,734	0,000

Fuente: Elaboración propia basada en pre test y pos test

4.3 Discusión

En esta investigación se utilizó el diseño cuasi experimental de pre test – post test con dos grupos: a los dos grupos se le aplicó un pre test para medir los niveles de estrés, después del pre test se aplicó el programa Neuroeducativo, para finalmente aplicar la evaluación del post test, luego de haberse desarrollado los talleres de Neuroeducación.

1. Del pre test y post test

En la Tabla 19 y Figura 6 se muestra que antes de aplicar el programa el 52,4% de los estudiantes del grupo control y el 45,0% de los estudiantes del grupo experimental tuvieron bajo estrés, así también se percibe que el 47,6% de los estudiantes del grupo control presentaron estrés a nivel medio, en tanto que los estudiantes del grupo experimental en un porcentaje superior (55,0%) tuvieron este nivel. Al contrario, sucedió después de aplicar el programa, pues el grupo control en un 38,1% y el 80,0% del grupo experimental alcanzaron bajo estrés, mientras que el grupo control incremento a 61,9% con estrés medio, pero el grupo experimental redujo al 20,0% su estrés medio.

En la Tabla 20 y Figura 7 se muestra que antes de aplicar el programa el 76,2% de los estudiantes del grupo control mostraron bajo estrés en su dimensión social, en cambio el grupo experimental en un 65,0% presento este nivel. Así mismo se percibe que el 23,8% de los estudiantes del grupo control presentaron estrés de nivel medio en su dimensión social, mientras que el 35,0% de los estudiantes del grupo experimental tuvieron este nivel. Sin embargo, después de aplicar el programa el grupo control en 66,7% tuvo bajo estrés en su dimensión social, pero el grupo experimental se incrementó al 100,0% con bajo estrés en la dimensión mencionada.

En la Tabla 21 y Figura 8 se muestra que antes de aplicar el programa el 14,3% de los estudiantes del grupo control mostraron bajo estrés en su dimensión académica, en cambio el grupo experimental en un 10,0% presento este nivel. Además, se percibe que el 76,2% de los estudiantes del grupo control presentaron estrés de nivel medio en su dimensión académica, mientras que el 80,0% de los estudiantes del grupo experimental tuvieron este nivel y solo el

9,5% y 10,0% de los estudiantes del grupo control y grupo experimental sintieron alto estrés en su dimensión académica. En cambio, después de aplicar el programa el 9,5% de los estudiantes del grupo control y el 35,0% del grupo experimental lograron bajo estrés en su dimensión académica, además se percibe con mayor presencia que el 76,2% de los estudiantes del grupo control y 65,0% del grupo experimental tienen estrés de nivel medio.

En la Tabla 22 y Figura 9 se exhibe que antes de aplicar el programa el 61,9% de los estudiantes del grupo control reflejo bajo estrés en su dimensión familiar, mientras que el grupo experimental en un 65,0% presento este nivel. luego, se percibe que el 38,1% de los estudiantes del grupo control presentaron estrés de nivel medio en su dimensión familiar, mientras que el 35,0% de los estudiantes del grupo experimental tuvieron este nivel. Por otra parte, al aplicar el programa el 47,6% de los estudiantes del grupo control y el 80,0% del grupo experimental tuvieron bajo estrés en su dimensión familiar, también el 52,4% y 20,0% de los estudiantes del grupo control y grupo experimental respectivamente mostraron estrés de nivel medio en la dimensión mencionada.

2. De las medidas estadísticas

En la tabla 23 se percibe que después de aplicar el programa, los estudiantes del grupo experimental obtuvieron un puntaje promedio de 63,35 con una desviación estándar de 7,527, en cambio los estudiantes del grupo control lograron un promedio de 75,48 con una desviación estándar de 8,790, de manera que el programa redujo el estrés en los estudiantes del grupo experimental de manera homogénea respecto a los estudiantes del grupo control. Por esta razón al aplicar la prueba T-Student se determinó un valor $p = 0,000 < 0,05$ el cual justifica de manera significativa con nivel de 5% que el programa redujo el estrés en los estudiantes del grupo experimental en relación a los estudiantes del grupo control.

3. De los antecedentes

Con respecto a los antecedentes revisados y plasmadas dentro de este trabajo investigativo, sirvió para proporcionar referentes válidos que se discutirán a continuación:

En las investigaciones de Martínez (2019), concluyo que el estrés en educación primaria: están implicadas en el aprendizaje y en el rendimiento académico de los estudiantes, generando en ellos muchas dificultades en las que están inmersos todos los días y que son determinantes en el éxito o el fracaso, tanto personal como académico.

Por otro lado, se coincide con Márquez, Azofeifa y Rodríguez (2019), quienes ya que mencionan que el docente está llamado a crear y proponer estrategias de intervención efectivas para mejorar la motivación en las prácticas deportivas y otras actividades en educación física y así poder fomentar y potenciar sus destrezas motoras básicas.

Así mismo se tomó el aporte significativo de Moreno (2019), aportando que es de suma importancia profundizar sobre este tema relacionado a la salud mental, específicamente: sus causas y consecuencias en estudiantes del nivel primario, esto evidenciado después de aplicar el programa.

Además, coincido con De León (2016), cuando señala que los principales factores desencadenantes de estrés cotidiano se dan en el ámbito familiar; como un clima estresante, el cual va a propiciar conflictos entre los integrantes de esa familia, generando problemas de conducta en la adolescencia y deserción escolar. Esto evidenciado luego de aplicar el programa.

De igual manera se comparte los aportes de Ruiz, Blázquez, Pastor, Roger y Moreno (2016), al mencionar que se debería tener en cuenta la necesidad de llevar a cabo, en las instituciones educativas, una educación a nivel emocional que brinde a los estudiantes desde pequeños una serie de herramientas y estrategias para lidiar con los estresores que los aglomeran y confunden día a día, siendo estos perjudiciales para su desarrollo emocional, social, físico y psicológico y a la vez alterar su adaptación al entorno escolar.

Así mismo Rubio (2016), concluyó que; es importante realizar actividades que permitan al estudiante sentirse calmado, estimulado y motivado haciéndole que él sea el principal protagonista de su aprendizaje y todo lo que realice sea beneficiosos para su atención, concentración, aprendizaje y sobre contribuya de manera eficaz en su personalidad., evidenciado en el programa Neuroeducativo.

Además se coincide con Maturana y Vargas (2015), el cual consideró al estrés como un problema amenazante en un nivel crónico, que a la larga, esta conlleva al desarrollo del rechazo a la escuela, ya sea en buenos estudiantes; con buena conducta, respetuosos, colaboradores, buen desempeño académico, pero cuando manifiestan este problema y de no instalar tratamiento adecuado, el rechazo a la escuela podría llegar a convertirse en algo más complicado que un problema familiar y los resultados pueden ir en deterioro académico, malas relaciones con sus pares, estados de ánimo cambiante o vulnerable, entre otros. Esto evidenciado antes de aplicar el programa.

Por último se comparte la idea de Castillo (2015), en su investigación sobre Neurociencia: que el movimiento o ejercicio físico debe ser incentivado y darle la debida importancia dentro de las instituciones; por ser una actividad que al oxigenar el cerebro lo prepara para la enseñanza - aprendizaje y así mismo les permite contar con un espacio de recreo que los relaja emocionalmente, de la misma manera les brinda un espacio para retomar energía y producir una buena reacción y socialización en equipo. Evidenciado después de aplicarse el programa.

4. Del marco teórico

Referente al marco teórico, la aplicación de la investigación “Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2021” y los resultados correspondientes nos permite constatar:

Se asume la postura de Orlandini (2012), quien afirma que el estrés se manifiesta por pensamientos, emociones y acciones ante la situación de amenaza, y que se expresa a través de comportamientos como estados de perplejidad, de ansiedad, de humor o de agresión.

Por otro lado, se coincide con Moreno (2019), quien mediante perspectivas: como la de Hans Selye que relaciona el estrés, con las enfermedades físicas. Así mismo concientiza a todas las personas acerca de este tema y lo perjudicial que podría llegar a ser, sino es tratada o contrarrestada a tiempo, sobre todos en niños de etapa escolar.

Así mismo se coincide con Núñez, Viamontes, et al. (2014), quien nos recomiendan que siempre se debe tener en cuenta a estos agentes estresantes ya sea en el ámbito familiar, escolar, social y personal, ya que por sus efectos o consecuencias suelen afectar su desarrollo de manera física y psicológica.

Por otro lado, Landívar (2016), afirma; que la neurociencia destaca la relevancia de los componentes de la integración sensorial en los procesos cognitivos. Es por eso que se recomienda integrar más de un sentido a la hora de aprender, ya que todos los sentidos trabajan juntos al mismo tiempo. también nos dice que la actividad física es una manera de acrecentar progresivamente el flujo sanguíneo y con ello la oxigenación del cuerpo, aumentando una cantidad de conexiones neuronales, que llegan a impactar de manera positiva en las estructuras sinápticas y la plasticidad cerebral, llegando a facilitar a su vez el proceso de aprendizaje en el estudiante. Es por ello que se tomó en cuenta esta definición para aplicarlo en el desarrollo de cada taller dentro del programa.

Finalmente, plenamente de acuerdo con Fernández y Méndez (2015), quienes destacan pautas muy relevantes para mantener a un estudiante motivado, como confiar plenamente en nuestros estudiantes demostrándoles confianza en ellos, ya que de eso dependerá que alcancen sus objetivos. Mientras más cometan errores, muy lejos de ser fracasos, será parte de su proceso de aprendizaje. Es por ello que el estudiante debe ser consciente de sus errores como parte de su aprendizaje, eso le ayudara a ser más resilientes y sabrán sobreponerse a cualquier situación estresante.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

Y

RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. Conclusión general

La aplicación del Programa Neuroeducativo, redujo significativamente el nivel de estrés en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021. Tal como se puede apreciar en la Tabla 19 y Figura 6, en donde después de aplicarse el programa; el grupo control incrementó a 61,9%, pero el grupo experimental redujo al 20,0% su estrés, de esto se comprueba la eficacia del programa.

2. Conclusiones específicas

- La aplicación del Programa Neuroeducativo disminuyó significativamente el nivel de estrés, en su dimensión social, de los estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021, tal como se puede observar en la Tabla 20 y Figura 7, donde después de aplicarse el programa; el grupo control en 66,7% tuvo bajo estrés, pero el grupo experimental se incrementó al 100,0% con bajo estrés en la dimensión mencionada.
- La aplicación del Programa Neuroeducativo disminuyó significativamente el nivel de estrés, en su dimensión académica, de los estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021, tal como se puede apreciar en la Tabla 21 y Figura 8, donde después de aplicarse el programa; el grupo experimental disminuyó en un 35,0% a diferencia el grupo control que presentó un 9,5% de estrés en dicha dimensión.
- La aplicación del Programa Neuroeducativo disminuyó significativamente el nivel de estrés, en su dimensión familiar, de los estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021, tal como se puede observar en la Tabla 22 y Figura 9, donde después de aplicarse el programa; el grupo experimental disminuyó en un 80,0% a diferencia el grupo control que presentó un 47,6% de estrés en esta dimensión.
- Con la aplicación del Programa Neuroeducativo, comprobamos que se logró disminuir en forma significativa el nivel de estrés, de los estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021, tal como se demostró en la tabla 23; en donde se demuestra que al aplicar la prueba T-

Student se determinó un valor $p = 0,000 < 0,05$ el cual justifica de manera significativa con nivel de 5% que el programa redujo el estrés en los estudiantes del grupo experimental en relación a los estudiantes del grupo control.

5.2. Recomendaciones

De los resultados obtenidos en esta investigación, se realiza las siguientes recomendaciones para reducir el estrés:

- Al equipo directivo de la Institución Educativa N°88331, que realice talleres de estrategias de afrontamiento al estrés, con la finalidad de mejorar en los estudiantes la capacidad de afrontar los conflictos de forma pertinente, esto ayudara de forma progresiva a disminuir su estrés.
- Dar a conocer al equipo directivo y a toda la comunidad educativa de la institución educativa, los resultados encontrados, con el objetivo de que tomen conciencia y pueden mejorar la problemática en sus estudiantes.
- A los docentes; realizar programas enfocados a la prevención del estrés con la finalidad de tener un diagnóstico oportuno y utilizar las estrategias de afrontamiento adecuadas para mejorar la calidad de vida de cada estudiante.
- A los docentes, comprometerse con la prevención del estrés según las característica y edad de cada estudiante. Desde esta perspectiva, se quiere dar conocer que mientras más involucrados estén, mejores resultados obtendrán.
- A los futuros investigadores; ahondar en estas dos variables, para así conocer otros contextos o circunstancias y poblaciones con características distintas, de tal manera a través de otros resultados comparar las diferentes realidades que existen en el entorno de cada estudiante.

VI. Referencias bibliográficas y virtuales

- Addimando, L., & Pepe, A. (2019). Evaluación del estrés laboral del profesorado: una contribución a la validación italiana del Index of Teaching Stress (ITS-20). *Aula Abierta*, 48(3), 261-270.
- Albuja Urvina, M. G. (2012). Respuestas de estrés y estrategias de afrontamiento frente al proceso de ejecución de tesis en alumnos de quinto año.
- Altamirano, Y. (2019). *Neurociencia de la educación y la creatividad*. Lima: Editorial San Marcos.
- Asunción, G., Luzmarina, E., & Noriega Sanchez, S. N. (2017). Estrés cotidiano infantil y estilos de Aprendizaje en estudiantes del 6to grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N° 81007-Modelo-Trujillo, 2017.
- Barradas E., Delgadillo R., Gutiérrez L., Posadas M., García J., López J. y Rodríguez E. (2018). Estrés y Burnout enfermedades en la vida actual. Recuperado de: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=rOBiDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=realidad+generica+del+estres+en+las+escuelas&ots=xFQIIDiqx8&sig=crl_o83BNbERioNx_nULvOJadwI#v=onepage&q&f=false
- Campos, A. (2010). Neuroeducación: uniendo las neurociencias y la educación en la búsqueda del desarrollo humano. *La educación. Revista digital*, 143, 1-14.
- Carrasco, D. (2015). *Metodología para la Investigación Científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Lima: Editorial San Marcos E. I. R. L.
- Carminati, M. y Waipan, L. (2015). *Integrando la neuroeducación al aula*. Buenos Aires: Editorial Bonum.
- Castillo Galdo, C. A. (2015). *Neurociencias y su relación en el proceso enseñanza aprendizaje*.
- Chavarriga, C. P., Moreno, J. T., Ramírez, D. A. T., & Romero, J. V. (2018). El estrés escolar en la infancia: una reflexión teórica. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 12(2).

- Contreras, D. L. M. (2007). Lineamientos para la configuración de un programa de intervención en orientación educativa. *Ciências & Cognição*, 12. Recuperado de: [file:///C:/Users/usuario/Downloads/507-3317-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/usuario/Downloads/507-3317-1-PB%20(1).pdf)
- De La Barra, M. F., Vicente, P. B., Saldivia, B. S., & Melipillán, A. R. (2012). Estudio de epidemiología psiquiátrica en niños y adolescentes en Chile. Estado actual. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(5), 521-529.
- DE LEÓN, M. J. P. (2016). " FACTORES DE ESTRÉS COTIDIANO ENTRE ALUMNOS DE QUINTO PRIMARIA Y ALUMNOS DE SEXTO PRIMARIA QUE EGRESAN DE LA ESCUELA KEMNA'OJ.
- De Sousa, M., Posada, S., Lucio, P. (2018). Neuroeducación: una propuesta pedagógica para la educación infantil. Bogotá. Recuperado de: [file:///C:/Users/usuario/Downloads/4307-Texto%20del%20art%C3%ADculo-14573-2-10-20190212%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/usuario/Downloads/4307-Texto%20del%20art%C3%ADculo-14573-2-10-20190212%20(2).pdf)
- Dumont, M., Leclerc, D., & Deslandes, R. (2003). Ressources personnelles et détresse psychologique en lien avec le rendement scolaire et le stress chez des élèves de quatrième secondaire. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 35(4), 254.
- Extremera, N., Rey, L., & Pena, M. (2010). La docencia perjudica seriamente la salud. Análisis de los síntomas asociados al estrés docente. *Boletín de psicología*, 100(1), 43-54.
- Fernández, R. y Méndez, A. (2015). Neuro pedagogía: hacia una educación cerebro - compatible. Buenos Aires: Editorial Bonum.
- GARCÍA, M. MARTÍNEZ, P y MARCELO, P. (2009). La observación sistemática.
- González Martínez, M. T., & García González, M. L. (1995). El estrés y el niño. Factores de estrés durante la infancia.
- HERNANDEZ, R., FERNANDEZ, C. y BAPTISTA, P. (2014). Metodología de la investigación. 6º Ed. México: Mc Graw- Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

- Interconsulting Bureau S.L. (2015). Inteligencia Emocional. Control del estrés. 1º Ed. Bogotá: Ediciones de la U.
- Jarauta, J., Echauri, M., Salcedo, A. y Sección de Promoción de la Salud (ISP) (2002). El estrés. Recuperado de: <http://files.sld.cu/bmn/files/2014/07/estresfolleto.pdf>
- Landívar, A. (2016). Neuroeducación: Educación para jóvenes bajo la lupa de María Montessori. Argentina: Editorial Brujas
- Ramírez, Valarino, E. Váber, G. Semborain, M. (2004). Metodología de la investigación. México: Editorial: trillas.
- Márquez-Barquero, M., Azofeifa-Mora, C., & Rodríguez-Méndez, D. (2019). Factores de motivación de logro: el compromiso y entrega en el aprendizaje, la competencia motriz percibida, la ansiedad ante el error y situaciones de estrés en estudiantes de cuarto, quinto y sexto nivel escolar durante la clase de educación física. Revista Educación, 43(1).
- Martínez Díaz, E. S., & Díaz Gómez, D. A. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar.
- Martínez Vicente, M. (2019). Aprendizaje, funciones ejecutivas y estrés en alumnado de educación primaria.
- Martínez, H. (2015), Metodología de la Investigación con enfoque por competencias. México: Cengage Learning Editores, S.A. de C.V.
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. Revista Médica Clínica Las Condes, 26(1), 34-41.
- Méndez, L. (2019). Una propuesta de neuroeducación: No hay un cerebro igual que otros. España. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=FW6jDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=neuroeducacion&hl=es&sa=X&ved=0ahUKEwikrdfsfpfoAhX6IrkGHWAVDA8Q6wEIMTAB#v=onepage&q&f=false>
- Moreno Villacorta, K. R. (2019). Estrés cotidiano en niños de un Centro Educativo de la Ciudad de Huaraz 2017.

- ÑAUPAS, H. MEJIA, E. NOVOA, E. y VILLEGOMEZ, A. (2014). Metodología de la investigación: Cuantitativa-cualitativa y Redacción de la Tesis.4 ed. Bogotá: Ediciones de la U.
- Núñez, D. P., Viamontes, J. G., González, T. E. G., Ortiz Vázquez, D., & Cabrerías, M. C. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. Revista Cubana de Medicina General Integral, 30(3), 354-363.
- Orlandini, A. (2012). El estrés: qué es y cómo evitarlo. Fondo de cultura económica. Recuperado de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=d8KuiJAOXIC&oi=fnd&pg=PT3&dq=que+es+el+estres&ots=fQayAkyB&sig=zJOJUIvCBJ0YdaBDp b9rDnqR8iA#v=onepage&q&f=false>
- Oros, L. y Vogel, G. (2005). Eventos que generan estrés en la infancia: diferencias por sexo y edad. Enfoques XVII, 3, 85-101.
- Ortiz, F. (2015). Diccionario de metodología de la investigación científica. 3ªEd. México: Editorial Limusa.
- Portilla, I. D. R. (2006). Estrés y sueño. Revista Mexicana de Neurociencia, 7(1), 15-20.
- RIOJA-MADRID-CEUTA-MELILLA, G. L., & VALENCIANA, M. N. P. V. C. www.magister.com info@ magister. com.
- Rubio Terrones, C. F. (2016). Programa basado en la neuroeducación para elevar el nivel de creatividad de los niños del quinto grado de primaria de la Institución Educativa n° 88239 Leoncio Prado-2015.
- Ruiz-Sedeño, C., Blázquez-Garcés, J. V., Pastor-Cerezuela, G., Roger-Sánchez, C., & Moreno-Campos, V. (2016). Estrés en estudiantes de primaria: su relación con la lectura.
- Salinas Vásquez, S. G. (2022). Efectos de la ansiedad en el estrés infantil en niños del tercer grado de primaria, Lima, 2021.
- SIERRA, R. (2001). Técnicas de Investigación Social: Teoría y ejercicios. Decimocuarta Ed. España: Thomson Editores, S.A

- Terreros Buestán, A. G., Torres Sanisaca, E. K., & Vinueza Álvarez, D. M. (2015). Nivel de estrés en los niños de la Escuela Daniel Hermida, Cuenca 2014 (Bachelor's thesis).
- Torres, M. V. T., Mena, M. J. B., Fernández-Baena, F. J., Espejo, M. E., & Montero, E. F. M. (2012). Evaluación y tratamiento del estrés cotidiano en la infancia. *Papeles del psicólogo*, 33(1), 30-35.
- Trianes, M., Mena, B., Fernández, F., Escobar, M., Maldonado, E. y Muñoz, A. (2009). Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estresores Cotidianos (IIEC). *Psicothema*, 21(4), 598-603.
- Villanueva, L., & Seleni, J. (2019). La personalidad y su relación con el estrés laboral en la dirección regional de trabajo y promoción del empleo del gobierno Regional de Lima periodo 2017.
- YELA, M. (1987). *Introducción a la teoría de los test*. Madrid: Facultad de Psicología, Universidad Complutense de Madrid.
- Zavala Zavala, J. (2008). *Estrés y burnout docente: conceptos, causas y efectos*.

VII. ANEXOS

ANEXO 1:

Instrumentos de recolección
de datos

Informe de validez y confiabilidad

Soy: Niña () Niño ()

Edad:.....

Grado:.....

La presente escala para evaluar el estrés, se aplica para determinar algunas características en base a las tres dimensiones: social; familiar y académica las cuales constan de 12 ítems cada uno según el orden de las dimensiones y serán medidas a partir de la escala:

1. **Nunca**
2. **Casi nunca**
3. **Casi siempre**
4. **Siempre**

Por ejemplo:

	1	2	3	4
Me siento contento en la escuela.			X	

INSTRUCCIONES: marca la respuesta con una (x) las veces que te han pasado estas situaciones:

	1	2	3	4
DIMENSIÓN: SOCIAL				
1. Siento miedo de que mis compañeros se peleen conmigo.				
2. Me da miedo que nadie quiera jugar conmigo en el recreo,				
3. Conversar con mis amigos me pone nervioso (a).				
4. Me preocupa que mis amigos se aburran de mí.				
5. Cuando salgo al recreo pienso que mis amigos me van a fastidiar.				
6. Pienso que mis amigos se pueden burlar de mí cuando estoy con ellos				
7. Cuando converso con mis amigos, me tiemblan las manos.				
8. Me pongo rojo (a) si un amigo me pide que le preste uno de mis útiles.				
9. Me sudan las manos cuando le quiero preguntar algo a un amigo.				
10. Me escondo para no jugar con mis compañeros en el recreo.				
11. Cuando mis amigos me hablan, me voy a otro lado.				
12. Me peleo con mis amigos.				

DIMENSIÓN: ACADÉMICA				
1. Me asusta olvidarme de lo que iba a decir durante una exposición.				
2. Tengo miedo de no saber las respuestas de los exámenes.				
3. Me pongo nervioso (a) si el profesor me hace participar en clase.				
4. Cuando doy un examen, pienso que me puedo olvidar de todo lo que sé.				
5. Pienso que me voy a sacar mala nota cuando entrego una tarea.				
6. Cuando tengo que exponer pienso que me puedo equivocar.				
7. Mi respiración se acelera cuando tengo que resolver un examen.				
8. Me duele la cabeza cuando hago las tareas.				
9. Me pongo rojo (a) cuando me piden que salga a exponer.				
10. Me muerdo las uñas cuando estudio.				
11. Muerdo el lápiz o lapicero cada vez que doy un examen.				
12. Dejo incompleto las tareas del colegio.				
DIMENSIÓN: FAMILIAR				
1. Me molesta pasar tiempo con mi familia.				
2. Me siento fastidiado (a) si paso mucho tiempo en casa.				
3. Me molesta que mi mamá me diga que hacer.				
4. Pienso que mis papás no se preocupan por mí.				
5. Pienso que mis papás me dan muchas responsabilidades.				
6. Pienso que mis papás discuten mucho.				
7. Me duele la cabeza cada vez que discuto con mi papá.				
8. Me duele el estómago cuando mi mamá me pide un favor.				
9. Cuando estoy en casa sin mis papás me dan ganas de llorar.				
10. No cumplo con mis responsabilidades en casa.				
11. Cuando llego a mi casa, me encierro en mi cuarto.				
12. No respondo las preguntas que me hacen mis papás.				



MUCHAS GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA
ESCUELA DE POSTGRADO
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON
MENCIÓN EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS (FICHA TÉCNICA)

I. DATOS GENERALES

1. Título del Proyecto

Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2020

2. Investigador(a)

Br. Paola Pilar De la Cruz Garay

3. Objetivo General

Demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2020.

4. Características de la población

Está formado por la población de niños y niñas que oscilan entre las edades de 10 a 11 años de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2020

5. Tamaño de la muestra

Se utilizará un diseño muestral no probabilístico de tipo por conveniencia. Donde las mismas unidades de estudio de la población serán también para la muestra, debido a que la institución solo cuenta con una sección, tanto para 5to como para 6to grado, es por ello que se unió ambos para llegar a la población adecuada y respetar el diseño, separándolos a criterio en grupo experimental y grupo control.

6. Denominación del instrumento

ESCALA DE ESTRÉS COTIDIANO INFANTIL (EECI)

II. DATOS DEL INFORMANTE

1. Apellidos y nombres

Dra. Romy Kelly Mas Sandoval

2. Profesión y/o grado académico

Doctora en gestión y ciencias de la educación

3. Institución donde labora

Universidad Nacional del Santa

VALIDEZ DE JUICIO DE EXPERTOS

INSTRUCTIVO PARA LOS JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

- ✦ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados.
- ✦ Claridad en la redacción.
- ✦ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

Recomendaciones:


.....

.....

.....

.....

Por su generosa colaboración
Gracias

Apellidos y nombres	Romy Kelly Mas Sandoval
Grado Académico	Doctor
Mención	Educación y Gestión
Firma y sello	

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS
(USANDO COEFICIENTE DE PROPORCIÓN DE RANGO)

Nº de Ítem	RANGO		
	1	2	3
1			✓
2			✓
3			✓
4			✓
5			✓
6			✓
7			✓
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
13			✓
14			✓
15			✓
16			✓
17			✓
18			✓
19			✓
20			✓
21			✓
22			✓
23			✓
24			✓
25			✓
26			✓
27			✓
28			✓
29			✓
30			✓
31			✓
32			✓
33			✓
34			✓
35			✓
36			✓





UNS
UNIVERSIDAD
NACIONAL DEL SANTA

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SANTA
ESCUELA DE POSTGRADO
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON
MENCIÓN EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS (FICHA TÉCNICA)

III. DATOS GENERALES

7. Título del Proyecto

Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2020

8. Investigador(a)

Br. Paola Pilar De la Cruz Garay

9. Objetivo General

Demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2020.

10. Características de la población

Está formado por la población de niños y niñas que oscilan entre las edades de 10 a 11 años de la Institución Educativa N°88331 Rinconada.

11. Tamaño de la muestra

Se utilizará un diseño muestral no probabilístico de tipo por conveniencia. Donde las mismas unidades de estudio de la población serán también para la muestra, debido a que la institución solo cuenta con una sección, tanto para 5to como para 6to grado, es por ello que se unió ambos para llegar a la población adecuada y respetar el diseño, separándolos a criterio en grupo experimental y grupo control.

12. Denominación del instrumento

ESCALA DE ESTRÉS COTIDIANO INFANTIL (EECI)

IV. DATOS DEL INFORMANTE

4. Apellidos y nombres

Dra. Maribel Enaida Alegre Jara

5. Profesión y/o grado académico

Doctora en gestión y ciencias de la educación

6. Institución donde labora:

Universidad Nacional del Santa

VALIDEZ DE JUICIO DE EXPERTOS

INSTRUCTIVO PARA LOS JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

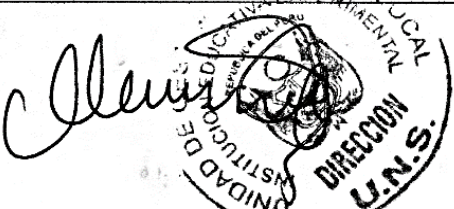
RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

- ⊕ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados.
- ⊕ Claridad en la redacción.
- ⊕ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

Recomendaciones: *Revisar variantes del verbo "establecer" para los indicadores.*

Por su generosa colaboración
Gracias

Apellidos y nombres	Alegre Jara Maribel
Grado Académico	Doctor
Mención	Gestión y Ciencias de la Educac
Firma y sello	

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS
(USANDO COEFICIENTE DE PROPORCIÓN DE RANGO)

Nº de Ítem	RANGO		
	1	2	3
1			✓
2			✓
3			✓
4			✓
5			✓
6			✓
7			✓
8			✓
9			✓
10			✓
11			✓
12			✓
13			✓
14			✓
15			✓
16			✓
17			✓
18			✓
19			✓
20			✓
21			✓
22			✓
23			✓
24			✓
25			✓
26			✓
27			✓
28			✓
29			✓
30			✓
31			✓
32			✓
33			✓
34			✓
35			✓
36			✓

**PROGRAMA DE MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON
MENCION EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN**

FICHA DE JUICIO DE EXPERTOS (FICHA TÉCNICA)

V. DATOS GENERALES

13. Título del Proyecto

Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2020

14. Investigador(a)

Br. Paola Pilar De la Cruz Garay

15. Objetivo General

Demostrar que el Programa Neuroeducativo reduce el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada - 2020

16. Características de la población

Está formado por la población de niños y niñas que oscilan entre las edades de 10 a 11 años de la Institución Educativa N°88331 Rinconada.

17. Tamaño de la muestra

Se utilizará un diseño muestral no probabilístico de tipo por conveniencia. Donde las mismas unidades de estudio de la población serán también para la muestra, debido a que la institución solo cuenta con una sección, tanto para 5to como para 6to grado, es por ello que se unió ambos para llegar a la población adecuada y respetar el diseño, separándolos a criterio en grupo experimental y grupo control.

18. Denominación del instrumento

ESCALA DE ESTRÉS COTIDIANO INFANTIL (EECI)

VI. DATOS DEL INFORMANTE

7. Apellidos y nombres

Mg. Jacqueline Victoria Hernández Falla

8. Profesión y/o grado académico

Magister en gestión y ciencias de la educación

9. Institución donde labora:

Universidad Nacional del Santa

VALIDEZ DE JUICIO DE EXPERTOS

INSTRUCTIVO PARA LOS JUECES

Indicación: Señor especialista se le pide su colaboración para que luego de un riguroso análisis de los ítems del instrumento de investigación que le mostramos, indique de acuerdo a su criterio y su experiencia profesional el puntaje de que si la pregunta permite capturar las variables de investigación del formato.

En la evaluación de cada ítem, utilice la siguiente escala:

RANGO	SIGNIFICADO
1	Descriptor no adecuado y debe ser eliminado
2	Descriptor adecuado pero debe ser modificado
3	Descriptor adecuado

Los rangos de la escala propuesta deben ser utilizados teniendo en consideración los siguientes criterios:

- ⊕ Vocabulario adecuado al nivel académico de los entrevistados.
- ⊕ Claridad en la redacción.
- ⊕ Matriz de Consistencia Lógica y Metodológica.

Recomendaciones:

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

Por su generosa colaboración
Gracias

Apellidos y nombres	HERNANDEZ FALLA JACQUELINE VICTORIA
Grado Académico	MAGISTER
Mención	DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA
Firma y sello	

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS
(USANDO COEFICIENTE DE PROPORCIÓN DE RANGO)

N° de Ítem	RANGO		
	1	2	3
1			/
2			/
3			/
4			/
5			/
6			/
7			/
8			/
9			/
10			/
11			/
12			/
13			/
14			/
15			/
16			/
17			/
18			/
19			/
20			/
21			/
22			/
23			/
24			/
25			/
26			/
27			/
28			/
29			/
30			/
31			/
32			/
33			/
34			/
35			/
36			/



INFORME DE VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Este instrumento fue elaborado y adaptado por la investigadora Paola Pilar De La Cruz Garay, en la cual utilizó la técnica de la encuesta y su concerniente instrumento, la cual se elaboró un (01) Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI), con la finalidad de determinar algunas características en base a sus tres dimensiones: social, académico y familiar; las cuales constan de 12 ítems cada uno, y serán medidas a partir de la escala: 1. Nunca, 2. Casi nunca, 3, Casi siempre, 4. Siempre.

Prueba piloto

Así mismo esta prueba piloto se aplicó en los grados del 6to “A” y “B” del nivel primario, de la Institución Educativa. N°88331 – Rinconada, con la finalidad de realizar las correcciones respectivas y pertinentes del instrumento. Aplicándose directamente a 15 estudiantes con características similares con respecto a la edad, grado y sexo, obteniendo resultados de algunas preguntas mal formuladas a fin de modificarlas y teniendo como resultado un instrumento seguro y confiable.

Se vio la forma de que esta muestra sea voluntaria y con una duración aproximada de 20 a 30 minutos para que cada estudiante no se sienta presionado y pueda contestar cada alternativa libremente, siendo sinceros en sus respuestas que proporcionaron en dicho instrumento.

Confiabilidad

La confiabilidad se determinó a través de la prueba de Alfa de Cronbach y los instrumentos se aplicó a la muestra piloto obteniéndose los siguientes resultados:

Tabla 7. *Estadísticas de fiabilidad*

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,886	36

Fuente: Programa SPSS 25

Interpretación de la significancia de $\alpha = 0,886$; lo que significa que los resultados de opinión de las 15 muestras de unidades de estudio respecto a los 36 ítems considerados en el instrumento, se encuentran correlacionados de manera confiable y aceptable.

Matriz de base de datos de muestra piloto del instrumento: Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI)

U.E.	I1	I2	I3	I4	I5	I6	I7	I8	I9	I10	I11	I12	I13	I14	I15	I16	I17	I18	I19	I20	I21	I22	I23	I24	I25	I26	I27	I28	I29	I30	I31	I32	I33	I34	I35	I36	
1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	2	1	3	2	1	3	2	1	2	3	4	4	3	2	1	3	2	2	3	4	
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	3	1	3	4	3	4	2	3	2	4	3	4	2	3	4	
3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	2	4	3	2	3	1	
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	1	3	4	1	3	1	4	3	4	3	4	2	2	2	3	4	3	4	3	
5	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	4	4	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	1	3	3	4	1	
6	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	4	4	2	2	1	3	1	2	2	2	4	3	4	2	3	4	2	3	2	4	2	3	4	
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	1	3	4	3	3	
8	2	3	3	3	4	2	2	2	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	1	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	
9	2	3	2	4	3	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	4	1	2	2	4	3	4	1	2	1	2	4	3	2	1	4	3	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	1	1	2	2	3	3	4	2	3	1	2	2	3	3	4	4	3	
11	4	4	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	2	4	4	3	1	3	2	2	2	2	1	3	2	3	4	3	2	3	2	2	
12	4	4	4	2	5	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	1	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	1	
13	1	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	1	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3
14	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	4	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	2	
15	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	2	4	3	2	1	2	2	2	3	3	4	2	2	3	3	4	4	2	3	3	2	

Validez

En el caso de la validez se contó con la opinión de 03 juicios de expertos, personas especializadas en el tema de acuerdo a su especialidad, quienes con su opinión favorable y fiable hicieron que dicho instrumento cumpla con las características apropiadas para su medición en el Programa SPSS 25.

Nombre y apellidos	Grado	Mención
Romy Kelly Mass Sandoval	Doctor	Gestión y Ciencias de la Educación
Jacqueline Hernández Falla	Doctor	Docencia y Gestión Educativa
Maribel Enaida Alegre Jara	Doctor	Gestión y Ciencias de la Educación

De la misma manera, se consideró la literatura existente en nuestro medio y a la vez se admitió aspectos sobre la redacción y pertinencia eficaz para cada situación considerable que se procuró evaluar.

Por otro lado, tomando en cuenta el criterio y consideración de Juicio de Expertos utilizando la técnica estadística del Coeficiente de Proporción de Rangos, se obtuvieron los siguientes resultados especificados a continuación:

De todo lo mencionado anteriormente, se considera válido el instrumento: “Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI), con su respectiva estructura y su baremo de percepción.

Tabla 8. Estructura de la Escala

Estructura del instrumento: Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI)			
Dimensiones	# de ítems	Puntuación	Maximos/ Mínimos
D1	12	Nunca=1; Casi nunca=2; Casi siempre=3; Siempre=4	48/12
D2	12		48/12
D3	12		48/12
Total	36		144/36

Fuente: elaborado por la autora

Luego se utilizaron medidas descriptivas de posición (percentil 3) para confeccionar la escala ordinal siguiente:

Tabla 9. Niveles del estrés

Niveles del estrés				
Niveles	D1	D2	D3	General
Alto	36 - 48	36 - 48	36 - 48	108 - 144
Medio	24 - 35	24 - 35	24 - 35	72 - 107
Bajo	12 - 23	12 - 23	12 - 23	36 - 71
D1		D2	D3	General
Max: 48		Max: 48	Max: 48	Max: 144
Min: 12		Min: 12	Min: 12	Min: 36
Rango: 48-12=36		Rango: 48-12=36	Rango: 48-12=36	Rango:144-36=108
Amplitud= R/#niveles		Amplitud=R/#niveles	Amplitud=R/#niveles	Amplitud=R/#niveles
a=36/3=12		a=36/3=12	a=36/3=12	a=108/3=36

Fuente: elaborado por la autora

<p>¿En qué medida el Programa Neuroeducativo reduce el Estrés en su dimensión académica en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021?</p>	<p>se reducirá el estrés en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>	<p>Determinar el nivel de estrés en su dimensión académico en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>	<p>Variable dependiente:</p>	<p>1. Social</p>	<p>Manifiesta situaciones que involucran relaciones sociales e interacciones con amigos en diferentes escenarios.</p>	
<p>¿En qué medida el Programa Neuroeducativo reduce el Estrés en su dimensión familiar en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021?</p>	<p>Si aplico este Programa Neuroeducativo en su dimensión familiar entonces se reducirá el estrés en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>	<p>Mejorar el nivel del estrés en su dimensión familiar en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>		<p>Estrés</p>	<p>2. Académica</p>	<p>Evidencia situaciones que involucran actitudes negativas en lo académicas</p>
<p>¿En qué medida el Programa Neuroeducativo reduce el Estrés en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021?</p>	<p>Si aplico este Programa Neuroeducativo en su dimensión Emocional entonces se reducirá el estrés en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>	<p>Comprobar que el Programa Neuroeducativo permite reducir el estrés en estudiantes de primaria en la I.E.P. “Pestalozzi” - Nuevo Chimbote, 2021.</p>			<p>Estrés</p>	<p>3. Familiar</p>

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

TITULO: Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Variable independiente Programa Neuroeducativo	Campos (2010, p.10), considera a la neuroeducación; como una nueva línea de pensamiento y acción que tiene como principal objetivo acercar a los agentes educativos a los conocimientos relacionados con el cerebro y el aprendizaje.	1. Actividades relajantes	Logra relajarse a través de ejercicios.	Logra relajarse a través de ejercicios físicos simples.	Escala Valorativa
				Logra relajarse a través de música instrumental	
				Logra relajarse a través de ejercicios respiratorios.	
		2. Actividades de captación de atención	Logra una atención - concentración continua.	Logra una atención continua en el desarrollo de las actividades,	
				Logra concentrarse a través de ejercicios de pupiletras.	
				Logra mantener su mente activa mediante ejercicios de memoria.	
		3. Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a través de actividades.	Responde de manera favorable a través de actividades de baile.	
				Toma conciencia de la importancia de cada taller a través de su expresión oral.	
				Aprende a mantener el autocontrol a través de dinámicas lúdicas.	
		4. Actividades de trabajo individual libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Realiza actividades de trabajo libre.	
				Opina de manera libre sobre alguna actividad de trabajo.	
				Propone opciones o soluciones a un problema de manera libre.	
		5. Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividades de trabajo.	Sigue ordenadamente instrucciones de actividades de trabajo.	
				Respeto las opiniones del docente y compañeros.	
				Respeto las reglas y orientaciones durante las actividades de trabajo.	
				Opina libremente sobre las actividades realizadas.	

		6. Retroalimentación	Analiza actividades de retroalimentación.	Analiza las actividades desarrolladas y los compara con su realidad diaria. Critica de manera asertiva la importancia de cada actividad de trabajo.	
		7. Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje a través de una evaluación personalizada.	Demuestra aprendizaje evidente del tema a través de una evaluación personalizada. Muestra aprendizaje actitudinal aptitudinal mediante la evaluación, Redacta su compromiso a partir de lo aprendido en cada taller.	
Variable dependiente: Estrés	Orlandini (2012), afirma: “El termino estrés también denomina la respuesta psíquica que se manifiesta por pensamientos, emociones y acciones ante la situación de amenaza, y que se expresa a través de comportamientos como estados de perplejidad, de ansiedad, de humor o de agresión”. (p.12)	1. Social	Manifiesta situaciones que involucran relaciones sociales e interacciones con amigos en diferentes escenarios.	Siento miedo de que mis amigos se peleen conmigo. Me da miedo que nadie quiera jugar conmigo en el recreo. Conversar con mis amigos me pone nervioso (a). Me preocupa que mis amigos se aburran de mí. Cuando salgo al recreo pienso que mis amigos me van a fastidiar. Pienso que mis amigos se pueden burlar de mí cuando estoy con ellos. Cuando converso con mis amigos, me tiemblan las manos. Me pongo rojo (a) si un amigo me pide que le preste uno de mis útiles. Sudo cuando le quiero preguntar algo a un amigo. Me escondo para no jugar con mis compañeros durante el recreo. Cuando mis amigos me hablan, me voy a otro lado. Me peleo con mis amigos.	
				Me asusta olvidarme de lo que iba a decir durante una exposición. Tengo miedo de no saber las respuestas de los exámenes.	

		2. Académico	Evidencia situaciones que involucran actitudes negativas en lo académicas.	<p>Me pongo nervioso (a) si el profesor me hace participar en clase.</p> <p>Pienso que me puedo olvidar de todo lo que se a la hora de dar un examen.</p> <p>Pienso que me voy a sacar mala nota cuando entrego una tarea.</p> <p>Cuando tengo que exponer pienso que me puedo equivocar.</p> <p>Mi respiración se acelera cuando tengo que resolver un examen.</p> <p>Me duele la cabeza cuando hago las tareas.</p> <p>Me pongo rojo (a) cuando me piden que salga a exponer.</p> <p>Me muerdo las uñas cuando estudio.</p> <p>Muerdo el lápiz o lapicero cada vez que doy un examen.</p> <p>Dejo incompletas las tareas del colegio</p>	Escala de Estrés Cotidiano Infantil EECI
		3. Familiar	Involucra situaciones cotidianas en casa y relación con miembros familiares	<p>Me molesta pasar tiempo con mi familia.</p> <p>Me siento fastidiado (a) si paso mucho tiempo en casa.</p> <p>Me molesta que mi mama me diga que hacer.</p> <p>Pienso que mis papas no se preocupan por mí.</p> <p>Pienso que mis papas me dan muchas responsabilidades,</p> <p>Pienso que mis papas discuten mucho.</p> <p>Me duele la cabeza cada vez que discuto con mi papá.</p> <p>Me duele el estómago cuando mi mamá me pide un favor.</p> <p>Cuando estoy en casa sin mis papás me dan ganas de llorar.</p>	

				No cumplo con mis responsabilidades en casa.	
				Cuando llego a casa, me encierro en mi cuarto.	
				No respondo las preguntas que me hacen mis papás.	

MATRIZ DE CONSISTENCIA METODOLÓGICA

TITULO: Programa Neuroeducativo para reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N°88331 Rinconada – 2021.

TIPO DE INVESTIGACIÓN	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN	MUESTRA	INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	CRITERIOS DE VALIDEZ	CRITERIOS DE CONFIABILIDAD
EXPERIMENTAL	<p>Cuasiexperimental</p> <p>Diseño de experimento:</p> <p>GE: O1---X---O3 GC: O2-----O4</p> <p>Donde:</p> <p>Pretest: O1 y O2 Postest: O3 y O4</p>	<p>La población en estudio está conformada por los estudiantes de 5to y 6to grado del nivel primario de la I.E.P. "Pestalozzi" - Nuevo Chimbote – 2021.</p> <p>N = 41 niños</p>	<p>Se utilizará un diseño muestral no probabilística de tipo por conveniencia de selección directa:</p> <p>GE: 6to "B" grado GC: 6to "A" grado</p> <p>n = 41 niños</p>	<p>TECNICA:</p> <p>La encuesta</p> <p>INSTRUMENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nombre del instrumento: <p>Escala de Estrés Cotidiano Infantil EECI</p>	JUICIO DE EXPERTOS	MUESTRA PILOTO COEFICIENTE DE ALFA DE CRONBACH

PROGRAMA NEUROEDUCATIVO PARA REDUCIR EL ESTRÉS EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N.º 88331 - RINCONADA, 2021

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1 Institución educativa : I.E. N°88331
- 1.2 Lugar : Rinconada
- 1.3 Tipo de Institución educativa : Polidocente
- 1.4 N° de estudiantes : 20
- 1.5 Ciclo/Grados/Sección : V/6°/B
- 1.6 Director : Alfredo Campos Gonzales
- 1.7 Docentes de aula : Hayde Mayo Diaz
- 1.8 Tesista : Paola Pilar de la Cruz Garay
- 1.9 Asesora : Dra. Romy Kelly Mass Sandoval
- 1.10 Temporalización : 30 horas pedagógicas

II. CONCEPTUALIZACIÓN

Es importante tener en cuenta que los estudiantes del sexto grado de educación primaria, están en constante aprendizaje y por ello necesitan siempre estar motivados, ya sea de manera intrínseca o extrínseca. De la misma manera puedan desarrollar un elevado sentido de eficiencia para cumplir con sus tareas educativas y no tengan problemas en solucionarlos y así puedan disfrutar aprendiendo por sus propios esfuerzos durante todo el periodo académico. Es aquí donde el docente de aula debe estar en constante capacitación, utilizando técnicas o estrategias metodológicas y novedosas, que sean muy particulares y llamen la atención constante de los estudiantes. Es por ende que con esta investigación educativa se pretende contribuir a mejorar el desarrollo de la enseñanza – aprendizaje y con ello reducir el estrés, ya que hoy en día es un problema común en las aulas, llevando al estudiante al fracaso escolar y a la vez convirtiéndose en un problema de salud. Es por eso que se plantea la propuesta de un programa Neuroeducativo, que se llevara acabo con el desarrollo de 15 talleres, la cual consistirán de

juegos, cantos, bailes, charadas, ejercicios de respiración, ejercicios de relajación, juegos al aire libre, entre otros; relacionados cada uno con su dimensión.

III. FUNDAMENTACIÓN

Este programa Neuroeducativo está fundamentado en nuevas investigaciones vinculadas al ámbito de la educación, descubierta luego de muchos estudios neurocientíficos - cognitivos, con las que buscan mejorar las prácticas pedagógicas a partir del cerebro, tanto en aulas como en centros especializados, para ayudar a estudiantes con dificultades en el aprendizaje, y también a los docentes, brindándoles estrategias novedosas con respecto al desarrollo del cerebro. Así mismo el programa siguiendo la línea neurocientífica, comprende la complejidad de la actividad cerebral, trabajando con cada estudiante, estrategias adecuadas a sus experiencias anteriores, ritmo y estilo adecuado, gustos y otros aspectos que designan a cada cerebro como único. El término educación, incluido en el programa “Neuroeducación”, se ha considerado por el hecho de la correcta aplicación de las distintas actividades neurocientíficas en el campo educacional, como distribución de tiempos, el trato con los estudiantes y orientaciones claras para el buen desarrollo de las actividades neurocientíficas. Existen teorías que dan respaldo a este programa Neuroeducativo, detallados a continuación:

1. Teoría Neurocientífica de Kadell, Schwartz & Jessell:

Los autores explican cómo actúan millones de células nerviosas individuales en el encéfalo, y cómo estas se ven influenciadas por los distintos acontecimientos ocurridos en el ambiente.

Mencionan también como el cerebro convierte el trabajo individual de cada estructura del cerebral, en un trabajo en conjunto. A pesar de que ciertas zonas tienen funciones específicas, el cerebro es una unidad de trabajo y el mal funcionamiento de alguna, dificulta la función de otras estructuras.

Esta teoría nos habla del funcionamiento del cerebro a partir de las distintas estructuras neuronales, las cuales se van desarrollando a partir de los distintos aprendizajes del cerebro, como único en cada individuo, por lo tanto, para desarrollar los aprendizajes de un grupo de personas, se tendría que personalizar cada actividad tomando en cuenta características, realidad y otros detalles que lo hacen único.

2. Teoría de la Neuroplasticidad de Howard – Jones:

Nuestros cerebros son plásticos; eso significa que su estructura y su conectividad pueden cambiar con la experiencia, aunque los cambios más drásticos se producen en la infancia y en

la adolescencia. Se ha suscitado un interés considerable por comprender estos aspectos del desarrollo cerebral, entre otras cosas porque pueden indicar cambios en la disposición a responder a estímulos ambientales, incluyendo los del tipo que ofrece la educación formal. (2011, p. 26)

3. Teoría de Neuroaprendizaje de Braidot

El neuroaprendizaje estudia los procesos por los cuales la nueva información genera cambios duraderos en las conexiones neurológicas.

Parte de la base de que el cerebro registra y almacena datos de maneras diversas, según el contexto, la modalidad sensorial, el equilibrio biológico del momento y fundamentalmente, la carga emocional.

La neuroeducación parte de la premisa de que la mente humana no es una especie de disco rígido donde la información puede ser simplemente, colocada.

Ello se debe, en parte, a que todo dato que ingresa no es neutro, sino que está teñido por la percepción de quien lo percibe y, a su vez, por la información que se encuentra almacenada en su cerebro.

IV. PRINCIPIOS

1. El cerebro de cada individuo es único

El cerebro es plástico y moldeable, por lo tanto, cada estímulo que se le presente cambiará el desarrollo de ciertas estructuras y el trabajo de las neuronas. La sinapsis que ocurre en el cerebro es severamente importante, ya que va conectando todo lo que el ambiente nos presenta.

2. La importancia de las emociones

No hay separación entre alguna entre la mente y las emociones; estas, el pensamiento y el aprendizaje están vinculados.

Sin embargo, así como hay emociones, las positivas, las cuales estimulan al ser humano, y por lo tanto al cerebro, también existen emociones negativas que pueden complicar el aprendizaje del niño.

El paso de información del hipotálamo a la corteza prefrontal se hace más sencillo o más difícil de acuerdo al nivel de estrés que presente la amígdala. A más estrés, más complicada el paso de información del hipotálamo a la corteza prefrontal.

3. Se aprende solo de lo que nos agrada

El ser humano estimula las neuronas mesencefálicas dopaminérgicas a través de estímulos intensos o novedosos que genera propiedades reforzantes y atencionales, y muy pocas neuronas del mismo tipo se estimulan por actividades aversivas al ser humano.

Entonces, desde este punto podemos comprender que el ser humano admite los estímulos que causen una sensación de satisfacción, mas no estímulos que no sean agradables para él, ya que estas neuronas no logran estimularse, por lo tanto, no hay la misma atención y respuesta de parte del cerebro

V. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA

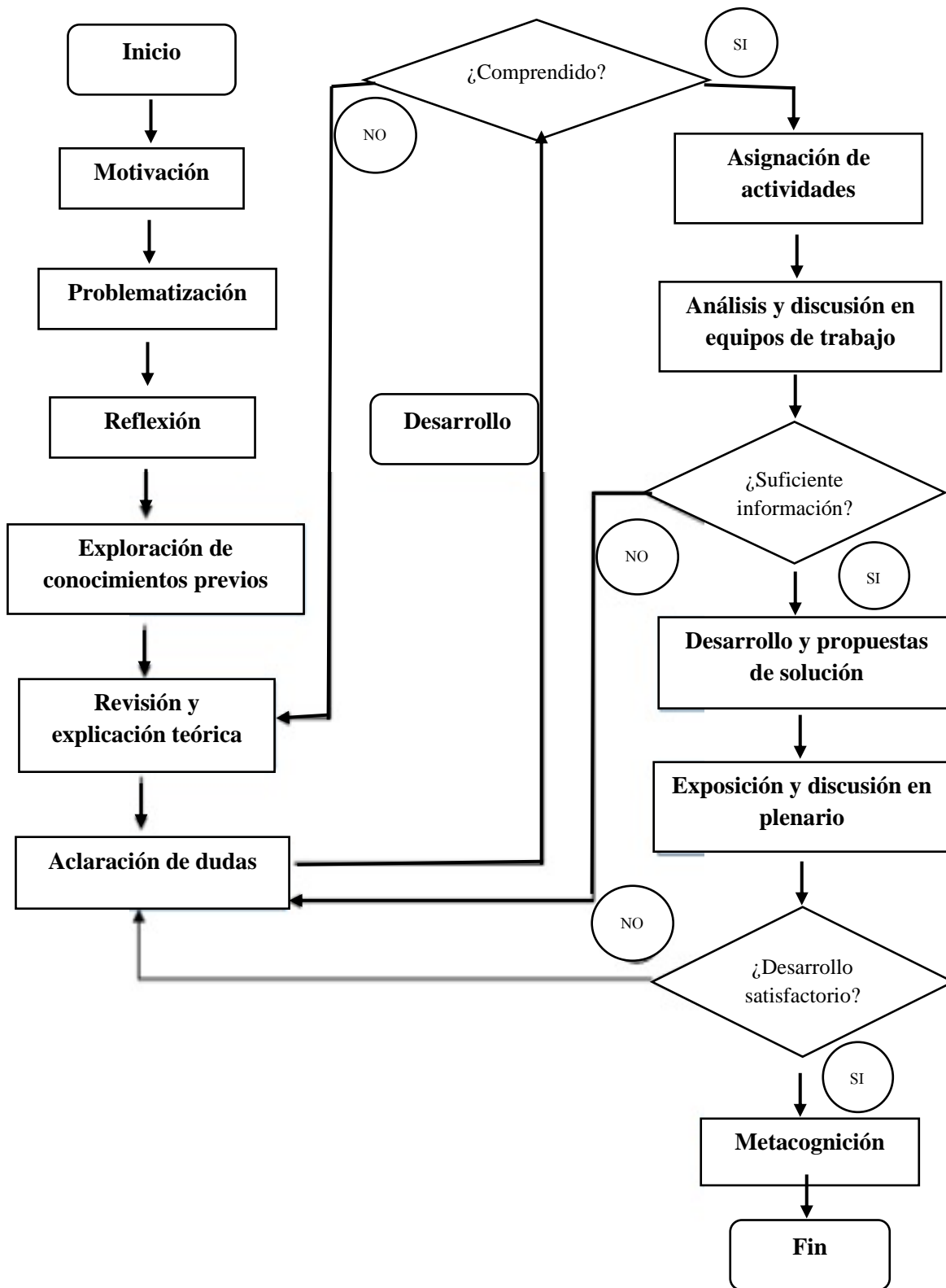
Objetivo general

Reducir el estrés a través del programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria en la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.

Objetivos específicos

- Identificar el nivel de estrés antes de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.
- Reducir el estrés a través del programa Neuroeducativo en su dimensión social en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.
- Reducir el estrés a través del programa Neuroeducativo en su dimensión académica en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.
- Reducir el estrés a través del programa Neuroeducativo en su dimensión familiar en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.
- Identificar el nivel de estrés después de aplicar el programa Neuroeducativo en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2021.

VI. DISEÑO DE LA PROPUESTA



VII. DESCRIPCIÓN DEL DISEÑO

En el diseño de este programa se tendrá en cuenta los principios de la neuroeducación, los cuales ayudaran a reducir el estrés en estudiantes de primaria de la Institución Educativa N° 88331 - Rinconada, 2020.

1. FASE INICIAL:

a) Dimensión: Actividades relajantes

- Relajación de los niños a través de música y ejercicios de estiramiento.
- Los niños escuchan relatos de experiencias del docente, graciosas o increíbles que tengan relación con la actividad del día

b) Dimensión: Actividades de captación de atención

- Observan imágenes o videos, leen historias cortas o escuchan canciones relacionadas con el tema del día y preferencias de los niños (Programas de Tv, películas, temas musicales)

c) Dimensión: Actividades motivacionales

- Opinan y relacionan el tema a tratarse en el día con sus temas de interés.

2. FASE CENTRAL:

Dentro de esta fase se empezará a trabajar primero de manera individual, para luego pasar a los trabajos en equipo, en esta fase es donde se mas se evidenciará las estrategias del taller. Dentro de ello se trabajarán con carteles, fichas, imágenes, materiales concretos, programas de Tv, películas, temas musicales, movimientos, entre otros materiales.

a) Dimensión Actividades de trabajo libre

- Actividades para desarrollar el tema del día con ayuda de temas de interés del estudiante.
- Observaciones del docente del producto de los niños durante el desarrollo
- Observan imágenes o videos, leen historias cortas o escuchan canciones relacionadas con el tema del día y preferencias de los niños (Programas de Tv, películas, temas musicales)

b) Dimensión: Actividades de trabajo dirigido

- Opinan y relacionan el tema a tratarse en el día con sus temas de interés.
- Exponen sus trabajos a través de actividades divertidas.

3. FASE FINAL:

a) Dimensión: Retroalimentación

- Se destacan todos los puntos positivos de sus trabajos.
- Se realizan sugerencias y no reproches sobre sus errores.
- Muestran y comparten sus trabajos con sus compañeros.

b) Dimensión: Evaluación personalizada

En esta fase cada uno de ellos plasmará en una tarjeta su compromiso, sobre qué es lo que mejorarían de sus actitudes frente al taller, luego estos compromisos, nosotras los iremos guardando para entregarle al final de todos los talleres en sobre cerrado. Dentro de ello también se evidenciará el instrumento con la cual serán evaluados; la escala valorativa

Teniendo en cuenta estas fases y dimensiones; se ejecutará el desarrollo de los talleres, para ello también será importante tener en cuenta estas estrategias, el cual estarán presentes en los talleres:

- a) Clima afectivo: hace referencia a un clima de seguridad, confianza y respeto entre las facilitadoras y los estudiantes y entre compañeros. A la vez esto permita que los estudiantes se puedan expresar de manera autónoma y libre sobre sus inquietudes frente al tema.
- b) Acuerdos del aula: estos acuerdos serán acordados por los estudiantes en compañía de las facilitadoras, al inicio de la aplicación del primer taller.
- c) Participación activa: se dará en los estudiantes, en su participación constante en los diferentes debates, exposiciones y conclusiones en los diversos temas de trabajo, planteados en los talleres.
- d) Presentación y sustentación de trabajos de manera individual y grupal; esto se visualizará desde un inicio hasta el final de los talleres.

VIII. CONCRECIÓN DEL DISEÑO

- Duración: 8 semanas
- Los diversos talleres Neuroeducativo que se propone en este programa, se llevaran a cabo dos veces por semana y se ejecutaran en dos horas pedagógicas cada día, con la supervisión de la docente de aula y registrando todas las evidencias observadas en una escala valorativa.
- Denominación de los talleres Neuroeducativos:

N°	DENOMINACIÓN	DIMENSIONES/NIVELES
----	--------------	---------------------

01	“Nos relajamos profundamente”	Actividades relajantes
02	“Sonidos instrumentales”	
03	“Rinconcito de la respiración”	
04	“Prestamos siempre atención”	Actividades de captación de atención
05	“Ejercitando nuestra mente”	
06	“Me gusta bailar”	Actividades motivacionales
07	“La importancia de las emociones”	
08	“Me voy motivando y autocontrolando”	
09	“Ginkana y su importancia”	
10	“Doy mi punto de vista”	Actividades de trabajo libre
11	“Siguiendo instrucciones, aprendo a dirigir”	Actividades de trabajo dirigido
12	“¿Dónde me siento mejor?”	
13	“Opiniones asertivas y constructivas”	Retroalimentación
14	“Demuestro lo aprendido”	Evaluación personalizada
15	“Construimos un árbol de compromisos”	

IX. RECURSOS

- Humanos:

- Docentes
- Estudiantes

- Materiales:

- Aula virtual
- Pizarra virtual
- Videos
- Tijera
- Goma
- Papel
- Regla
- Periódico

- Plumones
- Colores
- Borrador
- Lápiz
- Pelota
- Papelógrafos
- Cartulina blanca
- Limpia tipo
- Instrumentos musicales
- Prendas de vestir cómoda
- Entre otros materiales.

X. CRITERIOS Y SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Evaluación de inicio: con la aplicación del Pre test.
- Evaluación de proceso:
 - Con el cumplimiento de la aplicación del programa Neuroeducativo
 - Ejecución de los 15 talleres, en sus fechas seleccionadas.
 - Registro de control de asistencia de los a.
- Evaluación final: con la aplicación del Post test.
- Observación sistemática: a cada estudiante una escala valorativa.
- De la asistencia: la asistencia será constante y registrada con el apoyo de la docente de aula.
- De las actividades:
 - Participación constante de los debates y otras actividades.
 - Motivación permanente por parte de los estudiantes.
 - Redacción de su compromiso por cada taller.
- De la evaluación:
 - La evaluación será personalizada y constante a través de intervenciones orales, para identificar los conocimientos que poseen los estudiantes sobre los temas a desarrollar.
 - Redacción de su compromiso y participación activa en el aula.

XI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Braidot, N (2013) De la capacitación a la neurocapacitación. Braidot Centre.

Carminati, M. y Waipan, L. (2015). Integrando la neuroeducación al aula. Buenos Aires: Editorial Bonum.

Castillo Galdo, C. A. (2015). Neurociencias y su relación en el proceso enseñanza aprendizaje.

Kandel, Schwartz & Jessell (2001) Principios de la neurociencia. New York. McGraw – Hill

TALLER N°01

DENOMINACIÓN: “Rueda numérica”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Rueda numérica”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Estimular la capacidad de atención de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Incentivar ejercicios de gimnasia cerebral antes, durante y después.
- ✓ Promover constantemente la respiración y la postura del cuerpo.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“RUEDA NUMÉRICA”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	
Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	

Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Escala valorativa
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Ejecutan ejercicios de movimientos, estiramiento y respiración durante 3 minutos.
- Observan un video sobre ejercicios de gimnasia cerebral.
- Se hidratan
- Practican individualmente los ejercicios observados en el video.
- Responden estas interrogantes:
 - ¿Cuál ejercicio te gusto más?
 - ¿Cuál ejercicio te pareció más difícil?
 - ¿Qué opinas de la gimnasia cerebral?
 - ¿Sentiste algún cambio en tu cerebro?

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben tres cartillas circulares de cartulina, dividida en tres partes iguales.
- Seleccionan los colores cálidos para los números pares y los colores fríos para los números impares.
- Reciben la indicación de la facilitadora para dar inicio a la actividad:
 - En el primer círculo deberán escribir el numero a multiplicar.

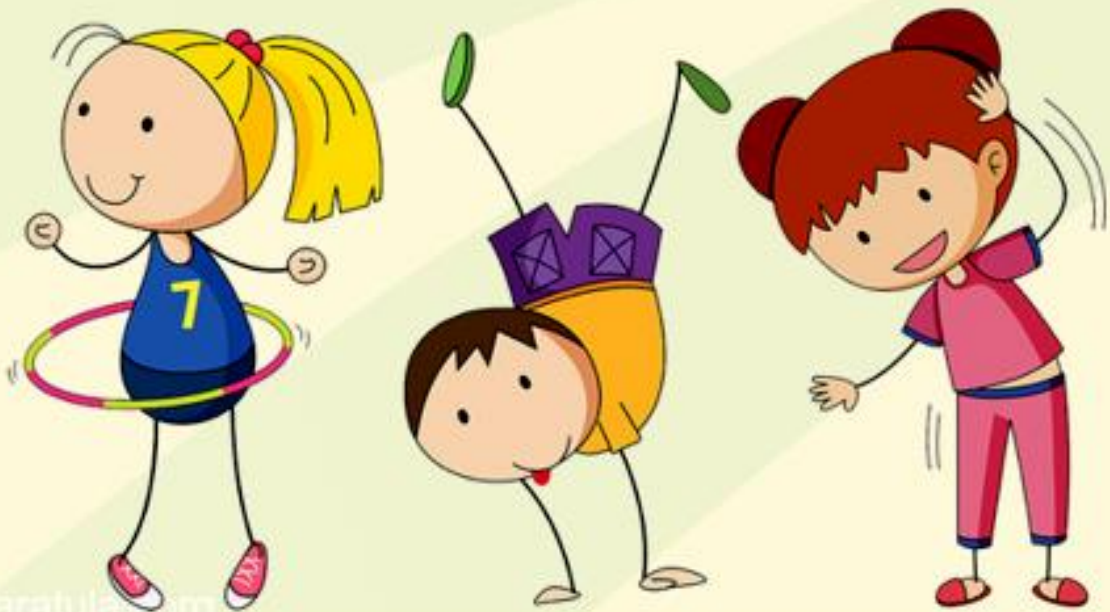
- En el segundo círculo dividido en 10 deberán escribir los números del 1 al 10 respetando los colores de los números.
- En el tercer círculo dividido deberán escribir las respuestas con el color según el número.
- Trabajan tranquilamente escuchando música relajante.
- Muestran y explican a sus compañeros, paso a paso sus trabajos realizados.
- Responden a las siguientes interrogantes:
 - ¿Por qué escogiste esos números?
 - ¿Por qué utilizaste ese color para escribir los números pares?
 - ¿Por qué utilizaste ese color para escribir los números impares?
- Forman parejas, para comprobar las respuestas de sus cartillas.
- Realizan estos ejercicios
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció el taller?
 - ¿Para qué te servirá?
- Crean 3 cartillas numéricas con los números: 11, 12 y 13.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



CARTILLAS NUMÉRICAS



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Cartillas numéricas”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Estimular la capacidad de atención de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°02

DENOMINACIÓN: “Adivina sonidos”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Adivina sonidos”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar la capacidad auditiva de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Reconocer diferentes sonidos, tonos y fonemas de maestro lenguaje.
- ✓ Promover constantemente la respiración y la postura del cuerpo.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“RUEDA NUMÉRICA”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	
Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	

Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Escala valorativa
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Cierran sus ojos y escuchan sonidos provenientes de su entorno
- Responden estas interrogantes:
 - ¿Qué escuchaste?
 - ¿Suena lejos o cerca?
 - ¿Adivinaste a quien correspondía el sonido?
 - ¿Qué sonidos conoces?

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Escuchan y comentan un video, titulado: “Adivina los sonidos de mi ciudad”.
- Reciben la mitad de una hoja bond para anotar todos los sonidos escuchados en el video.
- Responden a las preguntas:
 - ¿Cómo suena?
 - ¿Reconoces a quien pertenece el sonido?
- Reciben la mitad de una hoja bond para anotar todos los sonidos escuchados en el video.
 - ¿Cuántos sonidos escuchaste?

- ¿Cuántos sonidos acertaste?
- Responden a las preguntas, utilizando la técnica de lluvia de ideas.
- Forman parejas; uno de ellos realiza el sonido y su compañero tiene que adivinarlo, luego se intercambian los papeles.
- Responden a las siguientes interrogantes:
 - ¿Qué sonido imito tu amigo (a)?
 - ¿Te fue fácil o difícil adivinarlo?
 - ¿Quién acertó más sonidos?
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué aprendiste hoy?
 - ¿Para qué te servirá?
- Hacen un listado de todos los sonidos que han escuchado durante su vida.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



ADIVINA SONIDOS



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Adivina sonidos”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la capacidad auditiva de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°03

DENOMINACIÓN: “Armando figuras”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Armando figuras”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar la capacidad de concentración de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Promover el desarrollo de la capacidad intelectual y psicomotriz.
- ✓ Estimula la creatividad de las ideas abstractas.
- ✓ Estimula la memoria y percepción visual de figura y fondo.
- ✓ Reconocer las diferentes formas, tamaños, colores de las piezas del tangram

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“ARMANDO FIGURAS”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y responden sobre la imagen de un tangram:
 - ¿Qué juego será?
 - ¿Qué colores tiene?
 - ¿Cuántas piezas tiene?
 - ¿Cuál es la forma de las piezas?
 - ¿Qué podemos formar con ellas?
- Responden de manera ordenada según su percepción del tangram.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben tres juegos de tangram a colores, una plantilla de animales, una hoja bond, tijera y goma.
- Escuchan las instrucciones de la facilitadora antes de empezar la actividad.
- Recortan las piezas de los tres juegos de tangram, seleccionándolo por sus colores.
- Arman distintos animalitos según lo observado en la plantilla entregada.

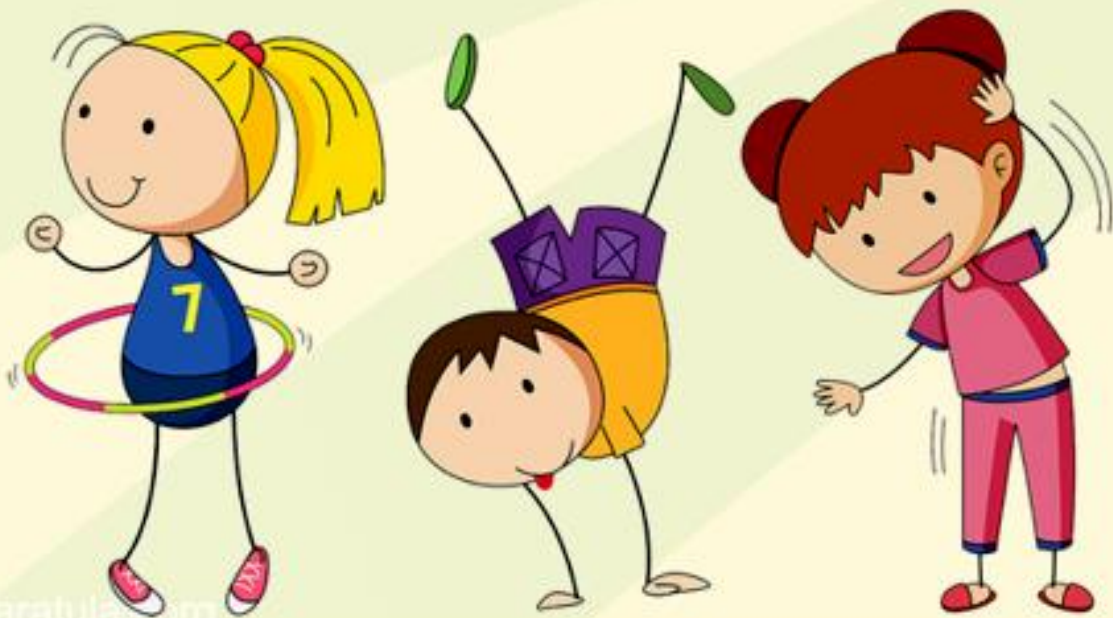
- Trabajan armoniosamente, escuchando música relajante para la concentración.
- Explican individualmente su trabajo realizado, con estas preguntas:
 - ¿Qué animalitos formaste?
 - ¿Con cuantas piezas armaste cada uno de ellos?
 - ¿Cuál fue el mas difícil de armar? ¿Por qué?
- Comparten e intercambian sus trabajos con sus compañeros, sobre sus figuras armadas.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

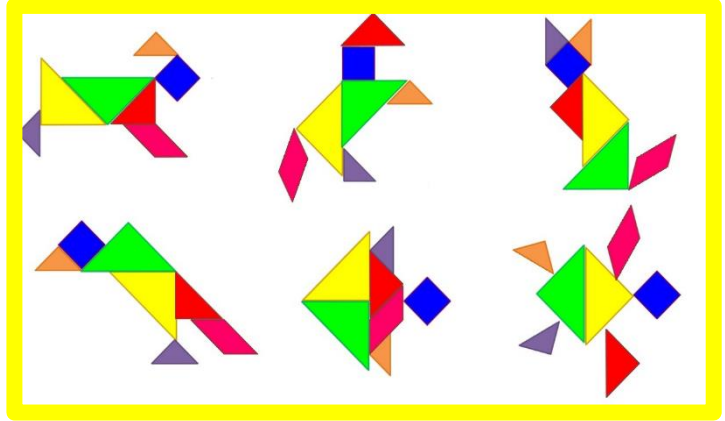
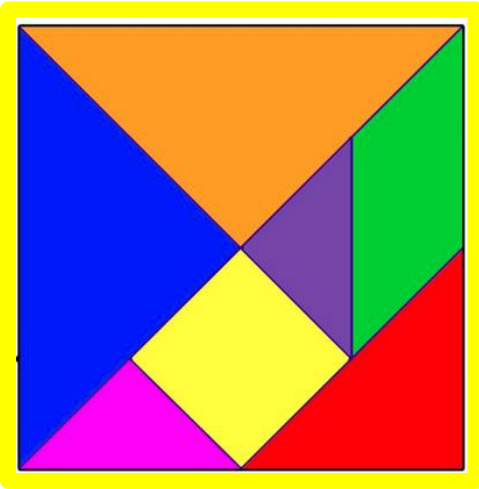
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué logre aprender hoy?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿Me fue fácil o difícil armar estas figuras?
- Imaginan un animalito y lo arman con las piezas del tangram.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



ARMANDO FIGURAS



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Armando figuras”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la capacidad de concentración de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°04

DENOMINACIÓN: “Gimnasia cerebral”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Gimnasia cerebral”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Incrementar la concentración mental de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mantener activo el cerebro todo el tiempo.
- ✓ Estimula la memoria y percepción visual de figura y fondo.
- ✓ Mejorar las destrezas ya aprendidas con el tiempo

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“GIMNASIA CEREBRAL”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y analizan detenidamente una imagen completa y otra incompleta:
 - ¿Qué imagen es?
 - ¿Qué encontramos en ella?
 - ¿Serán iguales las dos imágenes?
 - ¿En qué se diferencian?
- Responden de manera ordenada según su percepción y/o concentración sobre la imagen

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben materiales: 3 imágenes a colores, colores y plumones..
- Escuchan las instrucciones de la facilitadora antes de empezar la actividad.
- Buscan y marcan las siete diferencias en las imágenes del cuarto desordenado, en el parque y las flechas.
- Trabajan concentrados, escuchando música suave y relajante.
- Explican individualmente su trabajo realizado, con estas preguntas:

- ¿Qué diferencias encontraste en el cuarto?
- ¿Qué diferencias encontraste en el parque?
- ¿En qué se diferencian las flechas?
- ¿Qué características presentan?
- Comparten e intercambian sus trabajos con sus compañeros, sobre las siete diferencias.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

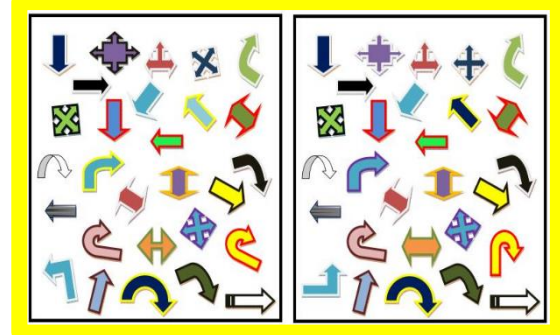
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué aprendieron?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿En qué situaciones me servirá lo aprendido?
- Observan su entorno e inventan siete diferencias y las enumeran.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Gimnasia cerebral



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Gimnasia cerebral”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Incrementar la concentración mental de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°05

DENOMINACIÓN: “Me concentro bien”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Me concentro bien”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Incrementar la concentración mental de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mantener la atención constante sobre la imagen.
- ✓ Estimula la memoria y percepción visual de figura y fondo.
- ✓ Mejorar la relacion entre la cordinación motora fina y el cerebro.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“ME CONCENTRO BIEN”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y analizan detenidamente una imagen de un parque:
 - ¿Qué imagen es?
 - ¿Qué encontramos en ella?
 - ¿Cuáles son los colores que se observa?
 - ¿Qué hacen los niños?
 - ¿Cuántas piezas trazadas tiene?
- Responden de manera ordenada según su percepción y/o concentración sobre la imagen

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben materiales: 3 imágenes a colores, hoja bond, tijera y goma.
- Escuchan las instrucciones de la facilitadora antes de empezar la actividad.
- Observan detenidamente por 5 minutos la imagen del paisaje y los dos animalitos
- Recortan las tres imágenes: la primera en 25 piezas, la segunda en 10 y la tercera en 5.
- Arman un rompecabezas con las piezas recortadas.

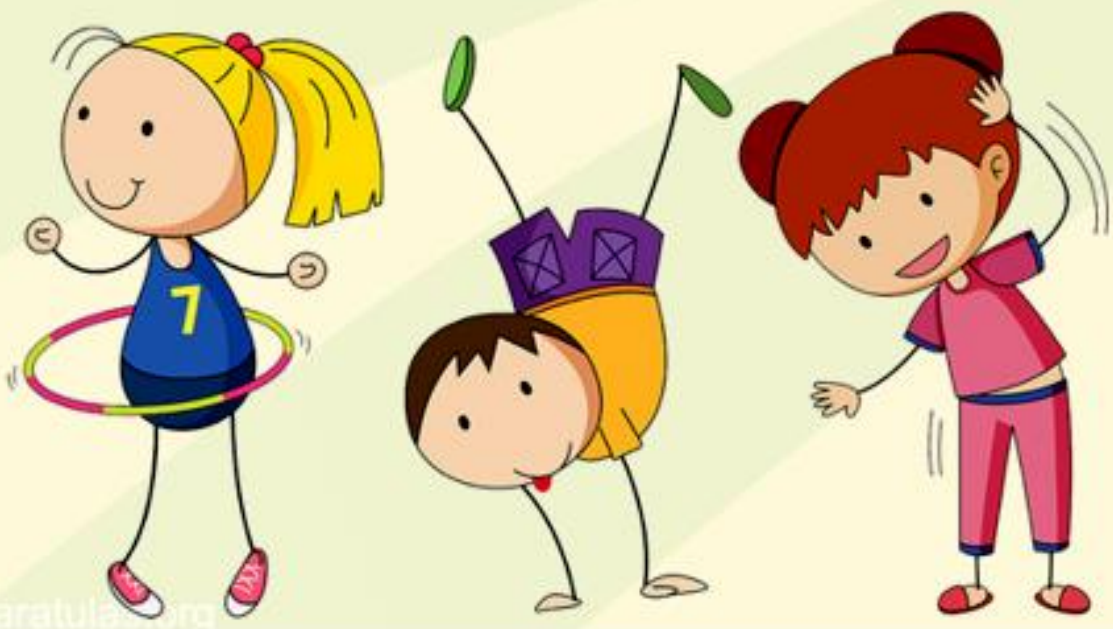
- Trabajan concentrados, escuchando música suave y relajante.
- Explican individualmente su trabajo realizado, con estas preguntas:
 - ¿Cuál de las tres rompecabezas te pareció más difícil armar?
 - ¿Por qué crees que te demoraste en las de 25 piezas?
 - ¿Cuál es la técnica para armar rápido un rompecabezas?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre el armado del rompecabezas.
- Ayudan a los compañeros que aun no terminan de armar su rompecabezas.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

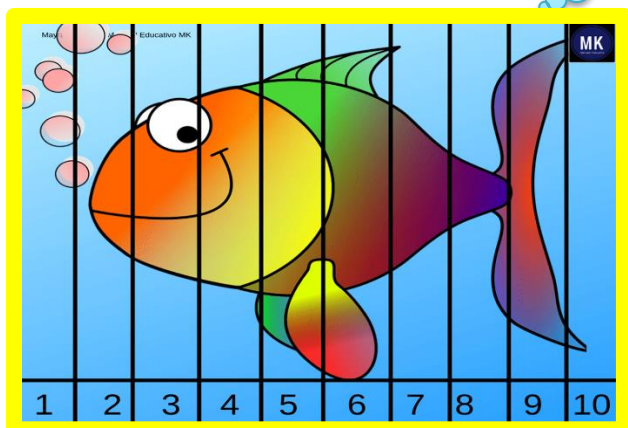
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué tema trabajamos?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿En qué situaciones me servirá lo aprendido?
- Mencionan la cantidad de rompecabezas que hayan armado durante su niñez.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Gimnasia cerebral



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Me concentro bien”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Incrementar la concentración mental de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°06

DENOMINACIÓN: “Gimnasia cerebral al aire libre”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Gimnasia cerebral al aire libre”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar la coordinación física y equilibrio de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Ayudar a liberar el estrés del entorno.
- ✓ Mejorar la actitud de la motivación para hacer las cosas.
- ✓ Mejorar la capacidad de respuesta, la memoria y la atención.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“GIMNASIA CEREBRAL AL AIRE LIBRE”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan el movimiento de dibujar un 8 con la mano no dominante:
 - ¿Qué número estoy formando?
 - ¿Será más fácil con la mano izquierda o derecha??
 - ¿Qué partes de mi cuerpo movemos?
- Participan de la actividad de gimnasia cerebral en el campo.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Escuchan las instrucciones de la facilitadora antes de empezar la actividad.
- Realizan los ejercicios de gimnasia cerebral al aire libre:
 - Dibujar un 8 al aire con la mano no dominante (con la mano izquierda)
 - Se sacuden el cuerpo como si les picara una arañita.
 - Se paran de puntillas con las manos hacia arriba, respiran y gritan con todas sus fuerzas.
 - Tocan el codo derecho con la rodilla izquierda y luego viceversa.
 - Movimientos de manos y dedos, intercambiando papeles.

- Con las yemas de sus dedos presionan su rostro y hacen gestos como si bostezaran.
- Responden a estas preguntas:
 - ¿Cómo se sienten?
 - ¿Cuál ejercicio te pareció divertido?
 - ¿Cuál ejercicio necesito de más concentración?
 - ¿Por qué serán importantes estos ejercicios?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre los ejercicios realizados.
- En parejas reciben números plasmados en cartillas coloridas.
- Grabar el color de la cartilla, el número y el compañero que lo tenga.
- Juegan adivinado los números respetando turnos.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció el taller?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿En qué situaciones aplicarías lo aprendido?
- Muestran dos ejercicios de gimnasia cerebral creado por cada uno de ellos.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Gimnasia cerebral



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Gimnasia cerebral al aire libre”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la coordinación física y equilibrio de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°07

DENOMINACIÓN: “Jugamos al aire libre”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Jugamos al aire libre”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar la coordinación física y equilibrio de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Ayudar a liberar el estrés del entorno.
- ✓ Mejorar la actitud de la motivación para hacer las cosas.
- ✓ Mejorar la capacidad de respuesta, la memoria y la atención.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“JUGAMOS AL AIRE LIBRE”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan la imagen de un paisaje:
 - ¿Qué observan en la imagen?
 - ¿menciona todas sus características?
 - ¿Qué oraciones pueden completar esta imagen?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen del paisaje mostrado.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben cada uno una imagen, ya sea de un paisaje, de un animalito o un personaje.
- Mencionan frases que completen una oración de la misma cartilla, animal o personaje.
- Describen todas las características de fondo y forma que encuentre en la imagen.
- Responden a estas preguntas:
 - ¿Cómo se sienten?
 - ¿Fue fácil o difícil describir?
 - ¿Cuál fue la frase más larga?

- ¿Cuál fue la frase más corta?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- En parejas reciben una hoja bond y plumones y reciben indicaciones para jugar:
- Juegan dibujando con el dedo en la espalda de su compañero los números del 0 al 9 y el compañero tiene que anotar el número que sintió, así sucesivamente se repiten intercambiando papeles.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció el taller?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿En qué situaciones aplicarías lo aprendido?
- Interiorizan sobre la importancia de realizar juegos al aire libre.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Gimnasia cerebral



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Jugamos al aire libre”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar la coordinación física y equilibrio de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°08

DENOMINACIÓN: “Ejercicio mental”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Ejercicio mental”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Incrementar la atención de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mejorar la capacidad de respuesta, la memoria y la atención.
- ✓ Desarrollar la capacidad de concentración constante.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“Ejercicio mental”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	
Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	

Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Escala valorativa
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan sobre una imagen de sudoku:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Han escuchado hablar de este ejercicio?
 - ¿Saben cómo se desarrolla?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen del ejercicio mostrado.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben cada uno una fotocopia con cuatro ejercicios de sudoku desde lo más simple a lo más complejo.
- Escuchan la explicación de la facilitadora sobre este ejercicio de sudoku.
- Desarrollan sus ejercicios de sudoku, teniendo en cuenta las indicaciones.
- Se relajan escuchando música suave y bonita.
- Responden a estas preguntas:
 - ¿Qué les pareció el ejercicio?
 - ¿Cuál ejercicio fue el más difícil?
 - ¿Se dieron cuenta de los números ya establecidos ahí?

- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- En parejas desarrollan el ultimo ejercicio de nivel más complejo.
- Explican sus respuestas a través de la palabra oral.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

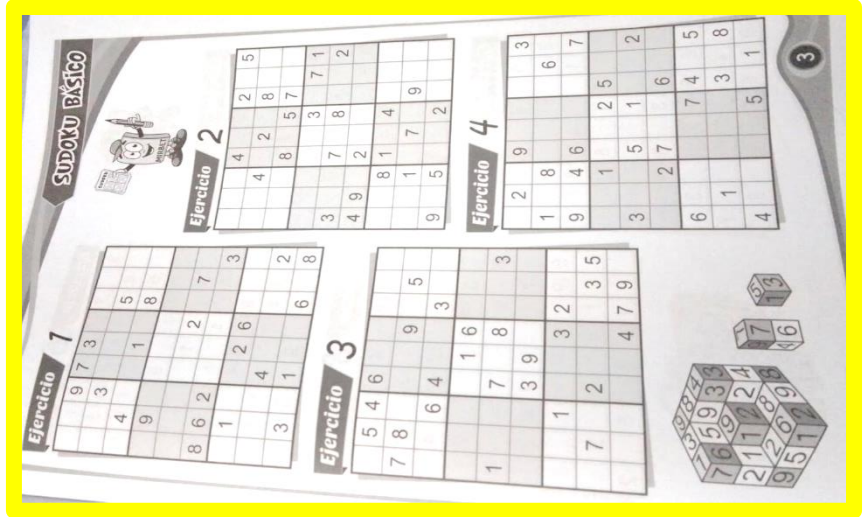
- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció el taller?
 - ¿Para qué me servirá?
 - ¿En qué situaciones aplicarías lo aprendido?
- Interiorizan sobre la importancia de trabajar con estos ejercicios, ya que desarrollan la concentración.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Ejercicio mental

5				4	
		3	5		
		4			5
6			4		
		5	3		
	1				



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Ejercicio mental”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

<u>OBJETIVO GENERAL</u>
Incrementar la atención de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

<u>LEYENDA:</u>
• Nunca : 1
• Casi nunca : 2
• Bastantes veces: 3
• Casi siempre : 4
• Siempre : 5

TALLER N°09

DENOMINACIÓN: “Adivinando con el oído”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Adivinando con el oído”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Desarrollar la concentración continua de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mejorar la capacidad de atención y retención de sonidos difíciles.
- ✓ Suprimir el estrés mediante esta actividad.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“ADIVINANDO CON EL OÍDO”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	
Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	

Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Escala valorativa
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Escuchan y adivinan el sonido de un bebe:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Qué escuchan?
 - ¿Quién será el dueño del sonido?
 - ¿Conoces otros sonidos?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre el sonido del bebe mostrado.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Escuchan doce sonidos distintos de personas, animales, objetos, etc.
- Adivinan en forma ordenada los doce sonidos escuchados en la laptop.
- Responden a estas preguntas:
 - ¿Cuántos sonidos escucharon?
 - ¿Cuál fue el primero?
 - ¿Cuál fue el último?
 - ¿Cuál ejercicio te pareció difícil de adivinar?
 - ¿Conocías estos sonidos

- Reciben la mitad de una hoja bond y un lapicero, para anotar en forma ordenada los doce sonidos que han escuchado.
- Trabajan sus respuestas, escuchando música suave y relajante para la concentración.
- Responden a estas preguntas:
 - ¿Cuántos sonidos escribiste?
 - ¿Cuántos sonidos te faltaron?
 - ¿Por qué crees que no te acordaste?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

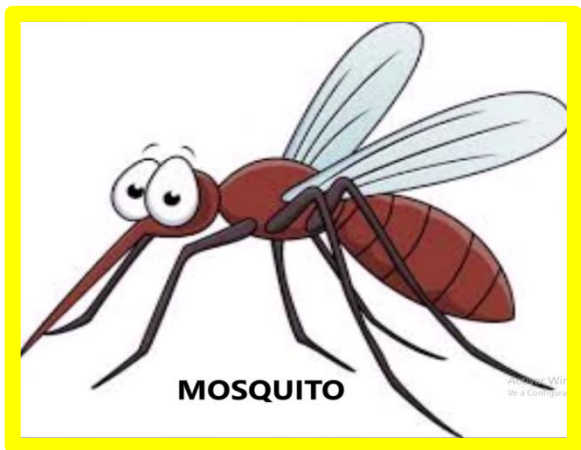
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció el taller?
 - ¿Para qué te servirá?
 - ¿En qué situaciones de tu vida aplicarías lo aprendido?
- Interiorizan sobre la importancia de adivinar sonidos, ya que nos ayudan bastante a la concentración y atención.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Adivinando sonidos



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Adivinando con el oído”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar la concentración continua en niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°10

DENOMINACIÓN: “Pintando mándalas”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Pintando mándalas”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Incrementar la capacidad de concentración de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mejorar la capacidad de relajación hipnótica.
- ✓ Reducir los niveles de estrés y ansiedad.
- ✓ Ayuda a la expresión e identificación de emociones.
- ✓ Propicia la aceptación personal y el autoconocimiento.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“PINTANDO MÁNDALAS”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Escuchan y comentan la imagen de una mándala:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Qué imagen representa?
 - ¿Con cuántos colores fue pintada?
 - ¿Has pintado alguna vez una mándala?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen de la mándala mostrada.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Reciben indicaciones y materiales por parte de la facilitadora: una imagen de una mándala sin pintar, colores, plumones y tajador.
- Pintan teniendo en cuenta la imagen y los colores adecuados como: fríos y cálidos.
- Recuerdan la “H” que significa hidratarse con agua.
- Continúan trabajando (pintando la mándala), escuchando música relajante.
- Responden a estas preguntas, al terminar

- ¿Cuántos colores utilizaron?
- ¿Qué colores utilizaron?
- ¿Qué imagen descubrieron al terminar de pintar?
- ¿Les pareció fácil o difícil pintar mándalas?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- Forman parejas e intercambian sus mándalas para adivinarse entre ellos.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

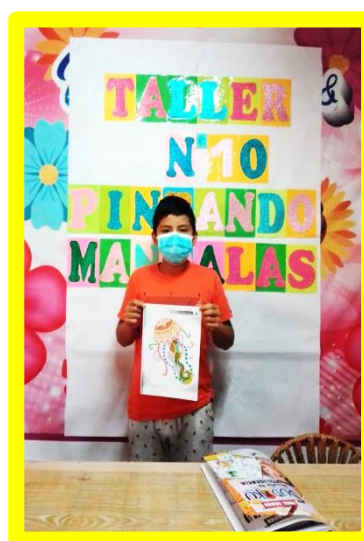
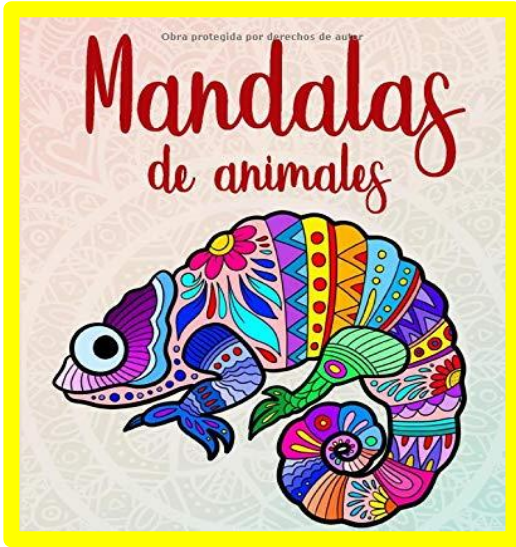
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció pintar mándalas?
 - ¿Para qué te servirá?
 - ¿Te ayudo a relajarte?
- Interiorizan sobre la importancia de pintar mándalas ya que nos ayudan bastante a relajarnos y reducir los niveles del estrés.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Pintando mándalas



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Ejercicio Harvard”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

<u>OBJETIVO GENERAL</u>
Incrementar la atención de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

<u>LEYENDA:</u>
• Nunca : 1
• Casi nunca : 2
• Bastantes veces: 3
• Casi siempre : 4
• Siempre : 5

TALLER N°11

DENOMINACIÓN: “Memoria visual”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Memoria visual”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Incrementar la memoria visual de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Mejorar la capacidad de concentración visual.
- ✓ Reducir los niveles de estrés y ansiedad.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“MEMORIA VISUAL”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	
Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	

Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	Escala valorativa
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan una secuencia de seis imágenes:
 - ¿Cuántas imágenes observas?
 - ¿Qué imágenes son?
 - ¿En qué número está el ratón?
 - ¿Por qué te fue fácil o difícil acertar?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la secuencia de imágenes mostradas.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Recuerdan la “H” que significa hidratarse con agua, antes de la actividad.
- Observan el primer nivel: 4 secuencias de imágenes por diez segundos en la cual tendrán que adivinar el número de: ratón, calabaza, cangrejo, espantapájaros y moto.
- Observan el siguiente nivel: adivinar en una secuencia de ocho imágenes el orden o posición de: zapato, botiquín, reloj, guitarra y microscopio.
- Responden a estas preguntas, al terminar
 - ¿Cuántos lograste adivinar?
 - ¿Qué imagen te fue difícil o fácil adivinar?

- ¿Cuántos segundos de concentración era en el primer nivel?
- ¿Cuántos segundos de concentración era el segundo nivel?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- Forman parejas para adivinar la secuencia propuesta por cada uno de ellos y luego intercambian papeles.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

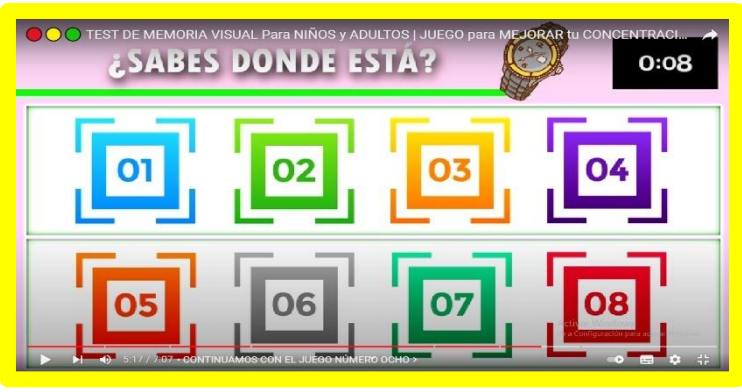
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció esta actividad?
 - ¿Cuándo la utilizaras?
 - ¿Te ayudo a relajarte?
- Interiorizan sobre la importancia de ayudar a nuestro cerebro a concentrarse mas y olvidarse de los malos ratos.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Memoria visual



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Memoria visual”</i>	<u>OBJETIVO GENERAL</u> Incrementar la memoria visual de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i> 	
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>	

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

<u>LEYENDA:</u>	
• Nunca	: 1
• Casi nunca	: 2
• Bastantes veces:	3
• Casi siempre	: 4
• Siempre	: 5

TALLER N° 12

DENOMINACIÓN: “Figuras ocultas”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Figuras ocultas”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar el nivel de percepción de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Potenciar el desarrollo de las nociones espaciales.
- ✓ Reducir los niveles de estrés y ansiedad.
- ✓ Estimular de manera dinámica la memoria visual.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“FIGURAS OCULTAS”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan la imagen de un tangram:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Qué imagen es?
 - ¿Qué colores tiene?
 - ¿Qué figura geométrica formamos con las siete piezas?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen virtual e impreso del tangram.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Recuerdan la “H” que significa hidratarse con agua antes de comenzar la actividad.
- Reciben materiales: tres juegos de tangram a colores, tijera, hoja bond y goma.
- Observan la imagen de varias letras del abecedario, el cual tendrán que escoger una de ellas y armarlos con cada juego del tangram.
- Observan figuras ocultas o sombras de animales, el cual tendrán que armar con las siete piezas del tangram, sin que sobre ni falte piezas.

- Trabajan concentradamente su actividad, escuchando música relajante.
- Responden a estas preguntas, al terminar
 - ¿Qué letra del abecedario armaste?
 - ¿Qué animalitos ocultos armaste?
 - ¿Con cuantas piezas armaste la letra A....?
 - ¿Cuál te fue más difícil armar las letras o los animales ocultos?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- Forman parejas e intercambian sus trabajos, para explicar detalladamente las letras y luego las partes del cuerpo de los animales con las figuras geométricas del tangram.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

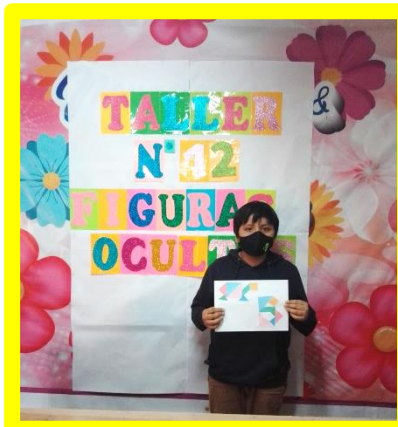
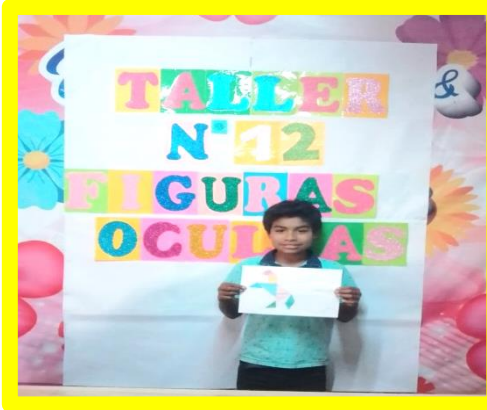
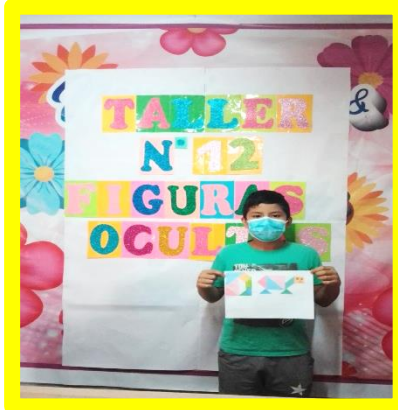
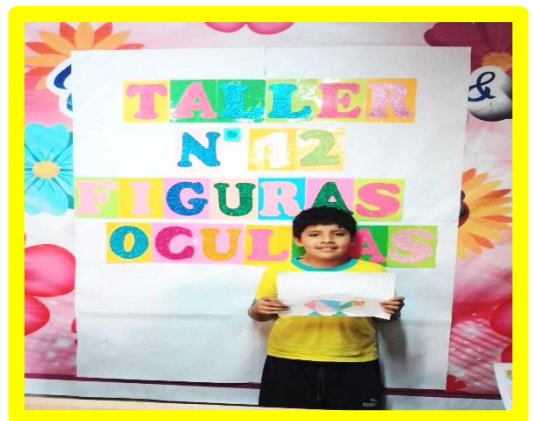
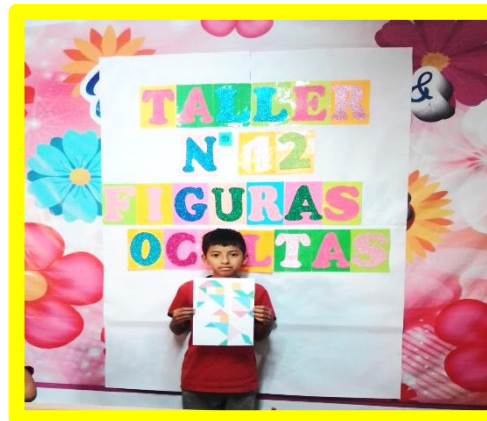
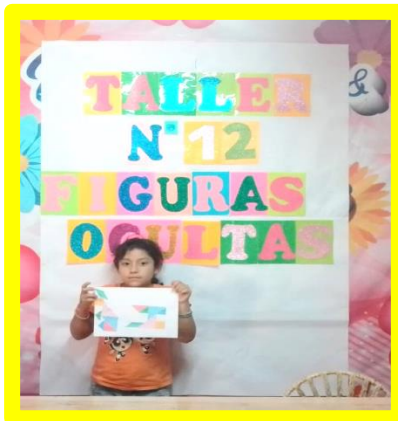
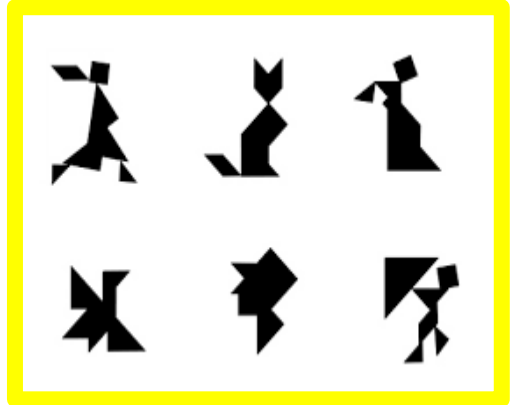
- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció esta actividad?
 - ¿Qué otra cosa podemos armar
 - ¿Para qué te servirá?
 - ¿Te ayudo a relajarte?
- Interiorizan sobre la importancia de armar figuras con el tangram ya que nos ayudan a mejorar el nivel de percepción, concentración, atención y memoria.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.



EVIDENCIAS



Figuras ocultas



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Figuras ocultas”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar el nivel de percepción de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°13

DENOMINACIÓN: “Ejercicios Hervat”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Ejercicios Hervat”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Estimular la capacidad de atención y la memoria de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Incrementar el nivel de atención a través de ejercicios repetitivos y estimulantes.
- ✓ Desarrollar la motivación por los ejercicios neuroeducativos.
- ✓ Reducir los niveles de estrés y ansiedad.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“Ejercicios Hervat”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan las letras en mayúsculas: HERVAT
 - ¿Qué significan estas letras?
 - ¿Qué significa cada letra?
 - ¿Qué colores representan cada letra?
 - ¿Serán importantes el significado de cada letra?
- Responden a las preguntas sobre la imagen de cada letra de la palabra Hervat.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Observan la letra H y a continuación todos nombran en alto la palabra "¡HIDRATACIÓN!" y proceden a beber un traguito de su botella de agua que tendrán a un costado del campo deportivo.
- Observan la letra E, y responden "¡EQUILIBRIO!". Se mueven por el campo sin correr y luego deberán permanecer quietos sin moverse al escuchar la palabra "Estatua" en voz alta.
- Realizan otros ejercicios de equilibrio, practicados anteriormente.

- Observan la letra R, y responden "¡RESPIRACIÓN!", realizan 3 inhalaciones profundas, en las que subirán los brazos por encima de la cabeza, y 3 espiraciones mientras que los bajan dejándolos caer. Así mismo realizan otros ejercicios ya practicados anteriormente.
- Escuchan la letra V, y responden "¡VISIÓN!", realizan movimientos lentos, luego rápidos con los ojos: arriba, a la izquierda, abajo y a la derecha, sin mover la cabeza.
- Observan la letra A de "¡AUDICIÓN!", empiezan a cerrar los ojos y escuchar cuantas palmadas realiza la facilitadora, para luego emitir sus respuestas.
- Escuchan la letra T, y responden "¡TÁCTIL!", por parejas y de pie, uno dibuja en la espalda y palma de la mano del compañero letras o números con el dedo y éste levantará la mano cuando lo perciba. Cambiarán de acción cuando la facilitadora lo indique.
- Responden a estas preguntas, al terminar
 - ¿Qué letra o actividad les pareció más fácil?
 - ¿Cómo se sienten?
 - ¿Qué significa Hervat?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.

4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció estos ejercicios de relajación?
 - ¿Para qué te servirá?
- Interiorizan sobre la importancia de practicar estos ejercicios, que nos ayudan a reducir el estrés y a tener mayor concentración al realizar algo.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.



EVIDENCIAS



Ejercicios Hervat

H	E	R	V	A	T
---	---	---	---	---	---



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Ejercicios Hervat”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

<u>OBJETIVO GENERAL</u>
Estimular la capacidad de atención y la memoria de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°14

DENOMINACIÓN: “Gincana divertida”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Gincana divertida”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Reducir los niveles de estrés de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Estimular la mente mediante juegos y acertijos de cultura.
- ✓ Estimular de manera dinámica la memoria.
- ✓ Aumentar la confianza y autoestima mediante los juegos.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“GINCANA DIVERTIDA”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan la imagen de un niño comiendo desesperadamente.:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Por qué comerá así el niño?
 - ¿Estará concursando?
 - ¿Cómo se sentirá?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen del niño comiendo,

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Recuerdan la “H” que significa hidratarse con agua antes de comenzar la actividad.
- Forman grupo de cuatro integrantes para el primer juego “El periódico”, reciben dos hojas de periódico en donde tienen que pararse sin sacar los pies, luego tienen que hacer lo mismo en una hoja, luego mitad de la hoja, pierde el equipo que se cae.
- Reciben alimentos para el segundo juego “los comelones”: 1 biscocho, 1 botella de agua, 1 paquete de galleta y un plátano. Tienen que comer todo lo recibido sin botar. Gana el primero que termine de comer.

- Reciben 2 galletitas para jugar el tercer juego: “Embocando galletas”. Tienen que colocarse una galleta en la frente y haciendo movimientos faciales, tienen que hacerlo llegar a la boca y comerlo. Gana el que termine de hacer llegar y comer las 2 galletas.
- Forman equipos de cuatro integrantes y reciben una cuchara cada uno y un limón por equipo. Tienen que pararse uno frente a otro a una distancia de 3 metros, tener la cuchara en la boca; pasarse el limón de una cuchara a otra hasta hacerla llegar al último compañero y luego de manera viceversa.
- Responden a estas preguntas, al terminar
 - ¿Cómo se sintieron al jugar estos juegos?
 - ¿Cuál fue el juego más divertido?
 - ¿Cuál juego necesito de concentración?
 - ¿Cómo se sintieron al trabajar en equipo?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre los juegos realizados.
- Se hidratan con agua y realizan estos ejercicios de inspiración y expiración al terminar la actividad.

4.3. FASE FINAL

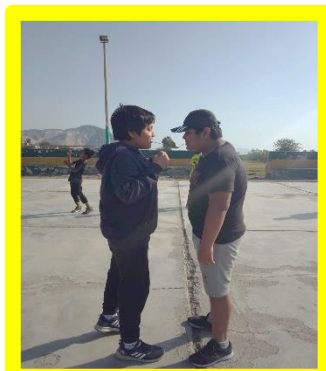
Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció esta actividad?
 - ¿En qué te ayudará?
 - ¿Te ayudo a relajarte?
- Interiorizan sobre la importancia de estos juegos ya que nos ayudan a mejorar el nivel de concentración, trabajo en equipo y sobre todo a reducir el estrés.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS



Gincana divertida



ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Gincana divertida”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Reducir los niveles de estrés de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

TALLER N°15

DENOMINACIÓN: “Figuras ocultas”

1.- DATOS GENERALES

- 1.1. Nombre del taller : “Figuras ocultas”
- 1.2. Duración : 60 minutos
- 1.3. Beneficiarios : El taller está dirigido a los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.
- 1.4. Facilitadora : De la Cruz Garay Paola Pilar

II- OBJETIVOS

2.1. Objetivo general:

Mejorar el nivel de percepción de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

2.2. Objetivos específicos:

- ✓ Potenciar el desarrollo de las nociones espaciales.
- ✓ Reducir los niveles de estrés y ansiedad.
- ✓ Estimular de manera dinámica la memoria visual.

III. DIMENSIONES - INDICADORES E INSTRUMENTO

“FIGURAS OCULTAS”		
DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTO
Actividades relajantes	Logra relajarse a través de los ejercicios.	
Actividades de captación de atención	Logra una atención-concentración continua.	

Actividades motivacionales	Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.	Escala valorativa
Actividades de trabajo libre	Realiza actividades de manera libre e individualmente.	
Actividades de trabajo dirigido	Sigue instrucciones de actividad de trabajo dirigido.	
Retroalimentación	Analiza, y critica el tema abordado, comparándolos con su realidad.	
Evaluación personalizada	Demuestra aprendizaje del tema tratado a través de la evaluación personalizada.	

IV. DESARROLLO

4.1. FASE INICIAL:

Actividades relajantes - Actividades de captación de atención-Actividades motivacionales

- Realizan ejercicios de movimientos, estiramiento, respiración de gimnasia cerebral.
- Observan y comentan la imagen de un tangram:
 - ¿Qué observan?
 - ¿Qué imagen es?
 - ¿Qué colores tiene?
 - ¿Qué figura geométrica formamos con las siete piezas?
- Participan respondiendo a las preguntas sobre la imagen virtual e impreso del tangram.

4.2. FASE CENTRAL

Dimensión Actividades de trabajo libre - Actividades de trabajo dirigido

- Recuerdan la “H” que significa hidratarse con agua antes de comenzar la actividad.
- Reciben materiales: tres juegos de tangram a colores, tijera, hoja bond y goma.
- Observan la imagen de varias letras del abecedario, el cual tendrán que escoger una de ellas y armarlos con cada juego del tangram.
- Observan figuras ocultas o sombras de animales, el cual tendrán que armar con las siete piezas del tangram, sin que sobre ni falte piezas.

- Trabajan concentradamente su actividad, escuchando música relajante.
- Responden a estas preguntas, al terminar
 - ¿Qué letra del abecedario armaste?
 - ¿Qué animalitos ocultos armaste?
 - ¿Con cuantas piezas armaste la letra A....?
 - ¿Cuál te fue más difícil armar las letras o los animales ocultos?
- Comparten las respuestas con sus compañeros sobre las actividades realizadas.
- Forman parejas e intercambian sus trabajos, para explicar detalladamente las letras y luego las partes del cuerpo de los animales con las figuras geométricas del tangram.
- Realizan estos ejercicios al terminar la actividad.
 - Inspira profundamente mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Mantén la respiración mientras cuentas mentalmente hasta 4.
 - Suelta el aire mientras cuentas mentalmente hasta 4.

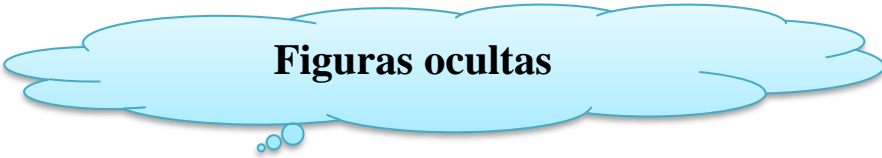
4.3. FASE FINAL

Dimensión: Retroalimentación - Evaluación personalizada

- Responden a las preguntas:
 - ¿Qué te pareció esta actividad?
 - ¿Qué otra cosa podemos armar
 - ¿Para qué te servirá?
 - ¿Te ayudo a relajarte?
- Interiorizan sobre la importancia de armar figuras con el tangram ya que nos ayudan a mejorar el nivel de percepción, concentración, atención y memoria.
- Expresan su compromiso personal, de todo lo aprendido durante el desarrollo del taller.
- Se evaluará con la escala valorativa.

EVIDENCIAS





Figuras ocultas

ESCALA VALORATIVA

TALLER	<i>“Figuras ocultas”</i>
DIMENSIONES	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Actividades relajantes</i> • <i>Actividades de captación de atención</i> • <i>Actividades motivacionales</i> • <i>Actividades de trabajo libre</i> • <i>Actividades de trabajo dirigido</i> • <i>Retroalimentación</i> • <i>Evaluación personalizada</i>
INSTRUMENTO	<i>Escala valorativa</i>

OBJETIVO GENERAL

Mejorar el nivel de percepción de los niños y niñas del sexto grado de Educación Primaria de la Institución Educativa N°88331-Rinconada.

N°	INDICADORES																									
	<i>Logra relajarse a través de los ejercicios.</i>					<i>Logra una atención-concentración continua.</i>					<i>Responde de manera favorable a las actividades motivacionales.</i>					<i>Realiza actividades de manera libre e individualmente.</i>					<i>Demuestra aprendizaje del tema a través de la evaluación personalizada.</i>					
	N	CN	B V	CS	S	N	CN	B V	CS	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	N	C N	B V	C S	S	
01																										
02																										
03																										
04																										
05																										
06																										
07																										
08																										
09																										
10																										
11																										
12																										
13																										
14																										
15																										
16																										
17																										
18																										

LEYENDA:

- Nunca : 1
- Casi nunca : 2
- Bastantes veces: 3
- Casi siempre : 4
- Siempre : 5

INFORME DE TESIS.

por Paola De La Cruz Garay

Fecha de entrega: 25-sep-2023 10:00p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2177103294

Nombre del archivo: TESIS_PAOLA_DE_LA_CRUZ_GARAY.docx (1.21M)

Total de palabras: 19095

Total de caracteres: 104501

<1 %

10

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

<1 %

11

dspace.unach.edu.ec

Fuente de Internet

<1 %

12

e-spacio.uned.es

Fuente de Internet

<1 %

13

ri.ues.edu.sv

Fuente de Internet

<1 %

14

Submitted to Universidad Estatal a Distancia

Trabajo del estudiante

<1 %

15

docplayer.es

Fuente de Internet

<1 %

16

repositorio.usanpedro.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

17

repositorio.uncp.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

18

archive.org

Fuente de Internet

<1 %

19

dspace.unitru.edu.pe

Fuente de Internet

<1 %

20

cerebroniad.blogspot.com

Fuente de Internet

<1 %

21	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	Submitted to University of the Andes Trabajo del estudiante	<1 %
23	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1 %
24	Submitted to Universidad Nacional de Educación a Distancia Trabajo del estudiante	<1 %
25	Submitted to Universidad Rey Juan Carlos Trabajo del estudiante	<1 %
26	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1 %
27	Submitted to Universidad San Francisco de Quito Trabajo del estudiante	<1 %
28	hdl.handle.net Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD, UNAD Trabajo del estudiante	<1 %
30	repositorio.unemi.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
31	Submitted to Universidad Andina del Cusco Trabajo del estudiante	<1 %

32	es.scribd.com Fuente de Internet	<1 %
33	Submitted to Fundacion San Pablo Andalucia CEU Trabajo del estudiante	<1 %
34	Submitted to Submitted on 1686777112709 Trabajo del estudiante	<1 %
35	repositorioacademico.upc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
36	pepsic.bvsalud.org Fuente de Internet	<1 %
37	repositorio.unjfsc.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
38	repositorio.espe.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
39	www.test-stress.com Fuente de Internet	<1 %
40	Submitted to Editorial Elearning S.L. Trabajo del estudiante	<1 %
41	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1 %
42	Submitted to Universidad de Nebrija Trabajo del estudiante	<1 %

43	repositorio.uleam.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
44	www.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
45	Submitted to Universidad Peruana Los Andes Trabajo del estudiante	<1 %
46	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	<1 %
47	repositorio.utelesup.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
48	www.elsevier.es Fuente de Internet	<1 %
49	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
50	repositorio.puce.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
51	www.sandracubillos.net Fuente de Internet	<1 %
52	Submitted to Aliat Universidades Trabajo del estudiante	<1 %
53	de.slideshare.net Fuente de Internet	<1 %
54	es.slideshare.net	

Fuente de Internet

<1 %

55

ojs.dpi.uisa.mx

Fuente de Internet

<1 %

56

view.genial.ly

Fuente de Internet

<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 10 words

Excluir bibliografía

Activo