



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

MODALIDAD PRESENCIAL

**Informe final del Trabajo de Graduación o Titulación previo a la Obtención
del título de Licenciado en Ciencias de la Educación.**

Mención: Educación Básica.

TEMA:

LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y
NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA
UNIDAD EDUCATIVA "JOAQUIN LALAMA"

AUTORA: MONTOYA SILVA PRISCILA JEANETH

TUTORA: Ing. MSc. JULIA DEL ROSARIO PAREDES VILLACIS

AMBATO - ECUADOR

2015

**APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O
TITULACIÓN**

CERTIFICA:

Yo, **Ing. Ms. Julia del Rosario Paredes Villacis**, con C.I. N° **1801055805**, en mi calidad de Tutor del trabajo de investigación sobre el tema: **“LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACION GENERAL BASICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOAQUIN LALAMA”**, desarrollado por la estudiante Montoya Silva Priscila Jeaneth, de la Carrera de Educación Básica, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos, técnicos, científicos, reglamentarios y méritos suficientes, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



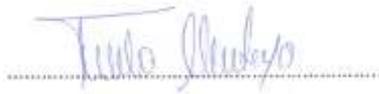
Ing. MSc. Julia Paredes Villacis

TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO DE GRADO

Dejo constancia de que el presente informe del Trabajo de Graduación es el resultado de la investigación del autor, quien basado en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación.

Las ideas, opiniones, comentarios y propuesta especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad legal y académicos de su autor.



Priscila Jeaneth Montoya Silva

AUTORA

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de AÑO o Titulación sobre el tema: **“LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACION GENERAL BASICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOAQUIN LALAMA”**, autorizo su reproducción total o parte del mismo, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.



Priscila Jeaneth Montoya Silva

C.I. 1804752853

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

AL H. CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN:

La comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “**LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACION GENERAL BASICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOAQUIN LALAMA**”, presentado por la Srta. Priscila Jeaneth Montoya Silva, estudiante del décimo semestre de la Carrera de Educación Básica, Modalidad Presencial, periodo Marzo – Septiembre 2015, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** dicho informe final de investigación, en razón de que cumple con los principios básicos, tanto técnicos, como científicos y reglamentarios establecidos.

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.



.....
Mg. Bladimir Sánchez
C.I. 1801863059



.....
Mg. Pablo Hernández
C.I. 1802098028

DEDICATORIA

Al terminar mi trabajo de investigación el mismo que se realizó con responsabilidad, dedicación, y esfuerzo, está dedicado en primer lugar a Dios, quien supo guiarme durante todo el proceso investigativo.

En segundo lugar se lo dedico a mi madre que siempre estuvo junto a mí y me apoyo a lo largo de mi carrera, también a mi familia ya que con su amor supo motivarme para conseguir uno de mis más grandes sueños.

De manera muy especial se la dedico a la persona que nunca me abandono y pese a las adversidades lucho junto a mí en los momentos más difíciles a ti Jessica Solano.

Gracias por su apoyo incondicional!

Priscila

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios porque durante toda mi vida supo guiarme junto a mi madre que me educó con valores, e infinita sabiduría, permitiéndome ser una persona responsable y capaz de vivir nuevas experiencias que me permitan crecer como ser humano.

A la Universidad Técnica de Ambato que me dio la oportunidad de ser parte de su distinguido estudiantado, logrando así cumplir una meta más.

Agradezco a todos los docentes de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación ya que con sus conocimientos no solo forman profesionales sino seres humanos capaces de luchar por lo que se proponen.

De igual manera a la Ing. Julia Paredes que con su experiencia, conocimiento y alegría supo guiarme durante todo el proceso investigativo.

Y agradezco de manera personal a Jessica Solano quien siempre supo motivarme y apoyarme incondicionalmente.

Priscila

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACION GENERAL BASICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “JOAQUIN LALAMA”

AUTORA: Priscila Jeaneth Montoya Silva.

TUTORA: Ing. MSc. Julia del Rosario Paredes Villacis.

La gimnasia cerebral es un conjunto de ejercicios coordinados y combinados, con lo que se obtienen resultados muy eficientes en personas que lo aplican, estos ejercicios permiten una mejor conexión en ambos hemisferios cerebrales, por tal motivo al ejecutarlos fortalece el aprendizaje de la lecto-escritura en los niños y niñas de tercer año de Educación General Básica. Este sistema de ejercicios al ser ejecutados permite que los estudiantes aprendan de una manera dinámica y significativa, logrando un descanso mental, una mejora en su capacidad de atención y retención de la información. Cada rutina de ejercicios desarrolla las habilidades cerebrales que permiten acelerar el proceso de aprendizaje. En los estudiantes es necesario optimizar su aprendizaje permitiéndoles expresar sus ideas, desarrollando su creatividad, mejorando su ambiente de trabajo, permitiéndoles que se sientan seguros en el ambiente en el cual están creciendo, esto lo podemos conseguir aplicando gimnasia cerebral, de manera que cada estudiante disfrute de lo que hace y sienta ese entusiasmo de hacer las cosas con mucho empeño y dedicación. En el mundo en el que vivimos es muy difícil tener descanso mental, y estar preparados para arduas jornadas de trabajo esta realidad la viven día a día los estudiantes de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama”. De tal manera que, la presente investigación tiene por objeto ayudar a los docentes, padres de familia y estudiantes a mejorar la calidad de educación, fortaleciendo sus conocimientos mediante ejercicios mentales que ayuden a mejorar su formación académica, los mismos que al ser aplicados permiten el desarrollo de nuevas destrezas en cada uno de los estudiantes mediante movimientos corporales que provoquen que los dos hemisferios cerebrales trabajen de una manera armoniosa aprovechando las características que cada uno posee e integrándolos en el proceso de aprendizaje.

Palabras claves: Gimnasia Cerebral, lecto-escritura, dinámica, descanso mental, capacidad de atención, habilidades cerebrales, destrezas, conocimientos, formación académica.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION
RACE BASIC EDUCATION

ABSTRACT

TOPIC: "THE GYM BRAIN AND LITERACY IN CHILDREN OF THIRD DEGREE OF BASIC EDUCATION GENERAL EDUCATION UNIT" JOAQUIN LALAMA "

AUTHOR: Priscilla Montoya Jeaneth Silva.

TUTOR: Ing MSc.. Julia del Rosario Paredes Villacis.

Cerebral gymnastics is a set of coordinated exercises and combined with very efficient results are obtained in people who apply, these exercises allow a better connection in both hemispheres, for this reason to run strengthens learning literacy children in the third year of basic general education. This set of exercises to be performed allows students to learn in a dynamic and meaningful way, making a mental break, improved its ability to focus and retain information. Each workout brain develops skills that enable accelerate the learning process. Students in their learning must be optimized enabling them to express their ideas, developing their creativity, improve their working environment, allowing them to feel safe in the environment in which they are growing, this can be achieved by applying cerebral gymnastics, so that each student enjoy what you do and feel that excitement of doing things with a lot of effort and dedication. In the world in which we live it is very difficult to have mental rest, and be prepared to work treks live this reality every day students of the Education Unit "Joaquin Lalama". So that, this research aims to help teachers, parents and students to improve the quality of education, strengthening their knowledge through mental exercises to help improve their academic training, the same as when applied permit developing new skills in each of the students through bodily movements that result in the two brain hemispheres work in a harmonious way taking advantage of the features that each has and integrating them into the learning process. With this system it was possible to demonstrate positive developments occurring in the process of literacy.

Keywords: Brain Gym, literacy, dynamic, mental rest, attention span, brain abilities, skills, knowledge, education

INTRODUCCIÓN

Los seres humanos día tras día aprendemos junto a las experiencias que se nos presentan, en la escuela, en el hogar y en la familia, las mismas que nos permiten interactuar mejor con el mundo que nos rodea.

A la mayor parte de personas nos agrada leer algo interesante que permita enriquecer nuestro aprendizaje, pero hay lecturas que no nos agradan debido a que su contenido no es atractivo, posiblemente esto se debe a la falta de motivación antes de hacerlo. Al realizar una lectura extensa se presenta un cansancio y ciertas molestias esto genera un cansancio, posiblemente se deja de leer y se realizan otras actividades que sean de nuestro agrado.

En el caso de los niños la lectura se presenta como una habilidad necesaria para el día a día, por lo cual no existe el debido interés por la misma. Esto se debe a que la mayor parte de docentes prefieren el método tradicional de enseñanza basado en extensas horas de trabajo y sin un debido descanso mental. El movimiento es parte indispensable del aprendizaje y del pensamiento.

La gimnasia cerebral se presenta como una estrategia didáctica en la educación debido a que se presentan una serie de ejercicios que permiten desarrollar las habilidades cerebrales de cada persona. Considerando que los niños y niñas cumplen una rutina de trabajo extensa es necesario que se dé un pequeño descanso que les permita retomar sus actividades con mayor entusiasmo y dedicación.

La gimnasia cerebral facilita la elaboración de redes nerviosas, su conexión y su reactivación a través del cuerpo para estimular directamente el cerebro, integrando tanto la mente como el cuerpo en la gran aventura de aprender.

La presente investigación se realiza con los niños de tercer año de educación general básica permite evidenciar que la gimnasia cerebral es un tema muy poco conocido por la mayor parte de docentes pero que necesita ser ejecutado como un apoyo pedagógico para obtener resultados deseados.

La rutina de los ejercicios que se propone se plantea con el fin de mejorar el proceso de lecto-escritura, la capacidad de atención, concentración, vocalización de las palabras, expresión y demás. Todo esto ayudara al docente a que sus estudiantes estén listos para aprender de manera diferente, motivándolos a que realicen lecturas que enriquezcan su aprendizaje y sus conocimientos.

A continuación se describe de una manera sintética el contenido de cada uno de los capítulos de la tesis:

Primer Capítulo: Se encontrará el tema a investigar así como su contextualización en los niveles macro (La educación en el Ecuador), meso (Tungurahua) y micro (situación que vive la institución investigada). A continuación un gráfico (árbol de problemas) en el que representan las causas y efectos del problema que serán analizados a profundidad posteriormente en el análisis crítico y dando para finalizar una mirada al futuro en la prognosis.

La formulación del problema y las interrogantes problémicas serán la pauta que permitan establecer los objetivos de la investigación. La investigación está delimitada espacial, temporal y conceptualmente según los requerimientos del investigador. Es en este capítulo además se justifican las razones por las que se ha decidido investigar sobre este tema en la institución y se ponen en manifiesto el objetivo general y los específicos.

Segundo Capítulo: Corresponde al marco teórico y como su nombre lo indica se detallará todo lo correspondiente a fuentes bibliográficas. Se podrá tener indicios de los antecedentes investigativos, quien o quienes han indagado previamente sobre este tema y a qué conclusiones han llegado con sus averiguaciones.

Esta investigación según su fundamentación filosófica está enmarcada en el paradigma crítico luego se formula una hipótesis que no es más que un supuesto susceptible de comprobación y la variable dependiente (Gimnasia Cerebral) e independiente (Lecto-escritura).

Tercer Capítulo: Se detalla en enfoque de la investigación que es el cuali-cuantitativo, así como las tres modalidades básicas de la investigación que son: documental y de campo. Se establece el nivel o tipo de estudio que corresponde al nivel exploratorio y descriptivo así como la población a investigar.

La operacionalización de las variables en siete secciones que son conceptualización, dimensiones, indicadores, índices, técnica, instrumento y a quién va dirigido.

Cuarto Capítulo: Corresponde al análisis y la interpretación de datos, mismos que han sido recabados mediante una encuesta dirigida al personal docente y a los y las

estudiantes de la Unidad Educativa. La verificación y comprobación de la hipótesis mediante el cálculo estadístico (Chi Cuadrado), las especificaciones y la decisión final.

Quinto Capítulo: Es quizá la parte medular de la investigación describe las conclusiones y las recomendaciones. Las conclusiones tienen un argumento final en la investigación realizada; mientras que las recomendaciones permiten brindar sugerencias a las personas que realizarán investigaciones parecidas con el fin de evitar ciertos percances que se puedan presentar durante el proceso de investigación.

Sexto Capítulo: La propuesta es el detalle de la solución más viable que el investigador pudo hallar para resolver el problema encontrado en la institución. En ella se puede encontrar datos informativos, antecedentes, justificación, objetivos, el análisis de factibilidad, la fundamentación teórica, metodología, el modelo operativo, administración y previsión para la evaluación.

Finalmente se concluye con la bibliografía utilizada como referencia en este trabajo de investigación y los respectivos anexos.

ÍNDICE

Aprobación del tutor del trabajo de graduación o titulación.....	ii
Autoría del trabajo de AÑO	iii
Cesión de derechos de autor.....	iv
Aprobación del tribunal.....	v
Dedicatoria	vi
Resumen.....	vii
Introducción	1
Índice.....	4

CAPITULO I

EL PROBLEMA	10
1.1 Tema.....	10
1.2 Planteamiento del problema	10
1.2.1 Contextualización.....	10
1.2.2 Análisis crítico.....	16
1.2 Justificación.....	19
1.4 Objetivos	20
1.4.1 Objetivo general.....	20
1.4.2Objetivos específicos	20

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO.....	21
2.4 Categorías fundamentales	26
2.5 Fundamentación teórica variable independiente gimnasia cerebral.....	29
2.6 Señalamiento de variables.....	66
2.6.1 Variable independiente:	66
2.6.2 Variable dependiente:	66

CAPITULO III

METODOLOGÍA	67
3.1 Enfoque de la investigación	67
3.3 Nivel o tipo de investigación.....	68

3.3.1 Exploratorio.....	68
3.3.2 Descriptivo.....	68
3.5.1 Operacionalización de variables	69
3.6 Técnicas e instrumentos	71
3.6.1 Recolección de la información	72
3.7 Procesamiento y análisis.....	72
3.7.1 Procesamiento de la información.....	72
CAPÍTULO IV	
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....	73
4.1 Análisis e interpretación de los resultados de las encuesta aplicada a los estudiantes.	73
4.3. Comprobación de hipótesis	94
4.3.1 Combinación de frecuencias	94
4.3.2. Planteamiento de la hipótesis.....	94
4.3.3. Selección del nivel de significación.....	94
4.3.4. Descripción de la población.....	95
4.3.5. Especificación del estadístico.	95
4.3.6. Especificaciones de las regiones de aceptación y rechazo.	95
4.3.7. Recolección de datos y cálculo de los estadísticos.	96
CAPÍTULO V	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	99
Conclusiones	99
5.2 Recomendaciones	100
CAPITULO VI	
PROPUESTA.....	101
6.1 Datos informativos	101
6.2 Antecedentes de la propuesta.	101
6.3 Justificación.....	103
6.4 Objetivos.	104
6.4.1 Objetivo general:.....	104

6.4.2	Objetivos específicos:	104
6.8.	Administración de la propuesta.....	109
6.9.	Previsión de la evaluación.....	109

ÍNDICE DE IMÁGENES

Imagen 1: Gateo cruzado	113
Imagen 2: Tensar y distensar	116
Imagen 3: Ochitos acostaditos	119
Imagen 4: Ochitos con el dedo.....	122
Imagen 5: A,B,C	125
Imagen 6: Peter pan.....	128
Imagen 7: Ejercicios para los ojos	131
Imagen 8: Nudos	134
Imagen 9: Pinocho.....	136
Imagen 10: Alá Alá	139
Imagen 11: El elefante	142

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1: Variable independiente.....	73
Cuadro 2: Variable dependiente.....	75
Cuadro 3: Técnicas e instrumentos	76
Cuadro 4: Lectoescritura.....	73
Cuadro 5: Ejercicios mentales.....	74
Cuadro 6: Ejercicios que fortalezcan el cerebro	75
Cuadro 7: Juegos didácticos.....	76
Cuadro 8: Memoria	77
Cuadro 9: Atención	78
Cuadro 10: Educación	79
Cuadro 11: Aprendizaje	80
Cuadro 12: Desmotivación.....	81
Cuadro 13: Preferencias de lectura	82
Cuadro 14: Cansancio mental	83
Cuadro 15: Lecto-escritura.....	84
Cuadro 17: Ejercicios que fortalezcan el cerebro	86
Cuadro 18: Juegos didácticos.....	87
Cuadro 19: Memoria	88
Cuadro 20: Atención	89
Cuadro 21: Educación	90
Cuadro 22: Aprendizaje	91
Cuadro 23: Desmotivación.....	92
Cuadro 24: Preferencias de lectura	92
Cuadro 26: Frecuencia observada	96
Cuadro 27: Frecuencia esperada	96
Cuadro 28: Cálculo de J-Cuadrado	97
Cuadro 29: Modelo operativo	108
Cuadro 30: Previsión de la evaluación.....	109
Cuadro 32: Concentración.....	117

Cuadro 33: Comunicación escrita	120
Cuadro 34: Activación muscular.....	123
Cuadro 36: Memoria	129
Cuadro 37: Coordinación visual	132
Cuadro 38: Capacidad de atención.....	135
Cuadro 39: Relajación.....	137
Cuadro 40: Activación muscular.....	140
Cuadro 41: Atención	143

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 Tema

“LA GIMNASIA CEREBRAL Y LA LECTO-ESCRITURA EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”.

1.2 Planteamiento del Problema

1.2.1 Contextualización

Según, (Goldman, 2014, págs. 25-26) El cerebro humano está conformado por dos hemisferios los mismos que interactúan de manera entrecruzada: el derecho que dirige movimientos del lado izquierdo, y a su vez el izquierdo, que dirige movimientos del lado derecho de nuestro cuerpo. Según algunas investigaciones, existe un alto índice de habitantes que son diestros, un pequeño porcentaje son zurdos y mínimo son ambidiestros.

La definición de la lateralidad de las personas se da a medida que se usan las partes simétricas del cuerpo, pero no se refiere únicamente a la mano que utiliza para realizar diversas actividades como: escribir, comer, etc.

Un niño es diestro si está homogéneamente lateralizado a la derecha, es decir, si usa consistentemente los elementos del lado derecho de su cuerpo y, al revés, será zurdo si usa sistemáticamente su parte izquierda.

Existe un número pequeño de personas son ambidiestras, capaces de utilizar cada una de sus extremidades de forma indistinta y con gran precisión. Pero puede tratarse también de personas zurdas que han ejercitado además su mano derecha por diferentes factores socioculturales.

En el **Ecuador** los niños y niñas adquieren destrezas a diario sea en la escuela a la que asisten o en el ambiente en el cual se desarrollan, pero además de ello una de las dificultades que se manifiestan en el diario vivir de los docentes es la escasa coordinación que algunos estudiantes poseen.

Según, (**Guevara, 2011, págs. 8-9**) en su investigación señala que los individuos desarrollan habilidades y destrezas diarias las mismas que permiten mejorar la coordinación y definición de la lateralidad, cuando esto pasa, se puede notar que existe una buena conexión en ambos hemisferios cerebrales.

Por otro lado, cuando los estudiantes no presentan habilidades motoras, se presentan dificultades en su vida diaria, debido a que no mantienen una buena conexión del cerebro con la mente. El cuerpo capta los estímulos que se le presentan en el medio mientras que, el cerebro procesa la información y emite una respuesta inmediata.

(**Kaufman, 2011, págs. 25-27**) menciona que los niños y niñas son seres inteligentes que día a día aprenden algo nuevo que permite que su aprendizaje se fortalezca. Las personas poseemos neuronas que son las células del cerebro y ahí es donde radica la inteligencia. Y estableciendo conexiones neuronales se desarrolla la inteligencia. Así lo manifiesta.

Los estudiantes mientras asisten a la escuela captan información que les será útil para su desenvolvimiento en la vida diaria, por lo tanto el rol del docente radica en que se fortalezcan destrezas que logren un mejor aprendizaje y que sirvan de apoyo para una correcta toma de decisiones.

Los niños desarrollan habilidades lingüísticas tales como: escuchar, hablar, leer y escribir; las mismas que se adquieren en el entorno en el cual habitan, pero se logra una perfección cuando asisten a las instituciones educativas. En el proceso de lectura y escritura debe existir una adecuada coordinación óculo-manual, comprensión lectora y excelente motricidad. Basándonos en estudios realizados en el país se puede manifestar que existen problemas que radican en el proceso de lectura y escritura:

El 27% de ecuatorianos no tiene hábitos de lectura, debido a que el 56,8% no lo hace por falta de interés, y en las causas para no leer se evidencia que un 56,8% no lo hace por falta de interés un 31,7% por falta de tiempo. **(INEC, 2012)**

Estos datos concluyen que las personas no poseen buenos hábitos de lectura en su mayoría, por diferentes factores; uno de ellos es por falta de interés y esto hace que las personas dejen de leer. Y en el caso de los niños también se puede evidenciar debido a que al realizar lecturas que no son agradables para ellos se cansan con facilidad, perdiendo así el interés por la lectura.

A la mayor parte de personas nos agrada leer algo interesante sea en libros, revistas, periódicos, etc. Pero debe ser algo que llame nuestra atención, sin olvidar que, si la lectura es muy extensa presentaremos cansancio y tras ese cansancio existirá poca comprensión en la lectura.

En el caso de los niños las arduas jornadas de trabajo hacen que presenten un cansancio mental, una falta de atención y poco interés en su desempeño académico lo que posteriormente, generará una baja en su rendimiento y algunos vacíos en su aprendizaje.

Por otro lado, dentro del aprendizaje de los niños es necesario hablar de su salud y bienestar tanto físico como mental. Todo esto se vincula con el desarrollo personal y académico del niño debido a que si se siente feliz en su hogar y en la institución donde estudia pondrá más empeño en las actividades que realiza.

Los programas educativos en el Ecuador nacen de la política de Estado y la comunidad como respuesta a la complejidad de los problemas educativos debiendo fomentar el análisis crítico reflexivo encaminado a mejorar el proceso de la Lecto-escritura gradualmente en los estudiantes.

En la Provincia de Tungurahua por parte de la prensa escrita se ha podido evidenciar que la ciudadanía está preocupada para se mantengan los hábitos de lectura y escritura en los niños, jóvenes y adultos. Motivándolos con diferentes concursos de lectura y escritura los mismos que se dan por parte de las instituciones educativas.

Por su parte el diario (Hora, 2010, págs. 6-7) menciona que:

“Se necesita, sin lugar a dudas, una cultura de la lectura para que esta opción se convierta en un placer y no en un tormento”

La lectura se realiza con el fin de disfrutarla, entenderla y aprender de ella a medida que la realizamos. Es evidente que en el caso de los niños se presenta un cansancio mental, una falta de atención, escasa comprensión, etc. Todo esto se presenta debido a que los niños no encuentran los textos indicados para leer.

Por otro lado, el mismo diario señala la importancia de la motivación a la lectura por parte de los docentes, pero con el apoyo incondicional de los padres de familia ya que todo trabajo es mejor y eficiente si se realiza en equipo.

En el caso de la escritura también se evidencia varias falencias por parte de los estudiantes como es el caso de las faltas ortográficas, pero esto se debe también a que si no existe una lectura por parte de los niños será un poco más complejo el escribir sin equivocarse.

Sin embargo, aún se presenta un alto índice de niños que leen por obligación, y que escriben con faltas ortográficas, pero no solo se debe a la falta de motivación por parte de los docentes sino también por parte de los padres de familia, debido a diferentes factores o incluso por falta de conocimiento. De ahí se desencadenan los diferentes problemas que los niños presentan en su aprendizaje.

En los estudiantes de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama” se pudo evidenciar ciertas falencias en el proceso de lecto-escritura debido a algunos factores que influyen en el aprendizaje de los niños y niñas.

Existen niños que aún no pueden leer bien y que confunden ciertas letras del abecedario, posiblemente esto se deba a que en el hogar no se encuentre un apoyo en el aprendizaje del niño.

Otra problemática que se pudo evidenciar es que los estudiantes leen pero no saben a lo que se refiere la lectura, por lo tanto se puede notar que los niños y niñas leen

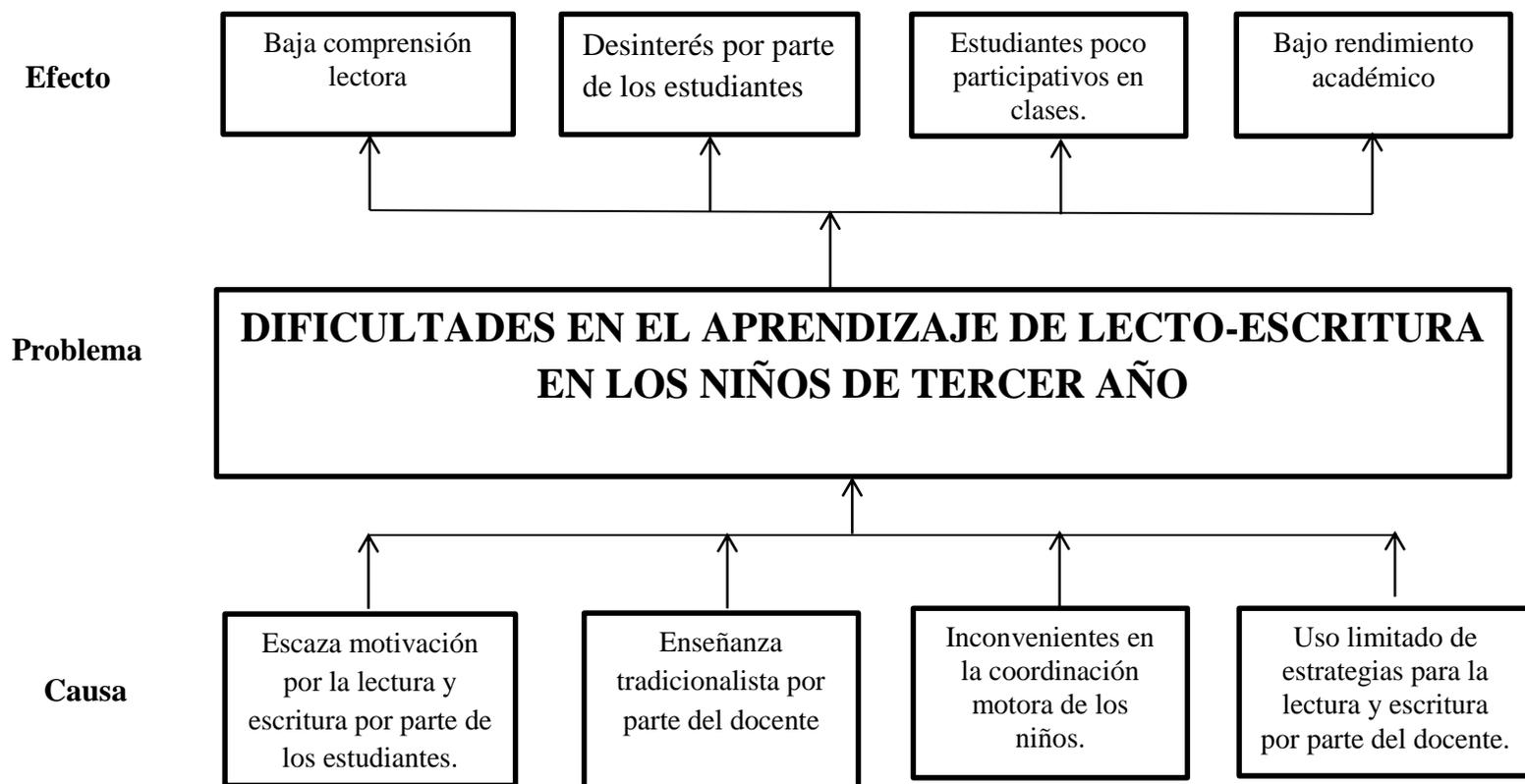
por obligación, y esto desencadena una desmotivación grande en el estudiantado además de un cansancio mental y un desinterés en el proceso de lectura y escritura.

Si hablamos de la escritura también son notorias las dificultades que presentan los niños ya que al momento de confundir las letras hace que la palabra no se escriba de la manera correcta.

Por otro lado, cuando no existe confianza entre el estudiante y su docente se torna un ambiente tenso de trabajo, y se presentan ciertas, como es el caso de la falta de atención, desinterés por parte del estudiantado, clases monótonas y escasa concentración.

Aquellos estudiantes que no poseen una buena relación dentro y fuera del aula presentaran adversidades en su proceso de aprendizaje. Cabe mencionar que no todo es mecánico y peor aún tradicional ya que el rol del docente es ser innovador y ente motivador para que sus estudiantes aprendan más cada día.

Árbol de Problemas



Cuadro 1: Árbol de problemas
Elaborado por: Priscila Montoya.2015

1.2.2 Análisis Crítico

Es importante analizar las causas y efectos detectados, ya que los mismos permitirán visualizar el problema de mejor manera, además que permitirá buscar posibles soluciones dentro del desarrollo escolar, tomando en cuenta el aprendizaje de los estudiantes para su bienestar físico e intelectual.

La escasa motivación que los estudiantes pueden alcanzar, crea un desinterés en la clase que el docente imparte, los niños(as) realizan otras actividades, empiezan a conversar con sus compañeros, en el proceso de lecto- escritura se evidencia una baja comprensión lectora en donde los estudiantes no entienden lo que leen y no captan el mensaje de la lectura, cuando existe este tipo de inconvenientes se genera desinterés por parte de los estudiantes; además de una escasa participación en clases. Por lo tanto, el docente deber ser ente motivador en clases para evitar problemas en lo posterior como el bajo rendimiento académico.

Por otro lado, cuando se mantiene una enseñanza tradicional que comprende un trabajo monótono sin ningún tipo de modificaciones hace que los niños y niñas pierdan el interés en su aprendizaje. Esto se da porque el docente es el modelo a seguir por los estudiantes, estableciendo la disciplina como regla general. Este tipo de enseñanza hace que los estudiantes presentes inconvenientes como baja comprensión lectora, también un desinterés en aprender lo que el docente está enseñando. El docente que aplica una enseñanza tradicional, limita a los estudiantes a que participen en clases y al final de todo esto los estudiantes presentarán un bajo rendimiento académico.

Los inconvenientes en la coordinación motora que pueden presentar algunos estudiantes, permite que no se realicen las actividades conforme a la edad que tiene, presenta dificultades al permanecer el equilibrio, marchar, y en caso de la motricidad fina el no tomar el lápiz correctamente, esto retrasa el proceso de lecto-escritura debido a que se presentan inconvenientes como el no realizar correctamente el trazo de las letras y una baja comprensión lectora. Como es de

esperarse se presenta un desinterés por parte del estudiante todo esto porque no se logra cumplir con las actividades asignadas. Los estudiantes que tienen inconvenientes con su motricidad cambian su comportamiento, negándose a participar en clases; lo que genera un bajo rendimiento académico.

El uso limitado de estrategias para la lectura y escritura hace que los estudiantes se equivoquen con frecuencia, en la escritura que confundan letras por sus sonidos, en la lectura que no comprendan lo que escriben y leen. Los estudiantes necesitan crear su conocimiento mediante la orientación del docente pero si no existen estrategias que permitan que su conocimiento crezca, ellos presentaran un desinterés total y esto involucra un cansancio, falta de atención, poca participación en clases, etc. El docente es quien guía a sus estudiantes para que ellos aprendan y refuercen sus conocimientos, al no existir estrategias que mejoren su aprendizaje se evidenciara un bajo rendimiento académico.

1.2.3 Prognosis

Si en un futuro no se da solución a la problemática planteada se seguirán presentando problemas en el aprendizaje de los estudiantes, se mantendrá una enseñanza tradicional que la mayoría de docentes lo toma como la manera más práctica en el proceso de lecto-escritura. Los niños y niñas no lograrán obtener un aprendizaje que mejore su calidad de vida involucrándolas con habilidades que se pueden desarrollar desde una edad muy temprana con el fin de fortalecer su aprendizaje.

La falta de expresión por medio de movimientos hace que el cerebro no desarrollen en su totalidad las diferentes habilidades que se presentan en ambos hemisferios cerebrales, por tal motivo los ejercicios de gimnasia cerebral permiten que exista una mejor conexión neuronal logrando así que los estudiantes estén prestos para aprender.

1.2.4 Formulación del Problema

¿Cómo incide la gimnasia cerebral en la lectoescritura en los niños y niñas de tercer AÑO de la Unidad Educativa Joaquín Lalama?

1.2.4 Interrogantes

- ✓ ¿Qué es la gimnasia cerebral y como debe utilizar el docente para niños(as) de tercer AÑO?
- ✓ ¿Cuál es el nivel de fluidez de lectura que presentan los niños (as) de la “Unidad Educativa Joaquín Lalama”?
- ✓ ¿Qué alternativas de solución ayudarán al problemas planteado en los niños (as) de la Unidad Educativa Joaquín Lalama?.

1.2.6 Delimitación del Problema

A. Delimitación Conceptual

Campo: Pedagógico

Área: Educativa

Aspecto: Gimnasia Cerebral para el aprendizaje de la lecto escritura.

B. Delimitación Espacial

Centro Educativo: Unidad Educativa” JOAQUÍN LALAMA“

Área: Educación Básica

Delimitación Temporal

Período: Año Lectivo 2014- 2015

1.2 Justificación

La presente investigación es **interesante** debido a que se pretende desarrollar ejercicios de gimnasia cerebral para mejorar el proceso de lecto-escritura en los estudiantes. Logrando que el estudiante posea un aprendizaje integral, usando todo su cerebro conjuntamente con su cuerpo.

En el ámbito educativo, se pretenden realizar cambios significativos a favor de los estudiantes, por tal motivo este estudio es **original** debido a que no se han realizado investigaciones profundas acerca del tema. Tomando en consideración que los ejercicios que se plantean se convertirán en una poderosa herramienta en los docentes para mejorar la activación e integración del sistema nervioso

Al incorporar ejercicios que beneficien el aprendizaje en los estudiantes se torna **novedoso**, debido a que se ha mantenido un aprendizaje tradicional con arduas horas de trabajo en el aula, sin una debida motivación, y con una serie de actividades que deben cumplirse. La mayor parte de los estudiantes expresan lo que sienten mediante el movimiento y el mismo se considera como una parte indispensable en el aprendizaje y el pensamiento.

La gimnasia cerebral causa un gran **impacto** en la sociedad debido a que no solo acelera el aprendizaje sino que mantiene alerta a nuestro cerebro, logrando una mejor coordinación, atención y preparándonos para mejores respuestas ante diferentes estímulos que se presenten.

Este estudio es **factible** porque cuenta con la colaboración de las autoridades de la institución educativa, docentes, padres de familia y estudiantes; donde se realiza la investigación, los recursos financieros necesarios, el tiempo que se desea emplear, fuentes bibliográficas, así como vías de acceso electrónico e instrumentos de investigación.

Los **beneficiarios** serán los niños y niñas de tercer año de Educación General Básica, los padres de familia y los docentes de la Unidad educativa Joaquín Lalama.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General

Determinar la incidencia de la gimnasia cerebral en la lectoescritura en los niños y niñas de tercer año de Educación general Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama.

1.4.2 Objetivos Específicos

1. Diagnosticar la aplicación de la gimnasia cerebral en los niños y niñas de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama.”
2. Analizar la lecto-escritura en los estudiantes de tercer AÑO de Educación General Básica.
3. Proponer una alternativa de solución al problema planteado.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes Investigativos

Una vez que se visitó la Unidad Educativa “Joaquín Lalama” en la cual se realizaría la presente investigación con el apoyo del rector: Dr. Hugo Guerrero, se evidencia que no se han realizado trabajos con el tema propuesto, por lo que manifiesto que la presente investigación es innovadora y de gran ayuda para la misma.

Al revisar el repositorio de la Universidad Técnica de Ambato y de otras universidades del país, se encontró temas relacionados con las dos variables pero que poseen otro enfoque debido a que cada una de ellas presenta diferentes necesidades y realidades, pero que contribuyen al desarrollo de la presente investigación.

A continuación cito las siguientes investigaciones:

Según, (Calderón, 2003) en su tema de investigación referente a: “La gimnasia cerebral como técnica para producir cambios significativos en la lectura y escritura de los alumnos del William Shakespeare School” concluye que:

- ✓ La aplicación del programa de Brain Gym dentro del proceso regular de enseñanza escolar, produce cambios significativos en la Simbolización de la Lectoescritura de los niños.
- ✓ El programa de Brain Gym produce mejores resultados a nivel de los trastornos de Confusión de sonido y forma semejante y Agregados correspondientes a la Lectura.
- ✓ El proceso del aprendizaje lectoescritor puede ser mejorado cuando se aplica una técnica que comprende movimientos corporales estudiados, con fines pedagógicos, como es el caso de la Gimnasia Cerebral o Brain Gym.
- ✓ La ejecución de ejercicios de gimnasia cerebral en los estudiantes, favorece de manera significativa el proceso de lecto-escritura, con cada movimiento que se realiza se mantiene una concentración y mejora la atención.

Lo que permite entender que movimiento es un eje fundamental en el aprendizaje de los niños y niñas debido a que es una manera práctica de expresarse, si se logra una concentración adecuada en los estudiantes, el proceso de lectoescritura

mejorara favorablemente.

Según, (Pazmiño V. , 2014) en su tesis con el tema: “Incidencia de la gimnasia cerebral en el descanso mental de los estudiantes del sexto AÑO de educación general básica del Centro Educativo Bilingüe Internacional CEBI” concluye lo siguiente:

- ✓ Los estudiantes se molestan y aburren con las actividades que antes los motivaban; no existe innovación en las actividades, probablemente exista un exceso de confianza o falta de experiencia entre los docentes.
- ✓ Los actores del qué hacer educativo coinciden en que la mejor manera de aprender es a través de la lúdica, por ello es necesario que sean capacitados en técnicas innovadoras para un mejor aprendizaje.

Cuando lo estudiantes no se sienten bien con la metodología que el docente imparte en sus clases se evidencian problemas como es el caso de la falta de atención parte de ellos, el desinterés que se presenta ante una nueva clase, y por estas más razones empieza el bajo rendimiento académico. Esto puede presentarse por la falta de experiencia por parte de los docentes o incluso por el queminportismo ante las clases que imparten día a día.

La falta de motivación o el exceso de confianza que puede existir entre docentes y estudiantes hacen que el aprendizaje no sea netamente significativo sino más bien cotidiano y esto permite que el estudiante no tenga el gusto por aprender algo nuevo.

Es importante que los docentes estén prestos a ejecutar técnicas activas de aprendizaje para que los estudiantes aprendan de manera divertida y no por obligación, por lo tanto deben estar capacitados en este tipo de técnicas que sean innovadores y que contribuyan a la mejora de la educación.

Según, (Suntaxi, 2014) en su investigación con el tema: “Ejercicios de gimnasia cerebral y su incidencia en el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de la parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha” manifiesta que:

- ✓ A los estudiantes se les dificulta ser creativos debido a que los docentes no aplican estos ejercicios de gimnasia cerebral dentro del aula, limitando el desarrollo de la creatividad y las capacidades cognitivas.
- ✓ La creatividad, no solo se expresa en la destreza sino en todos los ámbitos del trabajo humano, no solo el científico y técnico, sino también en nuestra vida cotidiana, y de acuerdo a estos aspectos se puede decir que los niveles de creatividad de los niños/as.
- ✓ Una vez descubierta la influencia positiva de la gimnasia cerebral sobre la creatividad se puede palpar la necesidad de contar con una guía de ejercicios de gimnasia cerebral que ayude y apoye al aprendizaje significativo permitiendo de esta manera mejorar los niveles de creatividad y poder gozar de sus beneficios.

Cuando el docente limita a los estudiantes su aprendizaje hace que su creatividad, su manera de expresarse, su desarrollo integral se detenga por un instante teniendo después ciertos problemas, los ejercicios de gimnasia cerebral permiten que los estudiantes tengan un descanso mental y físico; permitiéndoles disfrutar de ese momento de relajación e indirectamente logrando que su cerebro se mantenga alerta para receptar la información.

Debido a la realidad que se presentan diariamente en los estudiantes, es necesario proponer técnicas innovadoras que permitan mejorar la educación, tomando en cuenta que los docentes también necesitan poseer un conocimiento acerca de las mismas y elegir favorablemente una de ellas para ejecutarlas con los estudiantes, por tal motivo, el desarrollo de estos ejercicios no solo podrán emplearse en el aula de clase sino continuamente en la vida diaria. Todo esto permite mejorar el ambiente de trabajo y la interacción entre docente y estudiantes, aprendiendo de una manera divertida y dinámica.

2.2.1 Fundamentación Filosófica

(Calderón, 2003, pág. 16)

“La conciencia social es la forma de saber, pensar, actuar crítica y reflexivamente en el contexto de una determinada institución educativa, construida por la comunidad educativa a través de un proceso histórico; es motivo de reflexión porque define al conocimiento como un reflejo activo e interpretativo de la realidad objetiva, ya que el conocimiento es un proceso dialéctico, contradictorio en continuo cambio y reordenamiento, sustentado en la actividad práctica entre el sujeto y el objeto”.

Se considera que el estudiante es un ser social que está determinado por modelos o conciencia social dentro del ámbito educativo. Mediante este trabajo se va a demostrar su producción material, intelectual, afectiva, valorativa que realiza en su

aprendizaje de manera activa, participativa, ayudando a que los niños se formen de la mejor manera recibiendo los conocimientos acorde a su edad, facilitando todo tipo de aprendizaje con la gimnasia cerebral.

2.2.2 Fundamentación Pedagógica

Según, (Piaget, pág. 19) en su teoría del desarrollo del pensamiento manifiesta que:

El desarrollo psíquico de las personas desde su nacimiento hasta la vida adulta. Postula que el niño nace con la necesidad y con la capacidad de adaptarse al medio. La adaptación consta de dos subprocesos: asimilación y acomodación. La mayor parte del tiempo los niños asimilan información adecuada a su desarrollo mental y la clasifican de acuerdo con lo que ya saben.

El niño nace con la necesidad de adaptarse al medio en el cual está creciendo, acorde a la edad que cada uno tiene. La recepción de la información se da mediante la edad que el individuo presenta pero dicha información es captada y después se acomoda a las necesidades del ser humano.

La mayor parte del tiempo las personas reciben información y esta la adecuan a su desarrollo mental, es decir que lo entienden a su modo y lo asocian con todo aquello que ya saben.

2.2.3 Fundamentación Psicopedagógica

Según, (Dewey, s.f., pág. 22), en su teoría del conocimiento manifiesta que

La educación se deriva de la participación del individuo en la conciencia social de la especie, es un proceso que empieza inconscientemente, casi en el momento mismo del nacimiento, y que modela sin cesar las facultades del individuo, saturando su conciencia, formando sus hábitos, ejercitando sus ideas y despertando sus sentimientos y emociones.

La educación se deriva en la participación de las personas con el medio en el que se encuentran, es decir que aquí influyen mucho las relaciones interpersonales que los individuos presenten; este proceso se da de manera inconsciente, y desde edades muy tempranas.

Todo lo que el niño aprende lo asocia con lo que ya conoce y por eso resulta un aprendizaje más eficiente debido a que cuentan las experiencias previas.

2.2.4 Fundamentación Legal

La presente investigación dentro del marco de lo legal se fundamenta en la Constitución de la República del Ecuador 2008 en sus artículos **26, 27 y 28**:

Art. 26.- “La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo”.

Art. 27.- “La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar”.

Art. 28.- “La educación responderá al interés público y no estará al servicio de intereses individuales y corporativos. Se garantizará el acceso universal, permanencia, movilidad y egreso sin discriminación alguna y la obligatoriedad en el nivel inicial, básico y bachillerato o su equivalente. Es derecho de toda persona y comunidad interactuar entre culturas y participar en una sociedad que aprende. El Estado promoverá el diálogo intercultural en sus múltiples dimensiones. El aprendizaje se desarrollará de forma escolarizada y no escolarizada. La educación pública será universal y laica en todos sus niveles, y gratuita hasta el tercer nivel de educación superior inclusive”.

Código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador año 2003 en su artículo 37:

Art. 37.- Derecho a la educación.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Este derecho demanda de un sistema educativo que:

Literal 4. Garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, materiales didácticos, laboratorios, locales, instalaciones y recursos adecuados y gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje. Este derecho incluye el acceso efectivo a la educación inicial de cero a cinco años, y por lo tanto se desarrollarán programas 23 y proyectos flexibles y abiertos, adecuados a las necesidades culturales de los educandos.

2.4 Categorías Fundamentales

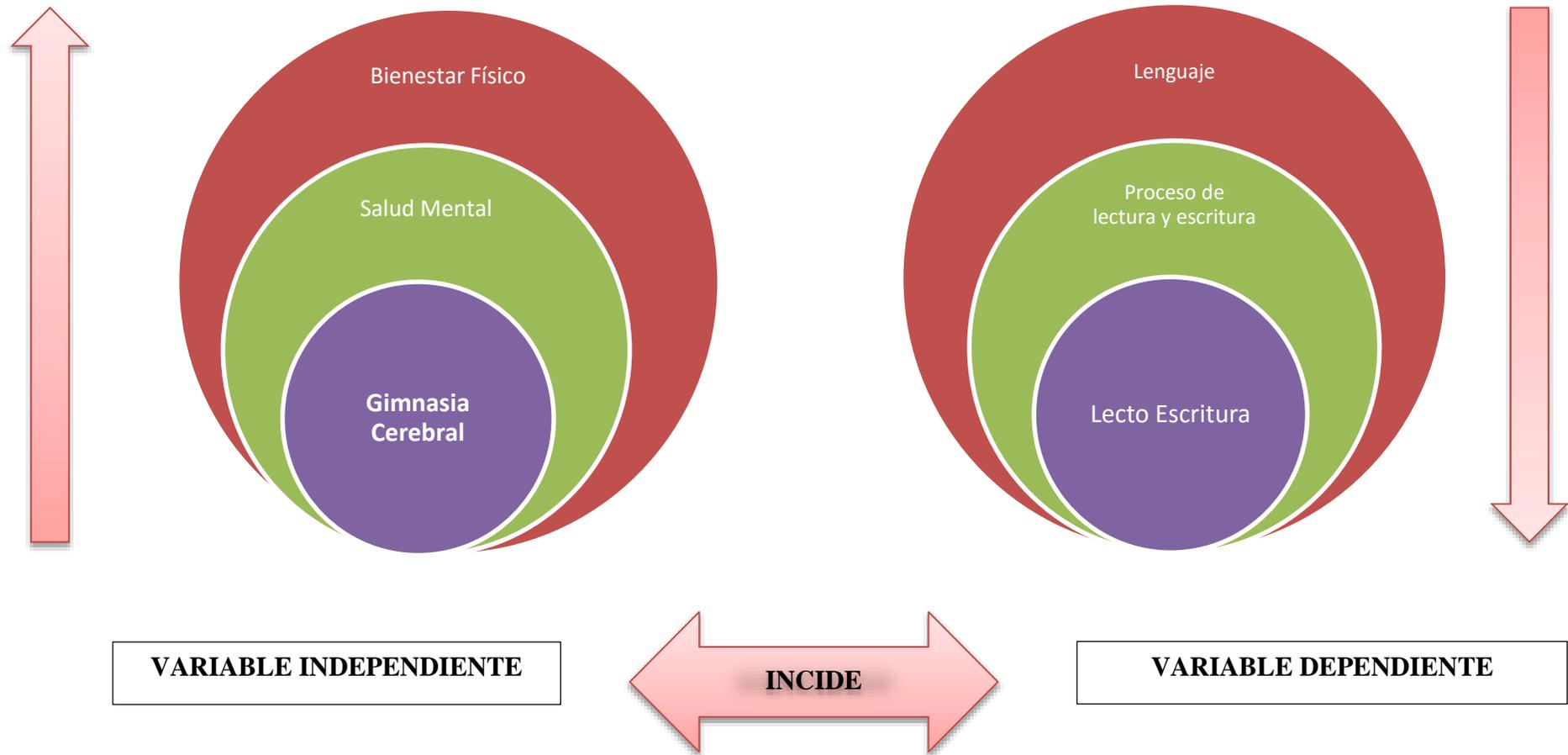
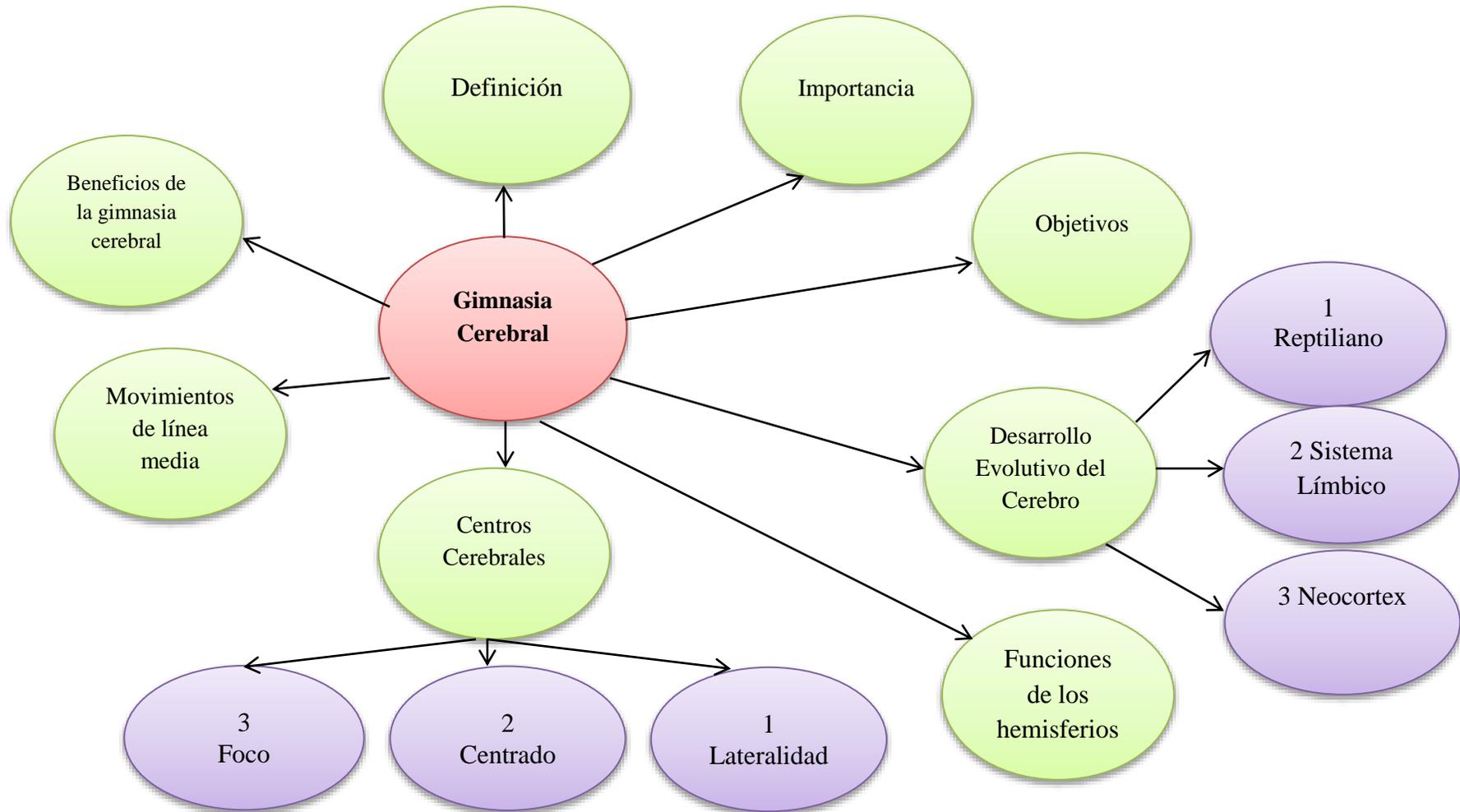


Gráfico 1: Categorías fundamentales
Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

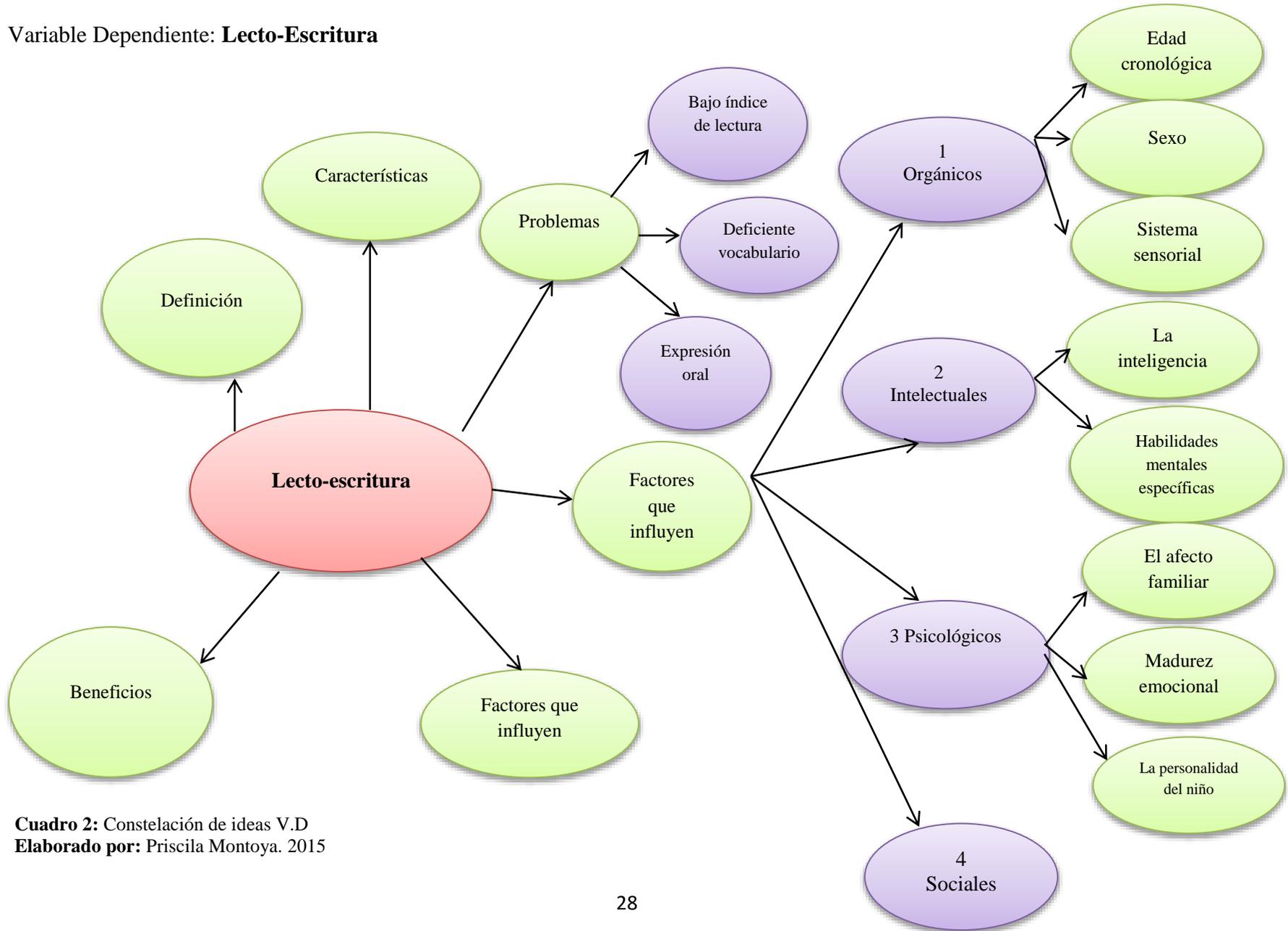
Constelación de Ideas

Variable Independiente: **Gimnasia Cerebral**



Cuadro 1 Constelación de ideas V.I
Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Variable Dependiente: **Lecto-Escritura**



Cuadro 2: Constelación de ideas V.D
Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

2.5 Fundamentación Teórica Variable Independiente Gimnasia Cerebral

Referencia Bibliográfica

Definición

(Paul Dennison, 2003, pág. 7) en la década de los 70 habla sobre la Gimnasia Cerebral la misma que la define como:

“Un conjunto de ejercicios que coordinados y combinados estimulan y desarrollan las habilidades y capacidades cerebrales, potenciando y acelerando el proceso de aprendizaje”.

Estos ejercicios al ser aplicados por niños, jóvenes y adultos, permiten mejorar el desempeño en la función del cerebro, debido a que existe una mejor conexión en ambos hemisferios cerebrales sacando lo mejor de cada uno con el fin de que al combinarlos el ser humano conecte su cuerpo y su mente.

Cuando existe una conexión en nuestro cuerpo y nuestra mente, se puede evidenciar una mejora en el rendimiento de las actividades que todos los días se realiza, en el caso de los niños y niñas que constantemente ejecutan dichos ejercicios su aprendizaje mejora; esto se puede conseguir mediante una conexión neuronal más eficiente que permita lograr un equilibrio y estabilidad en el aprendizaje de cada uno de ellos.

La clave de la gimnasia cerebral está en la integración de ambos hemisferios cerebrales ya que, generalmente, los bloqueos de aprendizaje se deben a que la persona está trabajando con un solo hemisferio y por eso no se puede procesar la información, el cerebro actúa unilateralmente y recibe datos pero no los integra, lo que sugiere un mal manejo de la lateralidad.

Importancia

Según, (Orellana, 2010) menciona que

“La Gimnasia Cerebral ayuda a lograr la comunicación entre cuerpo y cerebro, lo que significa eliminar del organismo estrés y tensiones al mover la energía

bloqueada y permitiendo que la energía fluya fácilmente por el complejo mente-cuerpo”.

La comunicación entre la mente y el cuerpo ayuda a que se mejore el ritmo de vida de la persona que realiza ejercicios de gimnasia cerebral, ya que los mismos permiten liberar tensiones de una manera práctica y divertida. Tomando en cuenta que el movimiento es una parte indispensable en el aprendizaje especialmente en los niños ya que este se convierte en un enlace vital para el aprendizaje y para el proceso cerebral.

Los niños presentan ciertas dificultades que impiden que su aprendizaje sea significativo y encuentren estrés y poca predisposición de realizar actividades cotidianas que son necesarias aprenderlas.

Por otro lado, un desarrollo temprano y adecuado de los aspectos motores en los niños ayudara a desarrollar de mejor manera su lenguaje logrando que la pronunciación de varias palabras sea clara, en la lectura debido a que presenta un interés mayoritario en aprender a leer y escribir y del pensamiento esto es porque su creatividad se desarrolló de una manera increíble.

Los ejercicios de gimnasia cerebral ayudan a que las y los estudiantes mejoren sus deficiencias motoras que muchas veces llegan a causar una serie de dificultades a lo largo de su aprendizaje. Estos ejercicios permiten agilizar la mente y el cuerpo, mejora la coordinación viso-motora, aumenta la capacidad de retención de información, mejora el rendimiento de trabajo, etc.

Lo más importante es que estos ejercicios son prácticos y se los puede realizar en cualquier lugar, disfrutándolos y encontrando una relajación en cada uno de nosotros.

Objetivos

Según, (Ibarra, Gimnasia Cerebral, 2007, pág. 35) menciona que:

- Aprender mediante el movimiento
- Reducir el estrés
- Mejorar el aprendizaje
- Buen estado físico y mental

- Conexión por parte de los dos hemisferios
- Crear redes neuronales
- Activación del sistema nervioso

El movimiento es parte indispensable del aprendizaje en los niños y sobretodo de su pensamiento. Con cada movimiento que realizamos descubrimos algo nuevo que se queda en nuestro cerebro.

La Gimnasia Cerebral no sólo acelera el aprendizaje, también nos prepara para usar todas nuestras capacidades y talentos cuando más los necesitamos, nos ayuda a crear redes neuronales que multiplicarán nuestras alternativas para responder a la vida a este mundo tan diverso, logrando que el aprendizaje se convierta en una cuestión de libertad y no de condicionamiento, de crecimiento y no de almacenaje de información.

Los ejercicios son sencillos y de fácil memorización; y si los ejecutas con disciplina diariamente, verás la respuesta inmediata cuando tu potencialidad de aprendizaje se incremente enormemente.

Desarrollo evolutivo del cerebro

Según (MacLean, 1990, págs. 48-50) en su teoría referente al cerebro triuno manifiesta que el cerebro se puede dividir en tres estructuras principales, según la complejidad de sus funciones:

- **El reptiliano:** la parte más antigua del cerebro que controla las reacciones instintivas y las funciones (ritmo cardíaco, temperatura, etc.) TM
- **El sistema límbico:** que aparece con los mamíferos y que regula las emociones, la memoria, la relaciones sociales sexuales, entre otras.
- **Neocortex:** que nos da la capacidad del pensamiento, tanto racional como creativo. Gracias a esto somos capaces de escribir, hablar, leer, inventar, crear y realizar aquellas actividades que requieran destrezas.

La teoría de Maclean es manifiesta que el cerebro de los seres humanos está dividido en tres estructuras diferentes, las mismas que al ser equilibradas permiten un mejor funcionamiento del mismo.

Por lo tanto las tres capas en las que divide al cerebro humano presentan diferentes funciones como es el caso del Cerebro Reptiliano en donde se procesan las experiencias primarias de aceptación o rechazo de manera instintiva. Aquí se procesan las funciones referentes con el hacer y el actuar como en los hábitos

diarios, el espacio en que se desarrolla el individuo, rutinas, condicionamientos, adicciones, seguridad, etc.

Permite evidenciar la adaptación en el medio en el cual las personas viven basándose en lo emocional y lo intelectual de acuerdo a las experiencias que se presenten en el individuo y la capacidad de información que retenga para percibir estímulos que le permitan repuestas inmediatas.

El Sistema Límbico está asociado a la capacidad de sentir y desear mediante estructuras del cerebro humano: el tálamo (placer), la amígdala (nutrición, oralidad, protección, hostilidad), el hipotálamo (cuidado de los otros, características de los mamíferos), los bulbos olfatorios, la región septal (sexualidad) y el hipocampo (memoria de largo plazo).

En este sistema se dan procesos emocionales como la calidez, amor, gozo, depresión, odio, etc. Estos procesos tienen que ver con la motivación básica del individuo.

El Neocortex permite la capacidad del pensamiento tanto racional como creativo, es decir que se convierte en el foco principal de atención asociándolo a lecciones que requieren netamente de un análisis de información para la toma de decisiones.

Funciones de los hemisferios cerebrales

Cuadro 3: Hemisferios Cerebrales

IZQUIERDO	DERECHO
Enfoque detalles Lenguaje Repetición Práctica Intenta Trata (se esfuerza) Ve detalles Analiza y discrimina palabras y Pensamientos	Rastrea Explora Tono, ritmo y sentimientos de la música. Reflejo Visión Total Unifica palabras y Pensamientos.

Elaborado por: Priscila Montoya

Fuente: <http://www.provectateahora.com/los-hemisferios-del-cerebro/>

El hemisferio izquierdo es el dominante en la mayor parte de las personas y es aquí donde se desarrolla la parte verbal. Este hemisferio permite que se almacene

información con detalles que tiene algún tipo de impresión en el individuo, analiza todo lo que se encuentra en el medio tomando la información más relevante para su aprendizaje. Es considerado como la mitad más compleja del cerebro.

El hemisferio derecho está relacionado con la expresión no verbal aquí el individuo pone a luz su estado emocional debido a que recuerda situaciones que ha vivido y las que se le presenten en ese momento, tomando en consideración el medio en el cual se involucra. Permite captar la ubicación espacial, la conducta emocional, recuerdos, melodías y almacena imágenes que le causaron algún tipo de impresión. Aquí se evidencia la creatividad e imaginación.

Las personas que desarrollan más su hemisferio derecho estudian, piensan, recuerdan y aprenden mediante imágenes como si fuera algún tipo de película sin sonido.

Centros cerebrales

Según, (Orellana, 2010, págs. 12-13) los centros estimulados por la gimnasia cerebral son:

- **Lateralidad:** habilidad para coordinar el hemisferio cerebral derecho con el izquierdo. Esta destreza es fundamental para la lectura, la escritura y la comunicación. Es también esencial para el movimiento fluido del cuerpo entero, y para la habilidad de moverse y pensar al mismo tiempo.
- **Centrado:** habilidad de coordinar las partes superior e inferior del cerebro. Esta destreza está relacionada con el sentimiento y la expresión de emociones, ayudando al individuo a responder con seguridad, relajación y organización.
- **Foco:** habilidad para coordinar los lóbulos posterior y frontal del cerebro. Tiene influencia directa sobre la participación y la comprensión, sobre la habilidad

Los centros cerebrales necesitan de una estimulación que permita mejorar el desenvolvimiento del ser humano en su entorno, esto se consigue con un trabajo perseverante y consciente, que las personas deben hacer.

Uno de ellos es la lateralidad la misma que se consigue cuando existe una buena conexión en ambos hemisferios cerebrales, y cabe recalcar que esta influye en la lectura, escritura y comunicación, todo esto es porque la misma necesita de una serie de movimientos que coordinados entre sí permiten que se realiza una actividad mientras se está pensando en otra.

Centrado, esta habilidad permite que se coordinen de mejor manera la parte superior y la inferior de nuestro cerebro, esta destreza está relacionado con la expresión de las emociones, es decir que la misma está relacionada con los sentimientos. Cuando esta habilidad está bien desarrollada ayuda a que el individuo responda preguntas con seguridad, que sienta relajación y sea organizado en las ideas que desea expresar.

Por último, foco, tiene gran influencia en la participación y la comprensión. A lo largo de la investigación se ha manifestado que para que se dé un aprendizaje significativo en los estudiantes es necesario que realicen actividades que les permitan mejorar tanto su salud física como mental; es así como se manifiesta que los ejercicios de gimnasia cerebral permiten una activación de nuestro cerebro creando redes neuronales para mantenernos alertas ante diferentes estímulos que se presenten.

Tomando decisiones que sean correctas y aprendiendo de las experiencias que se presentan.

Movimientos de línea media

Según, (Dennison & Dennison, Como aplicar Gimnasia para el cerebro, 2004, págs. 46-47)

“Los Movimientos de Línea media se enfocan en las habilidades necesarias para los movimientos fáciles de ambos lados (derecha-izquierda) a través del cuerpo”.

Varios estudiantes que empiezan su ciclo escolar no están preparados para definir sus habilidades bilaterales por tanto, estos movimientos propician que se completen las habilidades de desarrollo y dan al estudiante una mejor coordinación de las partes superior e inferior del cuerpo permitiendo que mejore tanto la motricidad fina como gruesa.

Los ejercicios corporales de línea media permiten activar los dos hemisferios para que trabajen al mismo tiempo, en armonía, haciendo que se piense inconscientemente de manera cruzada, buscando un equilibrio entre la razón y la emoción.

Los movimientos de línea media ayudan:

- Integrar la visión binocular y el oído binocular
- Integra los lados izquierdos y derecho del cerebro
- Coordina en su totalidad el cuerpo.
- Coordinación lateral y superior/inferior (concentración) para actividades de motricidad fina y gruesa.
- Ayudan a desarrollar la memoria y un aprendizaje acelerado.
- Al pensar de manera cruzada el cerebro sabe que se necesita usar ambos lados del cuerpo al mismo tiempo.

Como habíamos mencionado anteriormente cada hemisferio cerebral presenta sus características, por lo que importante mencionar que con la línea media lo que se busca es que los dos hemisferios se activen y que inconscientemente trabajen en forma de cruzada, es decir que las características de cada uno de los hemisferios se conecten entre sí.

Los movimientos en línea se enfocan en las habilidades necesarias para ejecutar movimientos que impliquen trabajar los dos lados a través del cuerpo.

Este tipo de ejercicios pueden hacerlo niños de todas las edades pero con diferentes AÑO de complejidad a fin de que se desarrollen las habilidades que se desean conseguir.

Con estos ejercicios mejora:

- La coordinación viso-motora
- Coordinación del cuerpo
- Motricidad Gruesa
- Mejora la concentración y memoria
- Conexión en ambos hemisferios cerebrales.

Beneficios de la gimnasia cerebral

Según, (Ibarra, Gimnasia Cerebral, 2007, pág. 63) manifiesta que los ejercicios de gimnasia cerebral los pueden realizar los niños desde los 6 meses de edad, con la

colaboración de los padres, hasta la etapa adulta. Los beneficios que se dan según las edades, son los siguientes:

- De 5 a 25 años: Mejoran la atención, la concentración pero sobretodo la memoria y creatividad, que ayudan a desarrollar la habilidad de sociabilización, para integrarse mejor con los compañeros de clase, mejora relaciones afectivas con los padres, tutores, profesores o hermanos. También ayuda a elevar el nivel de autoestima.
- De 26 a 35 años: Fortalece la confianza en entrevistas de trabajo, habla con seguridad en discursos públicos, mejora relaciones con jefes y posibles parejas, optimiza las capacidades laborales y sociales.
- De 36 a 65 años: Ayuda en aspectos vivenciales que surgen y que anteriormente no habían sido necesarios aprenderlos o que se quieren mejorar.
- Previene la enfermedad de Alzheimer y problemas de Aprendizaje como (dislexia, dislalia, hiperactividad, déficit de atención, etc.)

Los beneficios que se pueden encontrar al realizar ejercicios de gimnasia cerebral son muchos debido a que no existe una edad límite para realizarlos, sino más bien nos motiva a hacerlo a cualquier edad, evidenciando cambios notorios que mejoran la calidad de vida de las personas.

Mientras más rápido se ejecuten estos ejercicios más notorios serán los resultados que se desean obtener a lo largo del proceso de los mismos.

De los 5 a 25 años: Los niños necesitan receptor información que ellos aún desconocen, pero que los docentes deben aprovechar al máximo creando así seguridad en el niño. Las características claves aquí son que en esa edad mejoran la atención y sobretodo la concentración, fortalece su creatividad; mientras van adquiriendo nuevos conocimientos las exigencias son más fuertes para el docente.

Por otro lado, (Ibarra, Gimnasia Cerebral, 2007, págs. 67-68) menciona otros beneficios de hacer ejercicios de gimnasia cerebral tales como:

- Prepara tu cerebro para recibir lo que desea recibir, crea las condiciones para que el aprendizaje se realice integral y profundamente
- Optimiza tu aprendizaje, te ayuda a expresar mejor tus ideas, a memorizar, a incrementar tu creatividad, te permite manejar tu estrés, contribuye a tu salud en general, establece enlaces entre tus tareas a nivel cognitivo y su manifestación hacia el medio ambiente, te brinda un mejor balance, mantiene la integración mente/cuerpo asistiendo al aprendizaje global y provocando una comprensión total de lo que deseas aprender
- Ayudar a niños, jóvenes, adultos y ancianos a mantener una memoria más lúcida y un pensamiento activo; también a niños etiquetados como “de lento aprendizaje”, “desórdenes deficientes de hiperactividad”, “emocionalmente incapacitados” o con “síndrome de Down.”

La gimnasia cerebral nos brinda la oportunidad de mejorar en el desempeño académico y en las actividades diarias, eliminando el estrés, la fatiga y manteniendo una estabilidad y equilibrio desarrollando habilidades que se encuentran en los hemisferios cerebrales.

Los ejercicios son prácticos y sencillos de realizar, cuando los niños los realizan su coordinación mejora y su cerebro está presto a captar información necesaria reteniéndola con mayor concentración y entusiasmo.

Salud Mental

Definición

Buena salud mental para los adultos significa tener un trabajo, mantener una casa y tener una relación saludable. Para los niños pequeños, buena salud mental significa poder desarrollar relaciones interpersonales seguras, sinceras y expresar sus emociones e interactuar con otros apropiadamente, en otras palabras: jugando (Health, 2010, págs. 12-15)

La buena salud en los niños y en los adultos, permite sentirse bien consigo mismo y en las actividades que se realizan en el diario vivir. Cuando existe una buena salud mental uno controla ciertas emociones como ira, estrés, aburrimiento, etc; debido a que se posee un mejor control y se mejoran las relaciones personales.

En el caso de los niños es muy necesario desarrollar una buena salud mental desde muy pequeños para que no presenten algunos inconvenientes, como sentirse inseguros de relacionarse con los demás, no expresar las emociones que presentan, no relacionarse con los niños y niñas de su edad.

La salud mental no solo involucra sentirse bien consigo mismo sino también mantener un equilibrio en su vida, disfrutando las actividades que se realizan, llenarnos de energía la misma que se debe desgastar en el día, controlar el estrés que se acumula, etc.

Tener salud mental en la infancia significa alcanzar los indicadores del desarrollo y emocionales, aprender destrezas sociales saludables y cómo enfrentar los problemas cuando se presentan. Los niños que son mentalmente sanos tienen una buena calidad de vida y pueden desempeñarse bien en el hogar, la escuela y sus comunidades.

La importancia de las relaciones interpersonales

La mayoría de los niños progresan cuando reciben la cantidad y clase de estimulación necesaria. Sin embargo, no todos los niños tienen las mismas oportunidades. Aun cuando algunas cosas como ver la TV parecen no ser dañinas pueden reducir la oportunidad de que su niño tenga relaciones humanas interpersonales, las cuales son muy importantes durante los primeros años. (Health, 2010, págs. 12-15)

Las relaciones interpersonales en los niños son necesarias desarrollarlas, debido a que con el avance de la tecnología se ha ido perdiendo. La mayor parte de padres de familias han dejado sus puertas abiertas con el fin de que entre la tecnología en sus vidas, convirtiéndolas en algo muy necesario en su vida.

Si bien es cierto la tecnología nos ha abierto mil oportunidades como el de comunicarnos con nuestros seres queridos a larga distancia, mejorar las tareas escolares debido a la información que se pueden encontrar en el internet, enterarnos de lo que pasa en otros países, etc.

En el caso de la televisión, se pueden encontrar diferentes programas pero si no se rigen las horas que los niños y niñas pasan frente al televisor, se presentaran problemas como la desconcentración, aislamiento social, conductas agresivas; estas se pueden presentar cuando el niño mira programas no aptos para su edad, exceso de sueño, etc.

Los niños que miran cierto tiempo la televisión y también relaciones sociales con otras personas de su misma edad, desarrollan de una mejor manera sus habilidades; debido a que conocen el mundo que los rodea mediante la interacción con el mismo.

En el caso de los niños y niñas que pasan arduas horas en la televisión y otros medios también desarrollan habilidades que le son útiles como es el caso de la motricidad fina, pero si estas son encaminadas de una manera correcta. Para ello es necesario seleccionar juegos, programas educativos que les permitan desarrollar sus habilidades de la mejor manera y también limitando el uso de medios electrónicos.

Puntos esenciales para una buena salud mental

(Proyecto Illinois, 2010) menciona:

- Lugares seguros donde vivir y jugar
- La cantidad adecuada de alimentos saludables
- Amor, cariño y consuelo ofrecido por cuidadores y familiares
- Mucho tiempo para jugar activamente con otros niños
- Tiempo para relajarse y seguir sus propios intereses
- Cuidadores y maestros que den apoyo y ánimo
- Experiencias que los ayuden a sentirse confiados y capaces
- Tiempo para expresar y comprender sus propios sentimientos
- Guía y disciplina que sean firmes pero no muy severas

Par los niños exciten puntos esenciales que ayudan a mejorar su desarrollo, por ejemplo un lugar seguro para vivir en donde se pueda jugar, no solo la tecnología aísla a los niños y niñas de salir a jugar sino también el no habitar en lugares en donde exista algún entretenimiento, como parques, que de una u otra manera ayudan a que se fortalezcan relaciones sociales y mejore su coordinación motriz.

Otro punto esencial es la alimentación, cuando los niños y niñas consumen alimentos saludables alcanzan una energía increíble que al momento de salir a jugar la desgastan.

El amor incondicional que los padres les brindan a sus hijos les permite sentirse seguros de lo que hacen, así como alabarlo por las cosas nuevas que realiza, debido a que el niño va creciendo y necesita de una motivación para alcanzar sus metas, los padres son un pilar fundamental en el crecimiento del niño (a).

El tiempo que se comparte con los niños hay que disfrutarlo por diferentes razones, por ejemplo porque necesitan de supervisión de un adulto, porque para hacen que las personas adultas olviden por algunos instantes lo hermoso que es ser niño y divertirse con cosas pequeñas y también porque crean un ambiente de confianza en donde el niño se siente feliz.

Factores con los que los niños tienen una buena salud.

(Proyecto Illinois, 2010, págs. 15-16)

- Parece sentirse seguro y cómodo en vez de tener miedo
- Manifiesta una variedad de sentimientos, tanto positivos como negativos
- Se interesa por el bienestar de otras personas y las trata con respeto

- Trata con bondad a los animales
- Puede recuperarse después de experimentar desilusiones o frustraciones
- Puede expresar el enojo sin lastimarse a sí mismo ni a otros
- Decide portarse de maneras seguras
- Llama la atención de maneras positivas
- Se defiende y no deja que otros lo traten injustamente
- Participa en actividades en casa y en la clase
- Está dispuesto a tener experiencias nuevas (intentar desarrollar actividades, probar alimentos, enCuadrór amistad, etc.)
- Persiste cuando intenta hacer una tarea que lo desafía
- Puede expresar sus sentimientos con una persona de confianza, en vez de mantenerlos 'encerrados'

Cuando los niños se sienten bien consigo mismos, contagian a los demás con su alegría y buen ánimo.

Algunos factores que permiten saber si los niños poseen una excelente salud mental son notables para los padres de familia como es el caso de que los niños presentan seguridad en las actividades que realizan y se sienten cómodos.

Manifiestan sentimientos sin temor alguno de ser juzgados y estos pueden ser positivos como: alegría, entusiasmo, y en el caso de los sentimiento negativos como: el llanto, la ira.

Los niños son muy cariñosos con las personas adultas y aún más con los animales ya que les causan ternura y solo quieren cuidarlos, y brindarles su cariño.

Los niños que sienten una seguridad pueden expresar todo lo que sienten de una manera segura, defiende las cosas que son justas no presenta inconvenientes en su hogar, con su familia ni en la escuela.

Factores que podrían contribuir a ciertos problemas de salud mental

(Proyecto Illinois, 2010, pág. 16)

- Enfermedades o factores genéticos
- Exposición a plomo, mercurio u otras sustancias tóxicas en el ambiente
- Abuso o descuido
- Desastres naturales que perturban la vida de la familia
- Exposición a violencia en la familia o la comunidad
- Dificultades relacionadas con la pobreza
- Problemas graves en la familia, entre ellos el divorcio o la muerte de un ser querido

Algunos factores que contribuyen a que la salud mental no se desarrolle de la mejor manera pueden ser las enfermedades genéticas que de una u otra manera influyen en el niño pero los padres de familia con ayuda de un especialista podrán controlarla.

También puede ser que en el embarazo no existió un buen cuidado y se expuso la madre a ciertas sustancias tóxicas que después se verán reflejadas en el crecimiento del niño y que también para ser detectadas necesitan de la ayuda de un especialista.

Uno de los factores muy comunes que se encuentran en la actualidad es el abuso y violencia intrafamiliar lo que hace que los niños tengan actitudes negativas debido a que la mayor parte de su tiempo observaron peleas, enfrentamientos, agresiones físicas y verbales; esto hace que el niño cambie totalmente y mantenga sentimientos de rencor e ira hacia los demás.

Por otro lado, también influye la pobreza a la que el niño puede estar sometido pero con el apoyo y amor incondicional de los padres de familia podrá presentar un desarrollo positivo. Pero en el caso de que exista algún tipo de violencia, u otros factores que hagan que el niño no se sienta bien, su desarrollo será negativo e involucra una serie de problemas en su vida diaria.

Bienestar Físico

Definición

La revista (Viteri, 2013, págs. 16-17)

“El bienestar físico es la base para una calidad de vida diaria. La manera en que tratemos a nuestro cuerpo y cómo nos sentimos físicamente afectan todo lo que hacemos y nuestra calidad de vida”

El bienestar físico implica el tener una mejora total en la calidad de vida, esta depende de cómo nos mantenemos en forma; es decir si realizamos actividades físicas, nuestra alimentación, nuestra apariencia, etc.

La manera en la cual nuestro cuerpo se conecta con el medio en el cual vivimos permite que experimente nuevos cambios, los mismos que al ser positivos logrará que exista una mejor calidad de vida

El bienestar físico y mental en los niños permite que los mismos se sientan felices, llevan una mejor calidad de vida porque se sienten preparados para las diferentes actividades que van a realizar.

Lo más importante es buscar un equilibrio entre el cuerpo y la mente, para tener un bienestar físico es importante tener una buena higiene; cumplir con las horas de descanso diario, cuidar su alimentación y realizar actividades deportivas.

En el caso de los niños, ellos necesitan jugar, relacionarse con las demás personas, mantener un equilibrio emocional, salir de casa a divertirse y no solamente cumplir con una rutina que dificulta su desarrollo integral.

En el caso del bienestar emocional este se refuerza con la ayuda de los padres de familia y también de los docentes refuerza el bienestar físico del niño.

Interés superior del niño

El principio de interés superior del niño tiene por objetivo la promoción y garantía del bienestar de todos los niños. Y ello, según varios aspectos:

- **El bienestar físico:** asegurar la buena salud y el buen desarrollo del niño (salud, alimentación, higiene, protección contra el maltrato y actividades perjudiciales para la salud física del niño, etc.).
- **El bienestar mental:** ofrecer al niño la posibilidad de desarrollarse intelectualmente (salud mental, alimentación, educación, protección contra el maltrato y actividades perjudiciales para la salud mental del niño, tiempo libre, etc.).
- **El bienestar social:** asegurar al niño la posibilidad de realizarse social y espiritualmente, entre otros aspectos (libertad de expresión, opinión, participación, pensamiento, consciencia, religión, tiempo libre, etc.). (ONG, 2014, pág. 4)

El interés superior del niño abarca principios muy importantes para su desarrollo como su bienestar físico el cual involucra una buena salud y un buen desarrollo integral. En su alimentación, aquí el niño debe consumir alimentos nutritivos, la buena higiene tanto de su cuerpo como también su higiene dental, protección ante diferentes manifestaciones de maltrato tanto físicas como psicológicas, y otro tipo de actividades en las cuales el niño ponga en riesgo su vida.

El bienestar físico se da cuando la persona siente que ninguno de sus órganos o funciones están menoscabados; el cuerpo funciona eficientemente y hay una capacidad física apropiada para responder ante diversos desafíos de la actividad vital de cada uno.

El bienestar mental se manifiesta a través de ciertas habilidades:

- a) Aprender y tener capacidad intelectual.
- b) Procesar información y actuar conforme a ella.
- c) Discernir sobre valores y creencias.
- d) Tomar decisiones bien pensadas y ponerlas en práctica.
- e) Comprender nuevas ideas.

El Bienestar social permite que el niño mejore sus relaciones con los demás, haciendo amigos y sonriéndose bien junto a ellos, compartiendo materiales, jugando y de manera inconsciente fortaleciendo su motricidad.

Por último también es importante tomar en cuenta el bienestar emocional consiste en la habilidad de manejar las emociones; esto no significa reprimirlas sino en sentirse cómodo al manifestarlas y hacerlo de forma apropiada. Una realidad es que las personas con capacidad para resolver los conflictos y las tensiones, y además flexibles, disfrutan más de la vida.

Importancia

(Calleja, 2013, pág. 12)

“Los niños necesitan de realizar actividades físicas para que desarrollen su motricidad gruesa y también conozcan su cuerpo, posteriormente que desarrollan actividades motrices que benefician su aprendizaje”.

Los niveles de aprendizaje, desarrollo y éxito escolar de los niños dependen de varios factores, como la salud del niño y su bienestar físico, su preparación social y emocional, y sus destrezas de lenguaje, así como su conocimiento general sobre el mundo.

Al asegurar que el niño tenga alimentos nutritivos, ejercicio y cuidado médico regular, le da un buen comienzo en la vida y minimiza las posibilidades de desarrollar problemas de salud o de aprendizaje en su vida diaria.

Cuando se mantiene un equilibrio en el bienestar físico del niño se asegura que su desempeño mejore y se sienta bien consigo mismo, además de crear seguridad en lo que él realiza.

En la escuela los niños cumplen con una serie de actividades como en la asignatura de Educación Física, en donde realizan ejercicios para fortalecer su motricidad gruesa, estos ejercicios adquieren mayor nivel de complejidad cuando el niño crece.

Los propósitos fundamentales de la Educación física, están destinados a acentuar principalmente para generar o promover en el individuo una buena salud física.

En el plano individual la Educación Física contribuye a preservar y mejorar la salud, además de proporcionar una sana ocupación del tiempo libre y a resistir mejor los inconvenientes de la vida moderna. Esta asignatura implementada en el sistema educativo, es de suma importancia para el individuo, ya que esta ayuda a desarrollar la naturalidad, espontaneidad y creatividad, ejercita la voluntad y la capacidad de rendimiento, además, favorece la autodisciplina, la superación y el equilibrio, los cuales contribuyen a fomentar la alegría, la satisfacción y el sentimiento de autorelación.

Factores que afectan la salud física

(Larrañaga, 2007, págs. 7-9)

Tu salud física puede verse afectada por varios factores como son el medio ambiente donde vives, el estilo de vida que lleves, tu genética humana y la asesoría médica que recibas. Estos son aspectos que no debes descuidar, aunque muchas veces no puedes controlarlos directamente como la genética humana para el caso de aquellas enfermedades que son hereditaria.

La salud física en las personas es notoria debido a su aspecto, y con un control diario de actividades que se ha establecido con el fin de mejorar su vida diaria y mantener un equilibrio total en su lugar de trabajo.

Cuando hablamos de la salud física, no queremos decir estar libre de enfermedades, lo cual ni siquiera es una opción para las personas que tienen condiciones médicas crónicas. Queremos decir un nivel de salud física apropiado dentro de las limitaciones del cuerpo de cada persona. Es algo a lo cual todos pueden esforzarse y lograr.

Es necesario dedicar una o dos horas diarias para practicar deportes y hacer ejercicios físicos; estas actividades desarrollan el cuerpo, mejorando la altura y fortalecer el espíritu, abarcando el bienestar del individuo.

Beneficios

Todas las actividades encaminadas a mejorar la forma física (por ejemplo, tras un período largo de inactividad), deben realizarse de manera progresiva. Cada deportista debe analizar las demandas de su deporte de elección antes de decidir su plan de entrenamiento.

La intensidad y la carga deben ser determinadas de forma individual, ya que dependen del nivel técnico y de la condición física de cada persona.

(Chávez, 2013, págs. 52-53)

Beneficios biológicos

- ✓ Mejora la forma y resistencia física.
- ✓ Regula las cifras de presión arterial.
- ✓ Incrementa o mantiene la densidad ósea.
- ✓ Ayuda a mantener el peso corporal.
- ✓ Mejora la flexibilidad y la movilidad de las articulaciones.
- ✓ Reduce la sensación de fatiga.

Beneficios psicológicos

- ✓ Aumenta la autoestima.
- ✓ Reduce el aislamiento social.
- ✓ Rebaja la tensión y el estrés.
- ✓ Reduce el nivel de depresión.
- ✓ Ayuda a relajarte.
- ✓ Aumenta el estado de alerta.
- ✓ Menor AÑO de agresividad, ira, angustia...
- ✓ Incrementa el bienestar general.

Lo más importante es sentirse bien consigo mismo fortaleciendo nuestra imagen y manera de ser, así como mejorando la calidad de vida, permitiendo gozar de una excelente salud, mejorando habilidades motrices, y reduciendo la sensación de fatiga.

En el caso de los niños se mantiene alertas y gozan de las actividades que realizan comúnmente, tienen una buena salud, reduce su agresividad o nivel de ira.

Mantiene una relajación y un equilibrio en su jornada de actividades, no se deprime, se mantiene feliz y constantemente contagia a los demás con su alegría.

Fundamentación Teórica de la Variable Dependiente Lecto-Escritura

Lenguaje

El concepto de lenguaje puede ser entendido como un recurso que hace posible la comunicación. Comunicar es llegar a compartir algo de nosotros mismos, es una cualidad racional y emocional específica del hombre que surge de la necesidad de ponerse en contacto con los demás, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo a experiencias previas comunes

El lenguaje permite que las personas puedan comunicarse y que compartan varias ideas, sentimientos, opiniones o cualquier otro tipo de información mediante el habla, la escritura u otro tipo de señales.

El lenguaje es el medio de comunicación de los seres humanos, quienes utilizamos signos orales y escritos, sonidos y gestos que poseen un significado que les hemos atribuido. Puede entenderse también como la capacidad humana que permite conformar el pensamiento. Los seres humanos utilizamos actos de lenguaje de manera cotidiana para poder convivir con los demás.

Las personas podemos comunicarnos gracias al lenguaje el mismo que hace posible expresar diferentes ideas que se almacenan en nuestro cerebro con el fin de que las personas las conozcan.

La lingüística estudia el lenguaje en sus dos ramas principales: el habla y la escritura; no obstante, el lenguaje oral y el escrito son tan sólo uno de los múltiples lenguajes que el hombre utiliza para comunicarse.

Antes de desarrollar sus capacidades en forma extendida, el ser humano desarrolla un pre-lenguaje, un rudimentario sistema de comunicación que se hace evidente durante los primeros años de vida y esto implica capacidades de carácter neurofisiológicas como psicológico, tales como la percepción, la motricidad, la imitación y la memoria.

Las condiciones básicas de la vida social son comprender y expresar. Comprender es apropiarse de la realidad, clasificándola ordenadamente según las palabras que comunicadas. Expresar es hacer eficaz nuestra voluntad, actuando sobre los demás para dejar constancia de nuestra presencia. En este proceso, el lenguaje actúa como cause y medio.

No existe persona alguna que no disponga de un lenguaje como medio de comunicación, ya que están íntimamente ligados.

El lenguaje es el medio por el cual nos expresamos, es la comunicación que consiste en emitir e interpretar señales. Las señales forman parte de un código o sistema y esto nos permite entenderlas: Las señales de los sordomudos son un código: (lenguaje mímico), las señales en calles y carreteras son un código: (lenguaje gráfico), el alfabeto es un código: (lenguaje oral o escrito).

Características del lenguaje

(Sánchez, 2009, págs. 75-76) señala las siguientes características.

- **ES DOBLEMENTE ARTICULADO:** porque se puede descomponer en dos niveles: morfemas (unidades con significado) y fonemas (unidades sin significado).
- **DESPLAZAMIENTO:** el lenguaje nos permite hacer referencias a tiempo y espacio distintos a los del acto del habla.
- **ES INNATO:** El lenguaje es un producto de la inteligencia humana, creada de nuevo en cada individuo, mediante operaciones que están fuera del alcance de la voluntad o conciencia
- **PRODUCTIVIDAD:** el lenguaje nos permite crear o enviar mensajes nuevos gracias a nuestra capacidad. Esto se da en el campo literario: poesía o narrativa.
- **UNIVERSAL:** Es una facultad humana y se practica voluntariamente
- **MULTIFORME:** Se presenta bajo muchas y variadas formas (dialecto)
- **HETERÓCLITO:** Cada lengua tiene sus propias convenciones y normas.
- **SOCIAL:** Sólo existe en sociedad. Patrimonio cultural de un grupo social.
- **DINÁMICO:** Se adapta a los cambios que suceden en el mundo, el lenguaje sufre modificaciones a través del tiempo.
- **ARBITRARIO:** Porque el lenguaje no guarda ninguna relación de correspondencia con la realidad que designa.
- **CONVENCIONAL:** Aunque el lenguaje sea arbitrario las personas "convienen" en utilizarlo bajo tal o cual significado.
- **ORAL:** Está formado por signos distintivos llamados fonemas, que en la escritura se representa a través de grafías.
- **LINEAL Y TEMPORAL:** Es una combinación de elementos sonoros o gráficos que se alinean uno detrás de otros conformando una cadena hablada (relación sintagmática).
- **ECONÓMICO:** Porque con una cantidad pequeña o limitada de fonemas (en el español 24), se puede producir cantidad de mensajes.
- **DOBLE ARTICULACIÓN:** Contiene dos unidades de 1ra y 2da articulación.

El lenguaje al ser íntimamente ligado al ser humano y estar inmerso en varios aspectos de nuestra vida, ha sido estudiado desde diferentes perspectivas de pensamiento.

Empezando porque el lenguaje es doblemente articulado debido a su descomposición de los morfemas (unidades con significado) y los fonemas (sonidos, unidades sin significado).

Es innato debido a que es producto de la inteligencia humana, creada por cada una de las personas, mediante una serie de operaciones que están fuera del alcance de la voluntad o conciencia.

La productividad menciona que el lenguaje permite que se creen y envíen mensajes gracias a nuestra capacidad de razonamiento.

Universal debido a que se lo practica involuntariamente con el fin de que las ideas que se almacenan en nuestro cerebro sean expresadas.

El lenguaje puede utilizarse según varias formas y a través del tiempo sufre ligeros cambios, pero cabe recalcar que las palabras que se expresan deben contener un significado.

Una característica del lenguaje es que es oral y está formado por varios sonidos pero también se lo representa a través de grafías.

Clasificación del lenguaje

(Sánchez, 2009, págs. 39-40)

1.- Lenguaje oral: La lengua es un sistema de signos desarrollados, por los hombres a través de sus órganos naturales de fonación, como realización de un lenguaje: El habla es el acto oral de expresión de una lengua, por tanto los hombres hablan realizaciones orales de una lengua.

2.- Lenguaje escrito: Es la representación de una lengua por medio del sistema de escritura la cual se entiende como un sistema de representación gráfica de una lengua, por medio de signos grabados o dibujados sobre un soporte. Es un método de comunicación humana que se realiza por medio de signos visuales que constituyen un sistema.

3.- Lenguaje mímico.- Tipo de lenguaje no verbal en que los signos de naturaleza sonora, típicos del lenguaje natural y articulado, son sustituidos por señas o gestos para enviar un mensaje.

Lenguaje oral

La comunicación oral se desarrolla mediante el dialogo que es la base de las relaciones sociales, Dialogar es la forma en que intercambiamos información con otra persona. Esto quiere decir que en una comunicación oral hay un emisor y receptor donde el común es el lenguaje.

Puede entenderse como intercambio, interrelación, como diálogo, como vida en sociedad, todo ello relacionado indisolublemente con las necesidades productivas de los hombres y no puede existir sin el lenguaje. Comunicación es pensamiento compartido y no puede existir pensamiento sin palabras. Es la expresión más compleja de las relaciones humanas donde se produce un intercambio de ideas, motivaciones, actitudes, representaciones y vivencias entre los hombres, que constituye un medio esencial de funcionamiento y formación de la personalidad.

Por medio del lenguaje oral nos expresarnos mediante el habla o diálogo todo esto en un mismo lenguaje que utilizamos para poder emitir gestos, movimientos corporales, entonación de voz.

Lenguaje escrito

La comunicación escrita es permanente ya queda evidenciado en una hoja o en cualquier material además esta se puede evidenciar con más detalle y es más reflexiva o razonada por consiguiente la comunicación escrita lo compone un autor y un receptor (lector) acompañado de forma literaria y contextual.

Es aquella que, en el momento de iniciarse, emisor y receptor no tienen necesariamente que coincidir en el espacio y en el tiempo.

Al no haber ocasión de retroalimentación inmediata, ni tampoco posibilidad de contar con la comunicación no verbal, el emisor ha de prestar especial atención al redactar el mensaje (el documento escrito), para que el receptor (el lector) lo comprenda con el sentido que quiso darle el emisor.

Características

- Se usan letras, tildes, signos de puntuación para construir el mensaje
- Es reflexiva organizada, elaborada y lógica
- Está constituida de manera correcta y precisa
- Se establece una relación unilateral entre el emisor y el receptor
- Cualquier referencia textual o extra textual se hace con palabras precisas.

Lenguaje mímico

Se refiere, a nuestra capacidad para expresar lo que sentimos o pensamos a través de los gestos. El lenguaje mímico consciente (aquel que utilizamos para hacernos comprender por personas que no hablan nuestro mismo idioma), también existe un lenguaje mímico que transcurre de manera automática y que se expresa, por ejemplo, cuándo vemos a una persona sufrir e imitamos sus gestos de dolor de manera inconsciente o cuándo vemos a alguien alegre y nuestro rostro refleja una sonrisa.

Por otro lado, (Maldonado, 2003, pág. 10) menciona los siguientes tipos de lenguaje.

Lenguaje fonético

El lenguaje fonético está integrado por un grupo de sonidos convencionales, esto es debido a que la raíz de las palabras tiene un significado y gramática exclusiva en cada área geográfica o región, de tal forma que las palabras son interpretadas en forma similar por los integrantes de una región.

Los elementos básicos del sistema fonético del lenguaje son los llamados fonemas. Estos elementos que vienen a ser las unidades sonoras básicas del lenguaje hablado, desempeñando un papel decisivo en la discriminación del significado de las palabras y, también, en las diferencias de idioma a idioma.

Aquí tenemos a las vocales y las consonantes.

Lenguaje Kinestésico

Para lograr una comunicación afectiva se requiere saber que al hablar se producen movimientos que acompañan a la palabra (se mueven la cabeza, brazos, manos, etc.) y que apoyan la intencionalidad del mensaje, este conjunto de movimientos es lo que forma el lenguaje kinésico.

Los movimientos, las posturas del cuerpo consciente o inconscientemente conforman el sistema kinésico, comunicando o matizando los discursos. También incluye los movimientos aprendidos, de percepción visual, audiovisual y táctil, que ligados a las combinaciones lingüística y paralingüística poseen valor comunicativo. Se cree que es uno de los más antiguos, probablemente se desarrolló antes que el lenguaje verbal. Varía dependiendo de los factores étnicos y culturales.

La kinésica diferencia los gestos, las posturas y las maneras:

- Gestos: Los gestos son los movimientos con la cabeza, la cara, las extremidades, las miradas, ya sean conscientes o inconscientes, o dependientes o independientes del sistema paralingüístico, que se conjugan o alternan con el lenguaje verbal.
- Maneras: Toser, comer, hablar, son ejemplos de las maneras de cada región. Sean conscientes o dinámicas, son aprendidas socialmente según cada contexto situacional, las cuales se alternan o conjugan con el discurso.
- Posturas: Las posturas pueden ser estáticas, tienen un factor consciente o inconsciente y se pueden ritualizar, al igual que las maneras. También se utilizan menos en la comunicación.

Proceso de lectura y escritura

Según, (Sánchez, 2009, págs. 23-24)

La lectura es un proceso físico y mental en el que los movimientos oculares acompañan al pensamiento, que relacionan lo leído con lo que se va a leer. Mediante este proceso, el lector interpreta las grafías que representan los fonemas de una lengua y comprende los significados de las palabras y las frases escritas, tanto aisladas como dentro de los contextos donde están.

La lectura además de identificar las grafías y transformarlas en sonidos, consiste fundamentalmente en captar el significado del léxico empleado, desentrañar las ideas expuestas y relacionar todo para comprender su contenido.

Las lecturas, se pueden clasificar de acuerdo a su finalidad fundamental en informativas, de estudio o trabajo y de entretenimiento y cada una exige habilidades precisas al lector.

Lectura informativa

Requiere deslizar rápidamente la visión por el texto escrito para poder encontrar fácilmente la información buscada. El lector tiene que saber consultar listas, índices. Ficheros, catálogos, diccionarios etc., e interpretar datos en planos, mapas, gráficas, cuadros sinópticos, entre otros.

Lectura con fines de estudio o de trabajo

Esta debe ser detallada, pero hecha a buen ritmo para no perder interés ni olvidar las ideas. El lector necesita dominar los significados y comprender el asunto, criticar los conocimientos que adquiere, saber buscar informaciones complementarias, retener lo esencial y organizar lo que aprende para resolver problemas, contestar cuestionarios o realizar trabajos.

Lectura recreativa

También debe ser detallada y hecha a buen ritmo para seguir fielmente el asunto y no perder el interés. Se debe saber diferenciar los hechos reales de los fantásticos, tener sensibilidad para apreciar los valores de todo tipo que encierra el texto, y, cuando lee oralmente, debe hacerlo con la pronunciación, la entonación y el ritmo adecuado. Para desarrollar y fortalecer las habilidades lectoras, se utilizan ciertas estrategias de lectura que, por una parte, informan del contenido general del texto y por otra, ayudan a interpretar el mensaje y a seleccionar y organizar los conceptos que interesan.

Existen diferentes estrategias para llevar a cabo una buena lectura, sin embargo, en esta ocasión se analizará la siguiente que consiste en tres etapas: pre lectura, lectura y pos lectura

La pre lectura: consiste en observar la estructura general del texto y explorarlo para tener una idea de su contenido. Algunos de los aspectos que se deben tomar en cuenta son: su portada, contraportada, título, autor, el índice, el tipo de letra, sus esquemas, diagramas e ilustraciones. Esta acción generalmente se hace sin saber que se está llevando a cabo; por ejemplo cuando se asiste a una librería o a una biblioteca; al revisar un libro de texto o simplemente cuando revisan sus páginas para conocer su contenido.

La lectura: en este momento se da la decodificación; es decir los ojos se fijan en los signos lingüísticos y grafías, se evoca su significado. El lector al tener un léxico más amplio, tendrá menos problemas para decodificar o interpretar los mensajes.

El lector establece la estructura del texto y tiene una idea general de su contenido, puede determinar si la función del texto es informativa, recreativa, de estudio o de trabajo, y decidir de acuerdo con el propósito que le impulsa a leer, si se lleva a cabo una lectura rápida o una lectura más detallada del mismo. Independientemente del tipo de lectura que se elija, es en esta fase en donde se lleva a cabo la verdadera lectura.

La lectura rápida permite valorar la importancia del texto, buscar información precisa y obtener lo que nos interesa en poco. Para ello se requiere: buena percepción visual de las palabras y sintagmas, dominio del léxico, familiaridad con el tema, y sobre todo, experiencia para no pronunciar las palabras, ni siquiera mentalmente y ahorrar tiempo.

La poslectura: en la cual es necesario revisar los subrayados y apuntes que se hayan realizado durante la lectura, para comprobar que tiene sentido, y organizarlos mediante resúmenes, diagramas, fichas y esquemas, cuyo estudio permitirá la síntesis y comprensión global del texto y que son fundamentales para preparar los trabajos escritos y exposiciones orales.

Proceso de escritura lectura y escritura

Se suelen presentar a menudo como las dos caras de una misma moneda, puesto que una y otra constituyen procesos inversos de utilización de un mismo código: al leer, se decodifica un mensaje que procede de la lengua hablada y al escribir se codifica un mensaje desde esa misma lengua. La lectura sólo puede realizarse sobre algo que haya sido previamente escrito, así como, se escribe, en la mayoría de los casos, pensando en que alguien va a que consiste en expresarse por escrito con exactitud, para decir sólo lo que se pretende comunicar, con claridad, para evitar interpretaciones erróneas; con concisión, sin rodeos ni palabras superfluas y con originalidad, para dar a los escritos un carácter personal, leer lo expuesto.

Según, (Sánchez, 2009, págs. 31-32) las características de la redacción deben ser:

- **SENCILLA**, es decir, espontánea, sin amaneramientos o artificios
- **CLARA**, sin ambigüedades, sin oscurantismos que afecten la expresión
- **PRECISA**, sin palabras innecesarias o superfluas, el pensamiento debe ser conciso.
- **ORIGINAL**, evitando ser copiada de otros, expresar las ideas con nuestras propias palabras.

Para el dominio de la redacción no solo se debe tener conocimientos lingüísticos o gramaticales, también se debe leer correctamente y, sobre todo, escribir, pues a redactar sólo se aprende al redactar. Aunque todas las personas no poseemos esas capacidades en igual AÑO, existen técnicas de trabajo que ayudan a acrecentarlas y perfeccionarlas, al tiempo que son poderosos auxiliares que facilitan la práctica de la redacción.

Etapas de la lecto-escritura

(Teberosky, 2000, págs. 6-7)

Creó una evolución progresista del proceso de lectoescritura identificado en cuatro fases o etapas:

- a) **Etapa Pre silábica:** abarca las dos primeras fases, y en estas el niño tiene una escritura indiferenciada. En la primera fase diferencia la escritura del dibujo pero no grafican letras convencionales. En la segunda fase el niño emplea un variado repertorio de grafías convencionales reguladas por hipótesis de cantidad mínima y de variedad. En esta etapa el niño utiliza un conjunto indistinto de letras asignándole cualquier significado. El niño solo comprende que las letras se utilizan para escribir palabras.

- b) **Etapa Silábica:** en esta etapa el niño establece una relación entre la cadena sonora oral dada por la pronunciación y la cadena gráfica que utiliza para la escritura. Para el niño cada letra vale por una sílaba.
- c) **Etapa Silábica - alfabética:** esta etapa es conflictiva para el niño por el abandono paulatino que hace de las hipótesis de la fase anterior. Estos conflictos se producen por la dificultad de coordinar las diferentes hipótesis, pues todavía no es capaz de segmentar los elementos sonoros de las palabras.
- d) **Etapa Alfabética:** en esta etapa el niño hace correspondencia entre el fonema y el grafema. Esta fase no es el final del proceso puesto que quedan por resolver muchas dificultades que se pueden presentar con la comprensión del sistema en la sintaxis y la ortografía.

Etapa pre-silábica

Esta etapa abarca dos fases:

En la primera fase

Los niños empiezan a escribir mediante dibujos, es decir que los niños aún no saben escribir como es sino a su manera sin darse cuenta de la forma de las letras, su manera de escribirlas ni tampoco sus sonidos.

En la segunda fase

Aquí el niño escribe palabras y les asigna sonidos, por ejemplo realiza varias formas y texturas de alguna letras y él menciona que así es como se escribe su nombre, el niño solo entenderá de la manera en la que la escribió.

Etapa silábica

En esta etapa el niño solo identifica con cadenas sonoras, primero con la pronunciación de cada palabra y con la cadena gráfica que se utiliza para la escritura.

Para el niño cada letra equivale a una sílaba y cada sílaba equivale a una palabra, al utilizar cadenas sonoras el niño asocia los sonidos, sílabas a la palabra que desea escribir.

Tipos de correspondencia silábica

- Sin valor sonoro convencional. Para cada sílaba escriben un aletra cualquiera.

Ejm: Sem Para Patata

- Con valor sonoro convencional. Para cda sílaba escriben una letra que si esta en la sílaba. Puede ser:

En las vocales

Ejm: i u a para pintura

En las consonantes

Ejm: P t para Pato

En las vocales y en las consonantes

Ejm: Pat para Patata

Escritura silábico-alfabética

Se dan cuenta de que la silaba tiene más de una letra.

Al confrontar sus ideas con la escritura convencional descubren que hay más partes, que la escritura va más allá de la sílaba.

Ejemplos: A lo para Gato: saben que hay dos letras en To, pero no saben bien cuales.

Doia para Boina. Buscan un valor sonoro próximo (B-D).

Etapas alfabética

Esta es una de las etapas difíciles a las que el niño se somete durante el proceso de lecto-escritura, debido a que ya va asimilando de mejor manera su aprendizaje.

Empieza a crear una hipótesis de que las letras son diferentes, tiene sonidos y se escriben de una manera ordenada.

Lecto-escritura

Definición

(Ruiz, 2012, pág. 7) señala que:

“La lecto-escritura se entiende como una interrelación comunicativa donde dos habilidades de lenguaje: como leer y escribir, no puede estar la una sin la otra”.

El proceso de lecto-escritura consiste en aprender a leer y escribir de una manera correcta, ninguna de las dos funciona sin la otra, en ese proceso se adquieren las dos habilidades que al ser desarrolladas correctamente el aprendizaje es significativo.

La lecto-escritura necesita de mucha atención, pues si se presentan deficiencias en el mismo, se mantendrán inconvenientes en el aprendizaje de los estudiantes

Es necesario fortalecer este proceso para mejorar en los estudiantes la comunicación oral y escrita, al mismo tiempo que es beneficiosa para los estudiantes en diferentes asignaturas,

Para que exista una eficaz comunicación es necesario que el cerebro a través de la red del sistema nervioso central, deba recibir, transferir, decodificar, clasificar y organizar toda la información auditiva antes de llegar a la comprensión.

Según, (Downing, págs. 48-49)

“Determina que la lectoescritura consiste en la conexión de la representación gráfica y las palabras con el conocimiento del individuo, previo a un pleno desarrollo neuro-psico-socio-lingüístico”.

En el caso de la escritura implica que el niño debe poseer un desarrollo de la motricidad fina, especialmente a nivel de las manos y de los dedos, y una regulación tónica postural general, como también un desarrollo del lenguaje que le permita comprender lo que escribió y así también transferir significados. Al igual que en la lectura, la escritura requiere que el niño posea una madurez intelectual que le permita manejar las letras como símbolos y dominar la estructuración espacio temporal necesaria para su codificación y decodificación

Características

(Roméu, 2006, pág. 26)

El enfoque cognitivo, comunicativo y sociocultural se sustenta lo siguiente:

- La concepción del lenguaje como medio esencial de cognición y comunicación humana y de desarrollo personal-lógico y socio-cultural del individuo.

- La relación entre el discurso, la cognición y la sociedad.
- El carácter contextualizado del estudio del lenguaje.
- El estudio del lenguaje como práctica social de un grupo o estrato social.
- El carácter interdisciplinario, multidisciplinario y transdisciplinario y a su vez autónomo del estudio del lenguaje.

La lecto-escritura comprende actividades en las que participan varios sistemas motores y perceptuales visuales, así como habilidades lingüísticas y simbólicas. También puede presentarse un déficit del lenguaje escrito. Estos trastornos son de carácter adquirido o debido a un desarrollo insuficiente en el aprendizaje de la lecto-escritura esto se debe a que no se utilizó métodos y técnicas adecuados al momento de enseñarles a leer y escribir por tal motivo los niños adquieren un problema de lecto-escritura.

El aprendizaje de la lengua escrita en sus dos fases, la lectura y la escritura, ocupa el lugar fundamental dentro de los primeros años de escolaridad, puesto que constituye las bases de los futuros aprendizajes escolares; lo que explica la gran preocupación de los maestros y padres de familia ante las dificultades de la lectoescritura en los niños ya que como profesores debemos reforzar cada vez mas las técnicas y metodologías para enseñar a leer y escribir correctamente y así eliminar los problemas de lecto-escritura en los alumnos .

La lectura y la escritura son actividades complejas, que resultan altamente necesarias para acceder a los saberes organizados que forman parte de una cultura. ya que si sabemos leer y escribir correctamente no tendremos dificultades al momento de actuar es sociedad .

Problemas que se presentan

Según, (Zamorano, 2010, pág. 6)

- Existe un bajo índice de lectura en los alumnos, en los padres de familia, en los maestros, en la comunidad porque no se les ha formado con un buen hábito de lecto-escritura.
- Deficiente vocabulario y redacción, y el poco uso del diccionario por tal motivo existe una ortografía deficiente.
- La lecto escritura repercute en la expresión oral del individuo; por lo tanto hay carencias en la expresión oral, incoherencias en el manejo de las ideas e incapacidad para tener diálogos, porque falta plantear una alfabetización o capacitación de maestros para que ellos radien elementos que tiendan a mejorar las diferencias entre la lectura y la escritura.

La escasa participación de los padres de familia y en ciertos docentes hace que se presente un bajo índice de estudiantes que les gusta leer y escribir; posiblemente

por el mal manejo de estrategias metodológicas u otros aspectos que hacen que no se disfrute de este proceso.

Otro problema que se evidencia son las faltas ortográficas que los estudiantes tienen constantemente, esto puede ser debido a que no existe un refuerzo en casa por parte de los padres de familia por falta de conocimientos u otros.

Cuando el estudiante presenta dificultades en la lectura y escritura es fácil evidenciar las falencias que el presente como por ejemplo en su comunicación tanto física como oral, aquí se evidencian las incoherencias que se manejan al momento de expresarse mediante conversaciones.

Por otro lado, los problemas en este proceso también se evidencian un retraso en su aprendizaje, el niño necesita avanzar en su formación académica y en fortalecer su conocimiento, además que debe ir acorde a los otros niños de su edad.

Factores que influyen

(Pazmiño S. , págs. 13-14)

- **Factores orgánicos:** edad cronológica, el sexo y a los factores sensoriales
- **Factores intelectuales:** la inteligencia general y las habilidades mentales como la atención y la memoria.
- **Factores psicológicos afectivos:** afecto familiar, la madures emocional y la personalidad del niño.

(Pazmiño S. , págs. 13-14)

Factores orgánicos o fisiológicos:

1.- La edad cronológica.

En la actualidad, las investigaciones realizadas sobre el proceso evolutivo de la lectoescritura en el niño, señala que aproximadamente a los 3 años y medio a 4 años los niños tienen cierto interés por estas actividades lo cual se les debería ayudar a realizar actividades de motricidad fina y gruesa para cuando el niño ingrese al jardín o a la vez el niño ingrese al pre kínder lo cual ayudara a su motricidad. La edad promedio considerada como aquella en la que el niño ya alcanzo cierta madurez y el desarrollo en general es de los 5 a 7 años. En nuestro medio se ha generalizado y

normado la iniciación del aprendizaje de la lectura y la escritura y matemáticas a la edad de los 6 años en que los alumnos (ingresan a primer año de primaria).

2.- Sexo

Las diferencias del sexo aparecen marcadas con relación al crecimiento y maduración para el aprendizaje de la lectura y la escritura.

Se afirma que las niñas maduran más rápido que los niños y que estas aprenden a leer más rápido, también se afirma que las niñas alcanzan la pubertad más o menos un año y medio antes que los varones y con respecto al lenguaje, de igual manera las niñas hablan antes de los niños y luego adquieren un vocabulario más amplio, siendo más eficientes en la lectura y la escritura y luego en la ortografía.

3.- El sistema sensorial:

Es aquel que proporciona al cerebro los estímulos básicos con que se construyen las experiencias.

Este sistema sensorial es necesario porque el cerebro no puede relacionar directamente con el medio.

El contacto con el mundo de la experiencia es posible porque algunas células nerviosas se han convertido en receptoras sensoriales especializadas que responden a determinados tipos de energía física.

Todos los sentidos tienen la capacidad de transformar o hacer la traducción de las diversas formas de la energía (sonido, luz, temperatura) en el lenguaje codificado de los impulsos nerviosos.

A través de los órganos de los sentidos se recibe información sin procesar, que luego por un acto de asociación con experiencias previas se convierten en percepciones que van posibilitando la estructuración de los conceptos del conocimiento en general.

Por lo tanto los defectos táctiles, vestibulares, visuales o auditivos pueden alterar la percepción de las palabras escritas o habladas que nos lleva al problema de la lectoescritura.

Factores intelectuales

Entre los factores intelectuales cognoscitivos más relacionados con el apesamiento para la lectura figuran: la inteligencia general y las habilidades mentales como la atención y la memoria.

1.- La inteligencia

La inteligencia general que constituye el desarrollo mental se relaciona significativamente con la herencia y el ambiente. La inteligencia del niño es uno de los principales factores que influyen en el ritmo y la velocidad con que pueden aprender a leer y escribir. Mientras más maduro sea el niño, aprenderá más fácil y retendrá o recuperará lo aprendido con más facilidad que los niños con menos edad mental.

2.-Habilidades mentales específicas

La atención y la memoria son importantes para el aprendizaje de la lecto-escritura debido que solo se aprende lo que ha sido objeto de atención y se ha memorizado. Así mismo al razonar, al asociar o al interpretar el niño está ejerciendo su intelecto.

Factores Psicológicos o afectivos: Entre estos encontramos: el afecto familiar, la madurez emocional y la personalidad del niño.

Factores psicológicos

1.- El afecto familiar.

La familia como agente socializante y generadora de relaciones afectivas influyen significativamente en la vida del niño. porque algunos niños que no han experimentado el amor o afecto por parte de sus padres o familiares, es decir, carecen de afecto, estos pueden no aprender a hablar en el tiempo deseado.

2.- La madurez emocional.

La socialización del niño favorece su adaptación tanto emocional como social. Los niños que han llegado a confiar en sí mismo asumen cierta responsabilidad entre que se pueden señalar en las situaciones del aprendizaje.

3.- La personalidad del niño.

En la vida del niño la relación más importante es la de los padres y hermanos. También son importantes las relaciones que el niño establezca con su maestra y con su grupo de compañeros así como la independencia, la responsabilidad y el equilibrio emocional son necesarios para el aprendizaje de los niños. Por ello debemos tratar de:

- Favorecer la adaptación del niño a la vida escolar.
- Proporcionar actividades que estén de acorde con su interés y necesidades.
- Favorecer el manejo de la libertad individual y la conciencia grupal

Factores sociales:

La calidad de estímulos del ambiente dependerá la aceleración o el retraso del aprendizaje de la lectoescritura en el niño. Evidentemente un niño se encuentra inmerso en un medio que es rico en experiencias y relaciones adecuadas con los adultos, evolucionara en forma muy diferente a aquel que se halla en un medio con serias limitaciones y privaciones. El desarrollo social y oral será fluido y sin problemas, lo que servirá de base para el aprendizaje de lectura y la escritura.

Beneficios

(Rodriguez, 2012, págs. 49-50)

Son múltiples los beneficios que nos aporta el aprendizaje, desarrollo y dominio del proceso lectoescritor. Estos beneficios son de un gran valor tanto para los niños y niñas como para los adultos.

- **Desarrollo del pensamiento y del aprendizaje.** Sirve como herramienta para orientar y estructurar el pensamiento, de esta forma permite guiar el aprendizaje.
- **Desarrollo de la empatía y la habilidad de escuchar.** A través de la lectura los pequeños se meten en la piel de otros personajes, descubren como piensan y como sienten y lo que hacen en determinadas situaciones. Cuando el niño o la niña lee, esta callado, no oye pero escucha lo que le dicen los personajes.

- **Desarrollo del lenguaje y de la expresión.** La lectura nos permite observar el lenguaje, dando lugar a la reflexión inconsciente sobre el mismo, ya que nuestra atención está centrada en la historia. De esta manera asimilamos conocimientos que enriquecen nuestro lenguaje y que nos ayudan a expresarnos tanto de forma oral como escrita. La escritura a su vez, nos obliga a reflexionar antes de transmitir una información, este proceso hace que cuando tengamos que expresarnos oralmente nuestra capacidad expresiva se vea potenciada.
- **Mejora la concentración y la reflexión.** Tanto la lectura como la escritura requieren de atención y reflexión en lo que se está haciendo, tiene la ventaja de que estas se producen de forma inconsciente, sin hacer un esfuerzo por atender. De esta forma se desarrolla la capacidad de concentración.
- **Fomenta la organización y elaboración de ideas sobre algún tema.** Al leer algo, vamos organizando en nuestra mente las ideas del escrito, identificamos las ideas principales y las secundarias. Cuando escribimos elaboramos ideas a medida que vamos elaborando el escrito. Con la lectoescritura por tanto entrenamos la capacidad de crear y organizar ideas.
- **Es un elemento fundamental para el desarrollo de la imaginación y la creatividad.** La lectura introduce a los más pequeños y a los mayores en mundos mágicos, repletos de posibilidades, leemos el texto pero es nuestra imaginación la que va formando las imágenes de la historia en nuestra mente. La escritura nos permite a su vez crear realidades imaginadas o tal vez reales, pero elaboradas con nuestra mente y puestas en el papel con nuestras palabras.
- **Es un elemento de relajación y de entretenimiento.** La lectura y la escritura, son actividades que nos entretienen y al mismo tiempo son relajadas. Contribuyen también a reducir el estrés y el malestar emocional, ya que nos hacen centrarnos en el texto que tenemos delante y no pensamos en otras cosas. De este modo dejamos los problemas y preocupaciones a un lado.
- **Contribuye a mejorar la ortografía.** Leyendo, vemos las palabras escritas de forma inconsciente y sin esfuerzo nuestra mente va recogiendo esa información sobre cómo se escriben correctamente las palabras.
- **Nos permite aprender cosas sobre el mundo que nos rodea.** La lectura es un medio de incalculable valor para acceder a los conocimientos sobre el mundo que nos rodea, ya sean del tipo que sean.

El proceso de lecto-escritura es una herramienta que orienta y estructura el pensamiento de las personas, ayudándoles a mejorar su manera de pensar, y abriéndoles puertas sobre la investigación, mejorando el léxico que maneja y su manera de expresarse.

Cuando los niños disfrutan de una buena lectura, ellos se hacen partícipes de las mismas, metiéndose en el papel de un superhéroe, descubren lo que los demaspiensan, sienten, buscan. Si el niño comprende lo que está leyendo el responderá a ciertas preguntas e incluso mencionará detalles.

Otro de los beneficios que se representan es la manera de expresarse e ir mejorando el lenguaje, en el caso de la lectura se mantiene una concentración y permanece un silencio del cual se disfruta, la mente se traslada al lugar de los hechos y la imaginación vuela. En este momento es donde se asimila la información y existen palabras que se captan con facilidad que posteriormente serán utilizadas al momento de comunicarnos, en la escritura, la información que se procesó anteriormente bien a la mente; recordando como la escritura de esa palabra la misma que se plasma en un papel.

Durante el proceso de la Lecto-escritura se requiere concentración para que se cumpla de la manera que se espera, tiene la ventaja de que estas se producen de manera inconsciente, sin hacer un esfuerzo por entenderlas.

Una lectura presenta ideas tanto principales como secundarias, las principales acercan del tema en el que se está tratando y las secundarias que tiene relevancia con la principal para mejorar la comprensión de la lectura. Cada vez que leemos organizamos nuestra ideas, y que se expresan de diferentes maneras.

Para las personas es de una gran ayuda la Lecto-escritura debido a que se fortalece la creatividad y en el caso de los niños ayudan a que ellos se trasladen a lugares que nunca antes vistos, en donde ellos son protagonistas de grandes historias y grandes triunfos.

Al fortalecer la creatividad se pretende que las ideas que fueron captadas en el texto que se leyó sean plasmadas en un papel, pero con palabras propias y que al ser incentivada de la manera correcta exista la posibilidad de crear nuevas historias que en un futuro serán escritas y publicadas.

Para muchas personas existe una relajación al momento de realizar una lectura debido a que se enriquece nuestro cerebro, se almacena información y enriquece mucho nuestro conocimiento, esto permite que se reduzca el estrés que se obtiene en el día siempre y cuando sea disfrutada al máximo.

Si bien es cierto, no es necesario leer ni escribir durante largas horas, pero con hacerlo y disfrutarlo ayuda a que tu cerebro recuerde la información que ya

procesaste y que no solo se mantenga en un corto plazo sino más bien que salga a flote cuando sea necesario y en el momento indicado.

La lectura además que ayuda a nuestro cerebro también permite que no se cometa errores comunes cuando se escribe, como es el caso de las faltas ortográficas, cuando leemos no solo imaginamos todo lo que pasa en el texto sino también nuestra mente memoriza ciertas palabras y al momento de escribirlas las recuerda con facilidad.

Leer diariamente va hacer que dispongamos de una autentica biblioteca personal de acuerdo a las historias, una serie de personajes, de termino y de definiciones, expresiones que se utilizan en la lectura, el vocabulario que se utiliza y que nos enriquece de manera personal.

El disponer de una serie de libros que sean de interés personal es muy beneficioso porque si alguna persona desea realizar una lectura se emitirá un criterio personal referente al libro o alguna lectura significativa, o incluso brindar algunas sugerencias.

Es el caso de la escritura, se hace más cómoda y más reflexiva debido a que las ideas que tengamos sugieran con facilidad e incluso mejorar por la información que se receptó y que se está plasmando.

Por otro lado, (Ruiz J., 2012, págs. 56-57) menciona que existe también una mejora en las conexiones neuronales debido a que el cerebro está trabajando con un gran velocidad y de manera beneficiosa , es importante saber que mientras leemos:

Obligamos a nuestro cerebro a pensar.

- ✓ A ordenar ideas.
- ✓ A interrelacionar conceptos.
- ✓ A ejercitar la memoria y a imaginar.
- ✓ Mejoramos nuestra capacidad intelectual.

2.5 HIPÓTESIS

“La Gimnasia Cerebral incide en la Lecto-Escritura en los niños y niñas de tercer AÑO de Educación General Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama”

2.6 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES

2.6.1 Variable Independiente:

Gimnasia cerebral

2.6.2 Variable Dependiente:

Lecto-escritura

CAPITULO III

METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la investigación

La presente investigación prevalece en el enfoque cuali-cuantitativo.

Cualitativo: porque se determinan las diversas cualidades positivas y negativas, internas y externas de las dos variables de estudio; en las que se desarrollan las actividades diarias de los estudiantes.

Cuantitativo: porque se realizó la recolección de datos en el lugar de la investigación y se procedió a realizar el análisis estadístico mediante la tabulación de los datos con sus respectivos gráficos.

Modalidad Básica De La Investigación

Las modalidades de esta investigación se desarrollan en los ámbitos:

Documental Bibliográfica.

Se incluye la investigación documental por motivo de que contar con información pertinente al tema debe ser formulada a través de la exposición de teorías que aportan al desarrollo de la misma. Se toma en cuenta además que el contenido bibliográfico permite contar con referencia de investigaciones relacionadas al tema o idea principal.

De campo

Porque el trabajo de investigación fue desarrollado en el lugar donde se produce en problema, para así mantener una relación directa con los actores del acontecimiento, convirtiéndose en una fuente de información manejable para el cumplimiento de los objetivos propuestos en el presente proyecto.

3.3 Nivel o Tipo De Investigación

3.3.1 Exploratorio.

La misma que fue utilizada en la primera fase del estudio para realizar un primer acercamiento al problema de investigación, se realizó a través de la aplicación de la técnica observación.

3.3.2 Descriptivo.

Se efectúa cuando se desea describir, en todos sus componentes principales a un problema, para el caso de estudio se lo empleará a lo largo de todo el trabajo y con mayor énfasis en el diseño del marco teórico al revisar teorías relacionadas con el objeto de estudio que servirán para generar el sustento necesario que fortalezca la propuesta

3.3.3 Correlacional

Está guiada a determinar el AÑO de variaciones en uno o varios factores, aquí comprobamos la correlación de variables si es o no aceptable es decir comprobar la hipótesis del trabajo que se lo está realizando para tratar de solucionar la problemática.

3.4 Población Y Muestra.

Por ser una universo pequeño las encuestas se aplican a el número de personas que se encuentran estipuladas en la siguiente Cuadro.

Cuadro4: Población y muestra

Unidades de observación	Población
Estudiantes	54
Docentes	5
Total	59

Elaborado por: Priscila Montoya, 2015
Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

3.5.1 Operacionalización De Variables

Cuadro 1: Variable Independiente: Gimnasia Cerebral

CONCEPTUALIZACION	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	TECNICAS INSTRUMENTOS
Es un conjunto de ejercicios mentales que coordinados y combinados estimulan y desarrollan las habilidades y capacidades cerebrales, los cuales aceleran el aprendizaje, la memoria, la concentración, y mejorar la creatividad así como las habilidades motrices y académicas.	<p>Ejercicios Mentales</p> <p>Habilidades</p> <p>Aprendizaje</p> <p>Memoria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Coordinación • Secuencia • Cognitivas • Motoras • Auditivo • Visual • Kinestésico • Corto plazo • Mediano plazo • Largo plazo 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Usted antes de iniciar una clase realiza algún ejercicio de coordinación con sus estudiantes? 2. ¿Considera usted que las habilidades cognitivas logran un mejor aprendizaje en los estudiantes? 3. ¿Cree usted que es necesario desarrollar las habilidades motoras e os estudiantes? 4. ¿Considera usted el aprendizaje se puede dar en los estudiantes mediante los sentidos? 5. ¿Sus estudiantes recuerdan con facilidad lo que usted les enseñó en clases? 	<p>Técnica Encuesta aplicada a los estudiantes y docentes</p> <p>Instrumento Cuestionario estructurado, aplicado a estudiantes y docentes.</p>

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Cuadro 2: Variable Dependiente: Lecto escritura

CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	TECNICAS INSTRUMENTOS
<p>La lectoescritura es un proceso y una estrategia. Como proceso lo utilizamos para acercarnos a la comprensión del texto.</p> <p>Como estrategia de enseñanza-aprendizaje, enfocamos la interrelación intrínseca de la lectura y la escritura, y la utilizamos como un sistema de comunicación y metacognición interrelacionados.</p>	<p>Proceso de leer y escribir</p> <p>Comprensión del texto</p> <p>Metacognición</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fonemas • Lenguaje • Reglas ortográficas <ul style="list-style-type: none"> • Observación • Pronunciación • Interpretación <ul style="list-style-type: none"> • Razonamiento • Pensamiento • Experiencias 	<p>6. ¿Sus estudiantes identifican fonemas en una lectura?</p> <p>7. ¿Los niños utilizan un lenguaje acorde a su edad?</p> <p>8. ¿Sus estudiantes leen con claridad?</p> <p>9. ¿Los estudiantes pronuncian correctamente las palabras emitidas en una lectura?</p> <p>10. ¿Sus estudiantes resuelven problemas sencillos en el aula?</p> <p>11. ¿Considera usted que el aprendizaje en los estudiantes se da mediante las experiencias?</p>	<p>Técnica Encuesta aplicada a los estudiantes y docentes</p> <p>Instrumento Cuestionario estructurado, aplicado a estudiantes y docentes.</p>

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

3.6 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

La presente investigación se empleó la técnica de la observación, aplicando para el efecto como instrumento de investigación la ficha de observación aplicada una sola vez.

Cuadro 1: Técnicas e instrumentos

Preguntas Básicas	Explicación
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de la investigación y comprobar la hipótesis.
¿Por qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación: <ul style="list-style-type: none"> • Identificar como incide la Gimnasia Cerebral en el desarrollo de la Lecto-Escritura. • Proponer ejercicios que beneficien el aprendizaje de Lecto escritura en los y las estudiantes.
¿De qué personas?	Niños y niñas
¿Quién / Quienes?	La investigadora: Priscila Montoya
¿Cuándo?	Entre mayo del 2015 a Junio 2016.
¿Dónde?	Unidad Educativa Joaquín Lalama
¿Cuántas veces?	Dos veces: Piloto (Segmento al azar) Encuesta Definitiva
¿Qué técnicas de recolección?	Encuestas (Docentes) Encuestas (Niños Y Niñas)
¿Con qué?	Un cuestionario (papel y lápiz)
¿En qué situación?	En un ambiente favorable. Durante la jornada de trabajo.

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

3.6.1 RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

El proceso de Recolección de Información se realizó aplicando una guía de observación. Se construyó una guía con ítems de selección sencilla, considerando solo respuestas positivas o negativas, las mismas que fueron aplicadas en el nivel inicial a todos los niños que formaron parte del universo en estudio

1. **Metodología:** Observación científica.
2. **Tipo de observación:** Personal y grupal.
3. **Lugar de Aplicación:** “Unidad Educativa Joaquín Lalama”.

3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS.

Para el procesamiento y análisis de la información obtenida en las encuestas que se realizará a los docentes y padres de familia se seguirán los siguientes pasos:

- Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente.
- Relación de las variables de la hipótesis.
- Aplicación de la ficha de observación.

3.7.1 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

Para el procesamiento y análisis de la información obtenida en las encuestas que se realizará a los docentes y padres de familia se seguirán los siguientes pasos:

- Revisión crítica de la información recogida, es decir limpieza de información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente.
- Relación de las variables de la hipótesis
- Una tabulación de resultados obtenidos en las encuestas realizadas.
- Una representación gráfica de resultados obtenidos.
- Análisis de los resultados obtenidos en los gráficos de los porcentajes procesados.
- Establecimiento de conclusiones y recomendaciones

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES.

Pregunta N° 1. ¿Te gusta leer y escribir?

Cuadro 2: Lecto-escritura

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	26	48%
Casi Siempre	9	17%
A veces	14	26%
Nunca	5	9%
TOTAL	54	100%

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

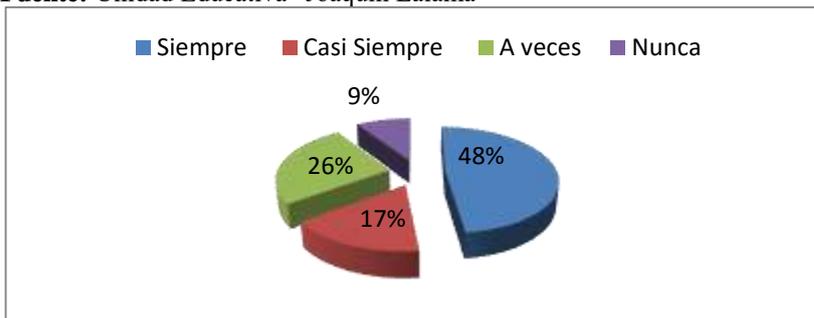


Gráfico 1: Lecto-escritura

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 54 estudiantes encuestados que representa 100%; 26 que representa el 48% de estudiantes señalan que siempre les gusta leer y escribir; 14 que representan el 26% manifiestan que a veces; 9 que representa el 17% menciona que casi siempre; 5 que representa el 9% señalan que nunca.

INTERPRETACIÓN:

A los estudiantes les gusta leer y escribir por lo que es necesario motivarlos a que Continúen mejorando en este proceso de lectoescritura con el fin de que se interesen en la asignatura de Lengua y Literatura así como en las demás, disfrutando de lo que los niños aprenden a diario

Pregunta N° 2. Cuando tu maestra inicia clases ¿Realiza ejercicios mentales?

Cuadro 3: Ejercicios mentales

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	9	17%
Casi Siempre	16	29%
A veces	29	54%
Nunca	0	0%
TOTAL	54	100%

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

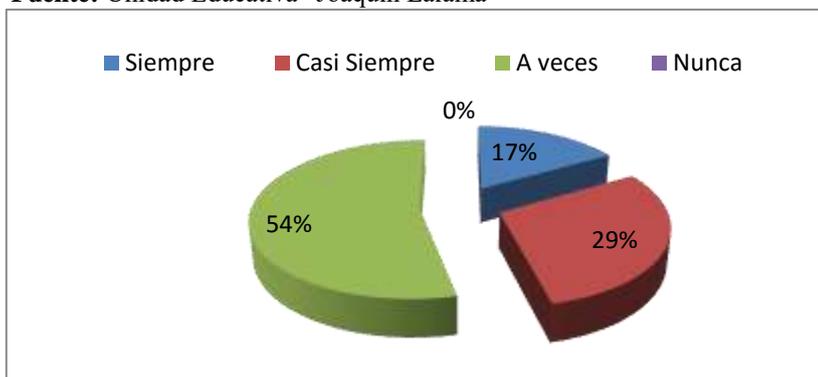


Gráfico 2: Ejercicios mentales

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 54 estudiantes encuestados que representa el 100%; 29 que representa un 54% manifiesta que la maestra a veces realiza ejercicios mentales; 16 que representa un 29% señala que casi siempre; 9 que representa un 17% menciona que siempre y cero que representa el 0% de estudiantes señala que la maestra nunca realiza ejercicios mentales.

INTERPRETACIÓN

Los estudiantes señalan que la maestra si realiza ejercicios mentales pero que no los realiza frecuentemente, por lo tanto los niños saben de la existencia de ejercicios mentales por lo que es necesario que se conozcan más ejercicios que pueda realizar la maestra en sus clases y que beneficie la actividad mental de los niños y niñas fortaleciendo el aprendizaje.

Pregunta N° 3. ¿Crees que el hacer ejercicios mentales mejora tu aprendizaje?

Cuadro 4: Ejercicios que fortalezcan el cerebro

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	22	41%
Casi Siempre	9	17%
A veces	20	37%
Nunca	3	5%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

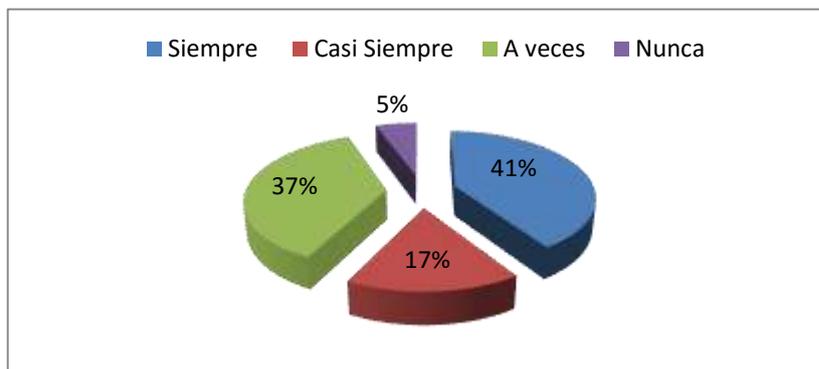


Gráfico 3: Ejercicios que fortalezcan el cerebro

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponden a 54 que representa el 100%; 22 que representa un 41% señala siempre beneficia su aprendizaje; 20 que representa un 37% considera que a veces; 9 que representa 17% manifiesta que a veces; 3 que representa un 5% señala que nunca benefician en su aprendizaje.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de niños y niñas consideran que los ejercicios mentales benefician su aprendizaje, por lo cual es importante que se realicen los mismos para que ellos tengan una mejor salud mental, se sientan conformes de lo que realizan a favor de que mejore su aprendizaje.

Pregunta N° 4. ¿Tu maestra hace juegos para que aprendas mejor?

Cuadro 5: Juegos didácticos

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	21	39%
Casi Siempre	19	35%
A veces	14	26%
Nunca	0	0%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 4: Juegos didácticos

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 21 que representa el 39% señala que la maestra siempre realiza juegos para que aprendan mejor; 19 que representa el 35% respondió que casi siempre; 14 que representa el 26% mencionó que a veces; 0 que representa el 0% señala que nunca.

INTERPRETACIÓN.

La maestra realiza ejercicios que benefician el aprendizaje de los y las estudiantes con el fin de que se promueva el aprendizaje significativo en cada uno de ellos, por lo cual es necesario que se implementen más ejercicios que pueda realizar la maestra para que los estudiantes mejoren su atención y concentración.

Pregunta N° 5. Cuándo tú maestra enseña una clase, ¿Tú recuerdas lo que dijo?

Cuadro 6: Memoria

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	13	24%
Casi Siempre	10	19%
A veces	31	57%
Nunca	0	0%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

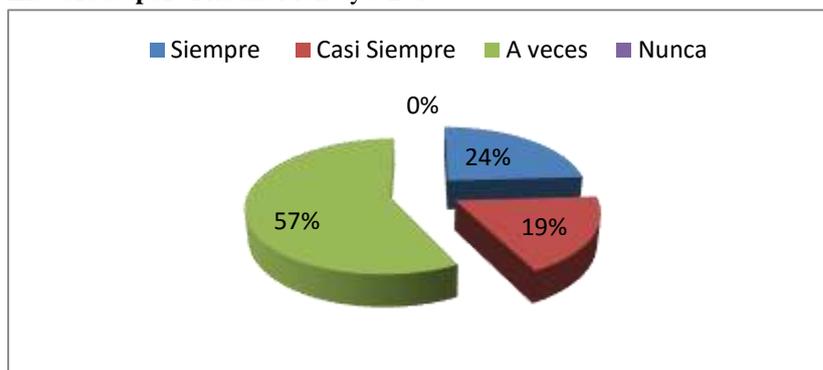


Gráfico 5: Memoria

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 31 que representa el 57% mencionaron que a veces recuerdan lo que la maestra les dice en clases; 13 que representa un 24% mencionó que siempre; 10 que representa un 19% señaló que casi siempre; y 0 que representa el 0% eligió nunca.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de los estudiantes no recuerdan lo que su maestra les dice por lo cual es necesario realizar ejercicios mentales en este caso Gimnasia cerebral a favor de que ellos mejoren su concentración y posean una mejor capacidad de retención de información para el fortalecimiento de su aprendizaje.

Pregunta N° 6. ¿Tú pones atención en clases

Cuadro 7: Atención

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	12	22%
Casi Siempre	14	26%
A veces	26	48%
Nunca	2	4%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

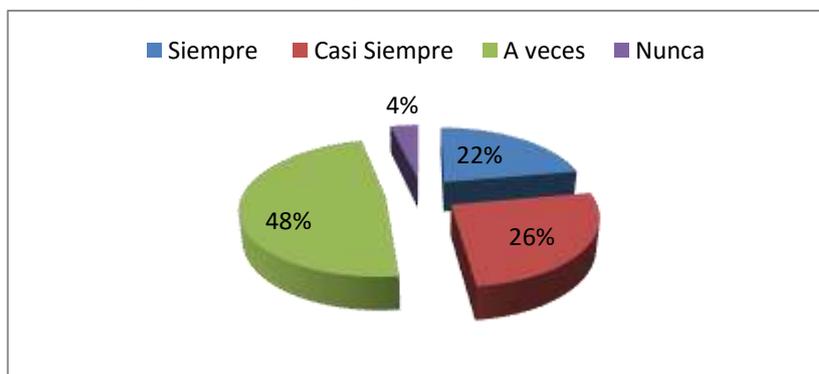


Gráfico 6: Atención

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 26 que representa el 48% señaló que a veces prestan atención en clases; 14 que representa el 26% señaló que casi siempre; 12 que representa el 22% señaló que siempre; 2 que representa el 4% eligió nunca.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de los estudiantes no prestan atención porque no les parece interesante la temática que se está tratando pero en el análisis se puede evidenciar que la mayor parte de ellos no prestan constante atención, por lo cual es necesario que los estudiantes mejoren su atención tomando en cuenta que la maestra es la que debe impartir sus clases fuera de la monotonía.

Pregunta N° 7. ¿Crees que la lectura es importante en tu educación?

Cuadro 8: Educación

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	29	54%
Casi Siempre	7	13%
A veces	18	33%
Nunca	0	0%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

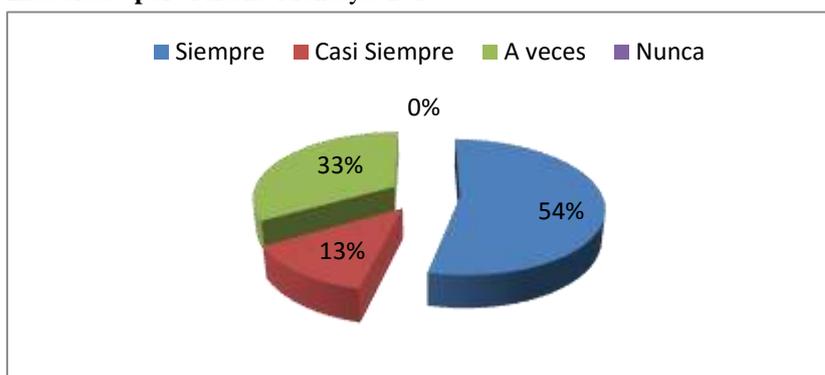


Gráfico 7: Educación

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 19 que representa el 54% mencionó que siempre la lectura es beneficiosa para su educación; 18 que representa el 33% señala que a veces; 7 que representa el 13% eligió casi siempre; 0 que representa el 0% manifestó que nunca.

INTERPRETACIÓN:

Para los niños y niñas en su mayoría la lectura es importante en su educación, por lo cual es necesario que se fortalezca y se motive para que los niños y niñas aprecien la lectura en su formación académica y personal.

Pregunta N° 8. ¿Entiendes lo que lees y escribes?

Cuadro 9: Aprendizaje

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	19	35%
Casi Siempre	25	46%
A veces	10	19%
Nunca	0	0%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 8: Aprendizaje

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 25 que representa el 46% señalan que casi siempre entienden lo que leen y escriben; 19 que representa el 35% mencionó que siempre; 10 que representa un 19% señala que a veces; y 0 que representa 0% manifestó que nunca.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de los estudiantes mencionan que entienden lo que leen y escriben pero aun presentan ciertas dificultades ya que realizan lecturas extensas y poco comprensibles, por lo que es necesario que se realicen ejercicios de relajación y concentración antes de realizar una lectura con el fin de que ellos aprendan mejor y comprendan lo que leen y escriben.

Pregunta N° 9. Cuando lees, ¿Te aburres?

Cuadro 10: Desmotivación

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	33	61%
Casi Siempre	17	31%
A veces	3	6%
Nunca	1	2%
TOTAL	54	100%

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

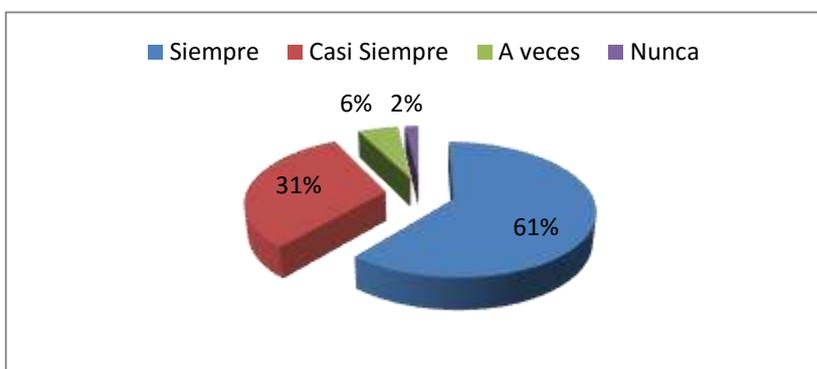


Gráfico 9: Desmotivación

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 33 que representa el 61% respondieron que siempre se aburren cuando leen; 17 que representa 31% respondió que casi siempre; 3 que representa 6% manifiesta que a veces; 1 que representa el 2% respondió que nunca.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de los estudiantes señala que Siempre que realiza alguna lectura se aburre por lo que es necesario que se motive a los estudiantes a leer con frecuencia para que mejore su nivel académico y esto se da por los extensas lecturas que poseen los libros de la asignatura de Lengua y Literatura.

Pregunta N° 10. ¿Qué te gusta leer?

Cuadro 11: Preferencias de lectura

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Cuentos	26	48%
Fábulas	5	9%
Periódico	3	6%
Leyendas	20	37%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

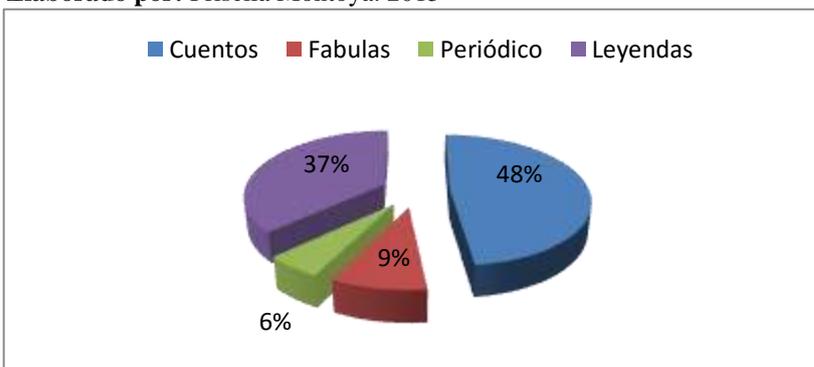


Gráfico 10: Preferencias de lectura

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 26 que representa 48% prefiere leer cuentos; 20 que representa 37% eligió leyendas; 5 que representa el 9% mencionó que fabulas; 3 que representa un 6% manifestaron que les gusta leer periódico.

INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes prefieren lecturas que permitan fortalecer su imaginación por lo tanto se puede decir que el texto de lengua y literatura posee excelentes lecturas para los estudiantes, lo importante es que se logre en cada niño o niña disfrute de la lectura que realiza por lo tanto es necesario fortalecer su concentración.

Pregunta N° 11. Cuando tú lees y te da sueño. ¿Qué haces?

Cuadro 12: Cansancio mental

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Jugar	25	46%
Conversar	12	22%
Ejercicios	7	13%
Otras	10	19%
TOTAL	54	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 11: Preferencias de lectura

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Los estudiantes encuestados que corresponde a 54 que representan el 100%; 25 que representa el 46% menciona que cuando la lectura les produce sueño juegan; 12 que representan el 22% conversan; 7 que representa el 13% realizan ejercicios; 10 que representa el 19% realizan otras actividades.

INTERPRETACIÓN:

La mayoría de estudiantes se cansa con facilidad cuando realizan lecturas extensas y más sino existe un tiempo de descanso o una previa relajación antes de realizar la lectura pertinente. Po tal motivo es necesario que los estudiantes se relajen y además de ello puedan disfrutar de la lectura que realizan.

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS ENCUESTA APLICADA A LOS DOCENTES

Pregunta N° 1. ¿Con que frecuencia los niños leen en su clase?

Cuadro 13: Lecto-escritura

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	5	100%
Casi Siempre	0	0%
A veces	0	0%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 12: Lecto-escritura

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100% manifestaron en su totalidad que sus estudiantes Siempre leen y escriben lo que señala un porcentaje del 100%.

INTERPRETACIÓN:

Los docentes manifiestan que a sus estudiantes leen y escriben con frecuencia en sus clases, por tal motivo no existen inconvenientes en el proceso de lecto escritura.

Pregunta N° 2. ¿Usted antes de iniciar una clase realiza algún ejercicio mental con sus estudiantes?

Cuadro 14: Ejercicios mentales

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	20%
Casi Siempre	1	20%
A veces	3	60%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

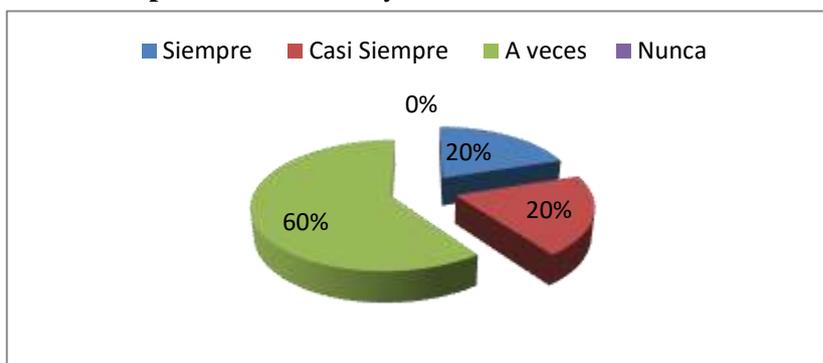


Gráfico 13: Ejercicios mentales

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 3 que representa el 60% mencionaron que a veces realizan ejercicios mentales con sus estudiantes antes de iniciar cualquier clase; 1 que representa el 20%; 1 que representa un 20% manifiesta que casi siempre; 0 que representa 0% contestó que nunca.

INTERPRETACIÓN:

La mayor parte de docentes señalan que realizan ejercicios mentales con sus estudiantes pero que no los realizan con mucha frecuencia debido a que no poseen mucho conocimiento acerca del tema. Por lo tanto es necesario involucrarse mas en los ejercicios de Gimnasia Cerebral para los y las estudiantes.

Pregunta N° 3. ¿Cree usted que el hacer ejercicio mental beneficia el aprendizaje en los estudiantes?

Cuadro 15: Ejercicios que fortalezcan el cerebro

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	4	80%
Casi Siempre	1	20%
A veces	0	0%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

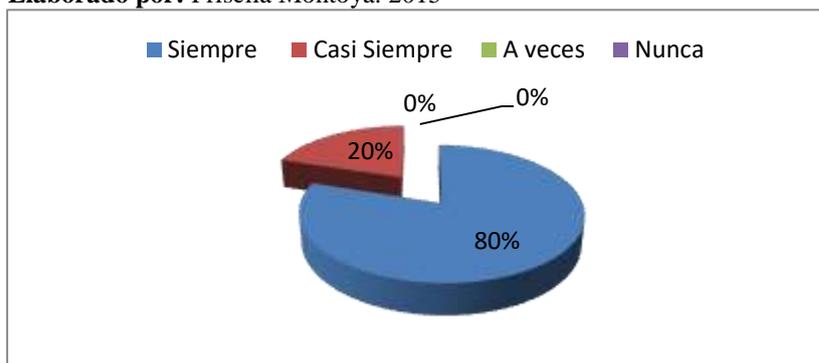


Gráfico 14: Ejercicios que fortalezcan el cerebro

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 4 que corresponde el 80% manifestaron que el hacer ejercicios mentales con sus estudiantes mejora el aprendizaje en ellos; 1 que corresponde el 20% mientras que un 20% considera que casi siempre.

INTERPRETACIÓN:

Para los docentes es beneficioso realizar ejercicios que mejoren la salud mental de los estudiantes además de mantenerlos ocupados y libres de cualquier otra actividad que no beneficie a su aprendizaje y su rendimiento académico.

Pregunta N° 4. ¿Usted utiliza algún tipo de juego mental para fortalecer el aprendizaje en los estudiantes?

Cuadro 16: Juegos didácticos

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	1	20%
Casi Siempre	1	20%
A veces	3	60%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

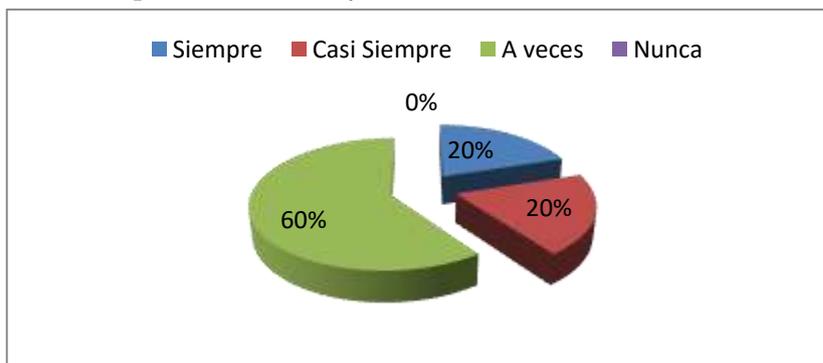


Gráfico 15 : Ejercicios que fortalezcan el cerebro

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 3 que corresponde un 60% señalan que a veces realizan algún tipo de juego mental para fortalecer el aprendizaje en los estudiantes; 1 que corresponde al 20% menciona que siempre; 1 que corresponde al 20% casi siempre; 0 que corresponde al 0% eligió nunca.

INTERPRETACIÓN:

Los docentes manifiestan que los juegos mentales son beneficiosos para el aprendizaje en los estudiantes pero que por falta de tiempo no los pueden emplear constantemente, pero que al realizar este tipo de ejercicios los estudiantes mejoran en su rendimiento y en su atención a la clase que se les presenta.

Pregunta N° 5. ¿Sus estudiantes recuerdan con facilidad lo que usted les enseñó en clases?

Cuadro 17: Memoria

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	60%
Casi Siempre	2	40%
A veces	0	0%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

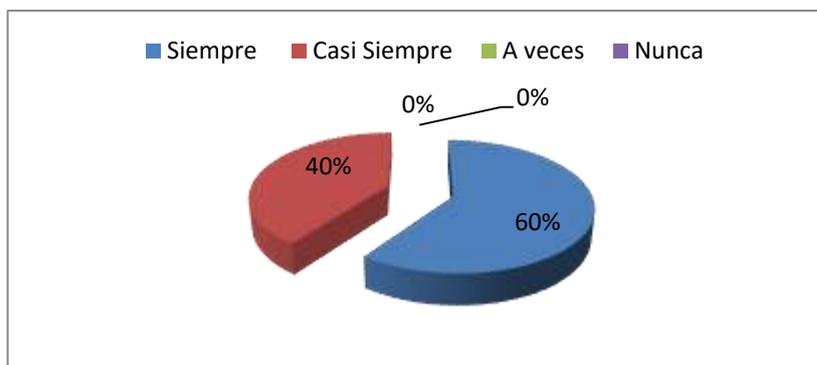


Gráfico 16 : Memoria

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 3 que corresponde el 60% señaló que sus estudiantes siempre recuerdan lo que se les enseña en clases; 2 que corresponde al 40% señala que casi siempre; de las alternativas a veces y nunca se obtuvo 0 respuestas por lo que corresponde a 0%.

INTERPRETACIÓN:

Se puede entender mediante el análisis del presente gráfico que los estudiantes muestran una capacidad de atención muy buena, sin embargo también existen estudiantes que no recuerdan lo que la maestra les enseña y por eso presentan ciertas dificultades en su rendimiento académico.

Pregunta N° 6. ¿Durante las clases sus estudiantes demuestran concentración?

Cuadro 18: Atención

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	60%
Casi Siempre	1	20%
A veces	1	20%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 17: Memoria

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 3 que representa un 60% mencionó que sus estudiantes tienen concentración en sus clases; 1 que corresponde un 20% señala que casi siempre; 1 que corresponde al 20% manifestó que a veces y ningún docente eligió nunca lo que corresponde al 0%.

INTERPRETACIÓN:

Para los docentes sus estudiantes se concentran con facilidad y por eso prestan atención a clases, aunque si existen estudiantes que no logran concentrarse con facilidad y por tal motivo no realizan correctamente las instrucciones que se les da ante un taller o tarea.

PREGUNTA N° 7. ¿Considera usted que la lectura es beneficiosa para el aprendizaje?

Cuadro 19: Educación

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	5	100%
Casi Siempre	0	0%
A veces	0	0%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 18: Educación

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; manifestaron en su totalidad lo que corresponde al 100% que la lectura es beneficiosa para los estudiantes.

INTERPRETACIÓN:

Para los docentes la lectura es la base de todas las demás asignaturas ya que si los estudiantes no aprenden a leer y escribir correctamente presentara dificultades no solo en la asignatura de Lengua y Literatura sino también en las demás. Por lo tanto es necesario que los estudiantes muestren mayor interés por la lectura y escritura.

Pregunta N° 8. ¿Sus estudiantes leen con claridad y fluidez?

Cuadro 20: Aprendizaje

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	3	60%
Casi Siempre	2	40%
A veces	0	0%
Nunca	0	0%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

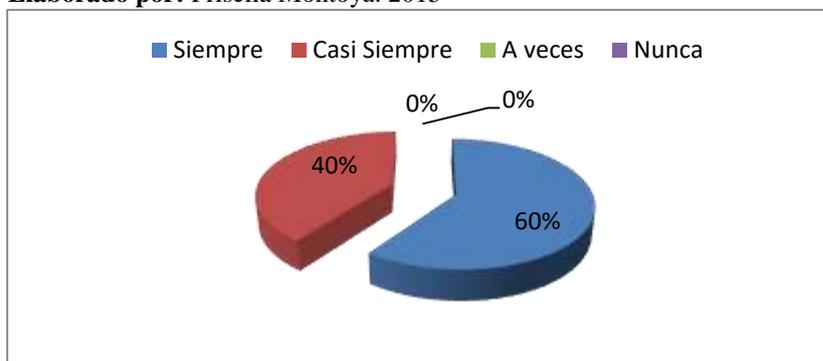


Gráfico 19: Aprendizaje

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; que corresponde al 60% manifestaron que los estudiantes leen con claridad y fluidez; 2 que corresponde al 40% mencionaron que casi siempre.

INTERPRETACIÓN:

Los docentes señalan que los estudiantes en su mayoría leen con claridad y fluidez pero que hay estudiantes que tiene ciertas dificultades por lo que su rendimiento académico baja constantemente. Es necesario que se les realice a los estudiantes ejercicios mentales que les permitan mejorar su lectura y disfrutar de la misma.

Pregunta N° 9. ¿Considera usted que cuando sus estudiantes leen, se cansan con facilidad?

Cuadro 21: Desmotivación

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	0	0%
Casi Siempre	1	20%
A veces	2	40%
Nunca	2	40%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 20: Preferencia de lectura

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 2 que corresponde al 40% señaló que los estudiantes prefieren leer fabulas; 1 que corresponde al 20% leyendas; 1 que corresponde el 20% periódico; 1 que corresponde al 20% cuentos.

INTERPRETACIÓN:

Para los docentes los estudiantes disfrutaban más de la lectura de Fabulas, mientras que porcentajes similares demuestran que les agrada leer Cuentos, Periódicos, Leyendas. De tal manera que a los estudiantes les gusta la lectura que realizan pero cuando la misma es interesante para ellos ya que prestan más atención y concentración.

Pregunta N° 11. Cuando sus estudiantes leen, y la lectura le provoca sueño. ¿Qué actividades realizan sus estudiantes?

Cuadro 22: Cansancio mental

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Jugar	1	20%
Conversar	3	60%
Ejercicios	0	0%
Otras	1	20%
TOTAL	5	100%

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015



Gráfico 21: Cansancio mental

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De los 5 docentes encuestados que representan el 100%; 3 que corresponde al 60% respondieron que los estudiantes se dedican a conversar cuando la lectura les provoca sueño; 1 que corresponde al 20% manifiesta que juegan; 1 que corresponde al 20% otros; ninguno de los docentes encuestados manifestó que realiza ejercicios lo que corresponde al 0%.

INTERPRETACIÓN:

Los docentes manifiestan que los estudiantes realizan estas actividades porque la jornada de trabajo que mantienen es muy cansada y posteriormente cuando se realizan lecturas extensas, es necesario que los estudiantes mantengan su jornada pero que se realicen ejercicios que les permitan mejorar su concentración.

4.3. COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS

El estadígrafo de significación por excelencia es Chi cuadrado que nos permite obtener información con la que aceptamos o rechazamos la hipótesis.

4.3.1 Combinación de frecuencias

Para establecer la correspondencia de las variables se eligió cuatro preguntas de las encuestas, dos por cada variable de estudio lo que permitió efectuar el proceso de combinación.

Pregunta 1

¿Le gustaría que su maestro utilice canciones para enseñarle?

Pregunta 2

¿Al escuchar música te sientes contento?

Pregunta 6

¿Piensas que es bueno aprender cosas nuevas cada día?

Pregunta 7

¿Lo que haces en el aula te ayuda a tener nuevos conocimientos?

4.3.2. Planteamiento de la Hipótesis

H1: “La Gimnasia Cerebral ayuda a la Lecto-Escritura en los niños y niñas de tercer AÑO de Educación General Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama”

Ho: La Gimnasia Cerebral no ayuda a la Lecto-Escritura en los niños y niñas de tercer AÑO de Educación General Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama”

4.3.3. Selección del nivel de significación

Se utilizara el nivel $\alpha = 0,05$

4.3.4. Descripción de la población

Se trabajara con toda la muestra que es de 67 estudiantes del segundo año de educación básica da la escuela Dr. Elías Toro Funes; a quienes se les aplico la encuesta.

4.3.5. Especificación del estadístico.

De acuerdo a la Cuadro de muestra 4 x 3 utilizaremos la fórmula:

$$x = \frac{\sum(O-E)^2}{E} \quad \text{Donde:}$$

X^2 = Chi o Ji cuadrado

\sum = Sumatoria

O= Frecuencia Observadas

E= Frecuencias Esperadas

4.3.6. Especificaciones de las regiones de aceptación y rechazo.

Para decidir sobre regiones primeramente determinamos los AÑOs de libertad conociendo que el cuadro está formado por 4 filas y 2 columnas.

$$gl = (f-1).(c-1)$$

$$gl= (4-1).(3-1)$$

$$gl= 3*2 = 6$$

4.3.7. Recolección de datos y cálculo de los estadísticos.

Cuadro 23: Frecuencia Observada

PREGUNTAS	CATEGORÍAS				SUBTOTAL
	Siempre	Casi Siempre	A Veces	Nunca.	
3.¿Crees que el hacer ejercicios mentales mejora tu aprendizaje?	22	9	20	3	54
4. ¿Tu maestra hace juegos para que aprendas mejor?	21	19	14	0	54
7. ¿Crees que la lectura es importante en tu educación?	29	7	18	0	54
8. ¿Entiendes lo que lees y escribes?	19	25	10	0	54
SUBTOTALES	91	60	62	3	216

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Cuadro 24: Frecuencia Esperada

PREGUNTAS	CATEGORÍAS				SUBTOTAL
	Siempre	Casi Siempre	A Veces	Nunca	
3.¿Crees que el hacer ejercicios mentales mejora tu aprendizaje?	22,75	15,00	15,50	0,75	54
4. ¿Tu maestra hace juegos para que aprendas mejor?	22,75	15,00	15,50	0,75	54
7. ¿Crees que la lectura es importante en tu educación?	22,75	15,00	15,50	0,75	54
8. ¿Entiendes lo que lees y escribes?	22,75	15,00	15,50	0,75	54
SUBTOTALES	91	60,00	62,00	3,00	216

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Cuadro 25: Cálculo de J-Cuadrado

O	E	O - E	(O-E) ²	(O-E) ² / E
22	22,75	-0,75	0,5625	0,025
9	15	-6	36,0000	2,400
20	15,5	4,5	20,2500	1,306
3	0,75	2,25	5,0625	6,750
21	22,75	-1,75	3,0625	0,135
19	15	4	16,0000	1,067
14	15,5	-1,5	2,2500	0,145
0	0,75	-0,75	0,5625	0,750
29	22,75	6,25	39,0625	1,717
7	15	-8	64,0000	4,267
18	15,5	2,5	6,2500	0,403
0	0,75	-0,75	0,5625	0,750
19	22,75	-3,75	14,0625	0,618
25	15	10	100,0000	6,667
10	15,5	-5,5	30,2500	1,952
0	0,75	-0,75	0,5625	0,750
216	216			29,701

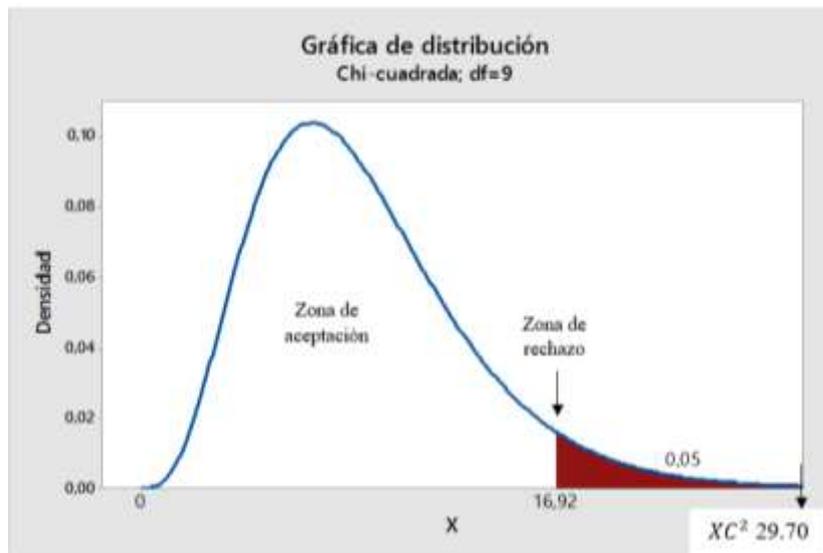
Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

Entonces con 9 gl y un nivel de 0.05 tenemos en la Cuadro de χ^2 el valor de 16.92 por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todo valor de ji cuadrado que se

encuentra hasta el valor 16.92 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 16.92.

Grafico 23: Campana de Gauss



Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

4.3.8 Decisión Final.

Con 9 AÑOs de libertad y un nivel de significación de 0.05 % se obtiene el valor de chi cuadrado tabular de 16.92, mientras que el valor de chi cuadrado calculado es de 29.70, que es superior a chi cuadrado tabular, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna que dice: “La gimnasia cerebral incide en la lecto-escritura en los niños y niñas de tercer AÑO de Educación General Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama”

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

1. La gimnasia cerebral es una técnica que permite que los hemisferios cerebrales se conecten entre sí, mediante una serie de ejercicios fáciles de hacer, logrando que el cerebro se mantenga activo, equilibrar tensiones, desarrollar la creatividad, mejorar las conexiones neuronales y mejorar el aprendizaje. Además logra que nuestro cuerpo se comunique con nuestra mente, mejorando nuestras habilidades.
2. Los estudiantes presentan un nivel de lectura bajo debido a que la monotonía que el docente práctica al impartir sus clases, esto hace que los estudiantes pierdan el interés por la lectura, además de que lo vea como una actividad obligatoria. La lectura debe ser disfrutada y permitiendo que se enriquezca el léxico de las personas, por tal motivo es necesario que se realice una motivación previa.
3. Para fortalecer el proceso de lecto-escritura es necesario que los docentes realicen ejercicios que permitan liberar tensiones a los estudiantes y al mismo tiempo que beneficiaran a su aprendizaje. Para lo cual se presenta un manual práctico de ejercicios, el mismo que contiene ejercicios que logran que los estudiantes mejoren su capacidad de retener información, atención, comunicación, motricidad óculo manual disfrutando así de las actividades que se presentan.

5.2 RECOMENDACIONES

1. Es necesario realizar una capacitación a los docentes enfatizando la importancia de la gimnasia cerebral y como la misma ayuda en el aprendizaje diario de los estudiantes, permitiéndoles mejorar sus habilidades y destrezas.
2. Desarrollar ejercicios de Gimnasia Cerebral en los niños y niñas de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama” con el fin de que el estudiantado mejore su atención y concentración en clases, permitiendo una mejor retención de información y para los docentes un mejor manejo de aula.
3. Una vez descubierta la influencia positiva de la Gimnasia Cerebral sobre la creatividad se puede presenciar la necesidad de contar con guía didáctica con ejercicios de Gimnasia Cerebral que ayude y apoye al aprendizaje significativo permitiendo de esta manera mejorar los la lecto-escritura en los estudiantes de tercer aAÑO de educación general básica.

CAPITULO VI

PROPUESTA

Tema: Manual Didáctico para la aplicación de ejercicios de gimnasia cerebral en los niños y niñas de tercer AÑO de Educación General Básica de la Unidad Educativa Joaquín Lalama

6.1 Datos informativos

Título

Manual didáctico para la aplicación de Ejercicios de Gimnasia Cerebral que fortalezcan la lecto-escritura.

Institución ejecutora: Universidad Técnica de Ambato

Beneficiarios: Estudiantes y docentes de la Unidad Educativa Joaquín Lalama

Ubicación: Av 12 de noviembre sector Ingahurco.

Tiempo estimado para la ejecución: 6 meses

Inicio: Noviembre 2015 **Fin:** Abril 2016

Equipo técnico responsable: Autoridades del plantel, Departamento del Dece

Costo: \$350

6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA.

La propuesta pretende dar solución al problema planteado mediante la implementaciones de estrategias que beneficien el aprendizaje de los niños y niñas en a lecto-escritura, permitiéndoles desarrollar sus habilidades y equilibrando diversas dificultades que se pueden evidenciar en el transcurso del tiempo. Los ejercicios que se plantean en el siguiente manual pretenden desarrollar las

habilidades de ambos hemisferios cerebrales permitiendo una mejora en el aprendizaje de los estudiantes.

En la Unidad Educativa Joaquín Lalama no se ha realizado ningún estudio relacionado con el que tema, por lo que se considera necesario dar solución a la problemática planteada con el fin de que se dé una educación de calidad para todos los estudiantes, implementando estrategias novedosas dentro de su aprendizaje.

La implementación de ejercicios que permitan mejorar el aprendizaje de los niños y niñas permite que los docente se interesen más por ellos, debido a que es un tema no muy conocido pero que ha traído mejora en el desenvolvimiento personal y académico de quienes lo practican a diario. Por tal motivo, se evidenciará un cambio significativo en el aprendizaje de los y las estudiantes.

Mente y cuerpo lo que permite pone en manifiesto la inexistente aplicación de ejercicios gimnasia cerebral en el estudiantado.

La motivación que los estudiantes deben tener ante una clase nueva es comprobada pero en un porcentaje muy bajo, lo que también permite evidenciar la falta de conocimiento en la ingesta de agua y los beneficios de la misma.

Los estudiantes conforme avanza la jornada educativa pierden energía se sienten agotados y desmotivados; eso se debe a la monotonía que se presenta en clases y que los estudiantes evidencian día a día.

6.3 JUSTIFICACIÓN

La propuesta planteada en el trabajo de investigación es elaborar un manual didáctico que contenga ejercicios de gimnasia cerebral que permitan mejorar el proceso de lecto-escritura en los niños de tercer AÑO de la Unidad Educativa Joaquín Lalama. Esta guía será un apoyo para los docentes en el momento que se presenten ciertas dificultades en Lengua y literatura, permitiendo que todos los estudiantes mejoren su rendimiento académico debido a que el cerebro se mantiene alerta y recepta la información que está en el medio en el cual nos desenvolvemos.

Es **interesante** porque los ejercicios se pueden ejecutar con niños y hasta con personas mayores, permitiendo que las neuronas de nuestro cerebro se activen ante los estímulos y permita emitir respuestas inmediatas y favorables en el aprendizaje.

Es **importante** debido a que si se mantiene una ejecución constante los resultados serán notorios en los niños, además de mejorar el desempeño académico, los estudiantes presentarán mayor interés al momento de realizar un ejercicio nuevo.

La presente propuesta es **factible** porque existe un problema que debe ser solventado satisfactoriamente y se cuenta con el apoyo de toda la comunidad educativa, con recursos humanos y materiales.

Es **novedoso** porque existe un problema que debe ser solventado satisfactoriamente y se cuenta con el apoyo de toda la comunidad educativa, con recursos humanos y materiales.

Los **beneficiarios** directos de esta propuesta son estudiantes, docentes, padres de familia y comunidad ya que con estas mejoras se incentiva, mejora la calidad y calidez de la educación.

6.4 OBJETIVOS.

6.4.1 Objetivo General:

Diseñar un manual didáctico de ejercicios de gimnasia cerebral para mejorar la lecto-escritura en los niños y niñas de tercer AÑO de educación general básica de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

6.4.2 Objetivos Específicos:

- Seleccionar los ejercicios de gimnasia cerebral.
- Elaborar el manual didáctico con los ejercicios de gimnasia cerebral para los niños y niñas de tercer AÑO de educación general básica.
- Socializar el manejo adecuado del manual didáctico con los docentes.

6.5. Análisis de la factibilidad.

La propuesta es factible de realizarse porque tanto las autoridades, personal docente, padres de familia, niños y niñas del tercer AÑO de Educación General Básica consideran que la gimnasia cerebral puede ser implementada en el aprendizaje de los estudiantes para que una mejora en el rendimiento académico en cada uno de ellos.

El proyecto se ha dado a conocer a las autoridades del plantel quienes están comprometidos con las políticas de la institución permiten que se realice ejecución de la propuesta, por lo que se ha solicitado la autorización y aprobación previa.

El manual didáctico para los docentes de la institución permite entender de mejor manera la importancia de la implementación de la gimnasia cerebral en el aula. El mismo manual se realizó con el fin de fortalecer la lecto-escritura en los niños y niñas obteniendo así mejores resultados en su conducta y desempeño académico.

6.6. Fundamentación científica.

(Acosta, s.f., pág. 5)

Un manual es una publicación que incluye los aspectos fundamentales de una materia. Se trata de una guía que ayuda a entender el funcionamiento de algo, o bien que educa a sus lectores acerca de un tema de forma ordenada y concisa.

Manual a toda guía de instrucciones que sirve para el uso de un dispositivo, la corrección de problemas o el establecimiento de procedimientos de trabajo. Los manuales son de enorme relevancia a la hora de transmitir información que sirva a las personas a desenvolverse en una situación determinada.

Por lo que se pueden mencionar que un manual es un texto utilizado como medio para coordinar, registrar datos e información en forma sistémica y organizada. También es el conjunto de orientaciones o instrucciones con el fin de guiar o mejorar la eficacia de las tareas a realizar.

Pueden distinguirse los manuales de:

Organización: este tipo de manual resume el manejo de una empresa en forma general. Indican la estructura, las funciones y roles que se cumplen en cada área.

Departamental: dichos manuales, en cierta forma, legislan el modo en que deben ser llevadas a cabo las actividades realizadas por el personal. Las normas están dirigidas al personal en forma diferencial según el departamento al que se pertenece y el rol que cumple

Política: sin ser formalmente reglas en este manual se determinan y regulan la actuación y dirección de una empresa en particular.

Procedimientos: este manual determina cada uno de los pasos que deben realizarse para emprender alguna actividad de manera correcta.

Técnicas: estos manuales explican minuciosamente como deben realizarse tareas particulares, tal como lo indica su nombre, da cuenta de las técnicas.

Bienvenida: su función es introducir brevemente la historia de la empresa, desde su origen, hasta la actualidad. Incluyen sus objetivos y la visión particular de la

empresa. Es costumbre adjuntar en estos manuales un duplicado del reglamento interno para poder acceder a los derechos y obligaciones en el ámbito laboral.

Puesto: Determinan específicamente cuales son las características y responsabilidades a las que se acceden en un puesto preciso.

Manual didáctico:

Es el producto editorial creado específicamente para la enseñanza en el salón de clases. Presentan una progresión sistemática correcta del orden del aprendizaje.

Cracterísticas:

- a) Intencionalidad, por parte del autor (o editor) de ser expresamente destinado al uso escolar.
- b) Sistematicidad, en la exposición de los contenidos.
- c) Secuencialidad, es decir, una ordenación temporal que organiza los contenidos desde los más simples a los más complejos.
- d) Adecuación para el trabajo pedagógico, ajustando el nivel de complejidad de los contenidos a un determinado nivel de maduración intelectual y emocional de los educandos.
- e) Estilo textual expositivo, es decir, un estilo literario y un uso de los recursos lingüísticos en los que predominan formas expositivas, declarativas y explicativas (aunque cambiantes a través del tiempo, desde la primacía de la forma catequística al uso de la argumentación razonada);
- f) Combinación de texto e ilustraciones, en relación variable según las épocas, desde el predominio casi total del texto hasta la preponderancia de las imágenes en la actualidad.
- g) Presencia de recursos didácticos manifiestos, como resúmenes, cuadros, ejercicios y tareas para los alumnos, ampliación de lecturas, etc., sobre todo en los manuales de las últimas décadas.
- h) Reglamentación, de los contenidos, de su extensión, y del tratamiento de los mismos, que debe ajustarse a unos enunciados curriculares y a un plan de estudios establecidos.

- i) Intervención estatal administrativa y política, a través de la reglamentación jurídica (que selecciona, jerarquiza o excluye saberes y valores), y/o de la autorización expresa o implícita, anterior o posterior, a la publicación de la obra.

6.7 Modelo Operativo

Plan de acción

Cuadro 26: Modelo Operativo

Fases	Metas	Actividades	Recursos	Tiempo	Responsable	Resultado
Sensibilizar	Sensibilizar a los docentes sobre la importancia de la gimnasia cerebral en la lecto escritura.	-Socialización en consenso con los docentes sobre los ejercicios de gimnasia cerebral los mismos que se puedan utilizar en el aprendizaje.	Humano Materiales Institucionales Económicos	3 días	Autoridades Docentes Investigador	Docentes con conocimientos en ejercicios mentales y como los mismos para mejorar el aprendizaje de los estudiantes.
Planificar	Organizar y comentar con los docentes sobre la importancia de los ejercicios mentales y la correcta utilización del manual de gimnasia cerebral para mejorar la lecto-escritura en los estudiantes.	Conversar con los docentes y manejar el manual para saber cómo ocuparlo en el salón de clases, evitando posibles errores.	Talento Humano Materiales Institucionales Manual	1 semana	Autoridades Docentes Investigador	Personal docente predispuesto a conocer a fondo la utilización del manual de ejercicios de gimnasia cerebral.
Ejecución	Aplicar el manual de ejercicios de gimnasia cerebral en el proceso de lecto-escritura en los y las estudiantes	Aplicar en el aula varios ejercicios que permitan que el aprendizaje de los estudiantes mejore.	Manual de ejercicios de gimnasia cerebral	3 horas	Docentes Investigador	Docentes utilizan el manual de ejercicios de gimnasia cerebral.
Evaluación	Evaluar los resultados que se obtuvo al aplicar el manual de ejercicios de gimnasia cerebral para mejorar la lectoescritura en los estudiantes.	Verificar los resultados obtenidos a través de un cuestionario después de realizada la clase. Realizar una entrevista a los docentes.	-Copias -Material de oficina	1 semana	Investigadora Docentes Directora	Docentes cambian la forma tradicional de enseñar.

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

6.8. Administración de la Propuesta

La administración del manual de ejercicios de gimnasia cerebral orientados a los docentes para mejorar la lectura y escritura de las y los estudiantes de tercer AÑO de educación general básica de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama” estará bajo la responsabilidad de la investigadora, de todos los docentes de tercer AÑO y sobre todo de las autoridades de la Institución.

6.9. Previsión de la Evaluación

La evaluación de la propuesta será flexible, permanente, participativa y se realizará mediante observación directa y encuestas de opinión.

Los resultados se socializarán para determinar la veracidad y la correcta aplicación de pertinencia de la aplicación del manual de ejercicios de gimnasia cerebral orientados a los docentes para mejorar la lectura y escritura de las y los estudiantes de tercer AÑO de educación general básica de la Unidad Educativa “Joaquín Lalama”.

Para la evaluación de la propuesta se responderá a las siguientes interrogantes:

Cuadro 27: Previsión de la Evaluación

Preguntas básicas	Explicación
1.-¿Qué evaluar?	1.- El nivel alcanzado de Aprendizaje de los estudiantes utilizando el manual de ejercicios de gimnasia cerebral
2.- ¿Por qué evaluar?	2.-Para determinar el AÑO de eficacia de la propuesta.
3.- ¿Para qué evaluar?	3.-Para poder realizar actividades de mejoramiento.
4.- ¿Con que Criterios?	4.- Coherencia, Efectividad, eficacia y eficiencia.
5.- Indicadores	5.-Cuantitativos y Cualitativos
6.- ¿Quién evalúa?	6.-Investigadora
7.- ¿Cuándo evaluar?	7.-Luego de la aplicación de cada ejercicio que se realice.
8.- ¿Cómo evaluar?	8.-Observación directa
9.-¿Fuentes de Información?	9.-Autoridades, Docentes, Estudiantes
10.- ¿Con qué evaluar?	10.-Cuestionario estructurado.

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

UNIDAD EDUCATIVA “JOAQUÍN LALAMA”

**MANUAL DIDÁCTICO PARA LA APLICACIÓN DE
EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL.**



*AUTORA: Priscila Montoya
2015*

PRESENTACIÓN

El presente manual didáctico es una herramienta pedagógica que contiene una serie de ejercicios que se podrán desarrollar de una manera fácil y práctica con el fin de mejorar el aprendizaje de los estudiantes, su concentración, atención, etc.

El niño debe ser capaz de generar su propio conocimiento además de solucionar problemas que se le presenten en la vida diaria, pero todo esto se puede conseguir con un aprendizaje significativo.

En la actualidad el proceso de lectura y escritura se torna cada vez más complejo debido a la serie de demandas que se presentan a los docentes a fin de que la calidad de educación mejore. El proceso de lecto escritura permite que el estudiantado pueda desenvolverse en otras asignaturas, por lo que es evidente perfeccionarlo a fin de evitar posibles falencias en el niño o niña.

El maestro debe ser un ente motivador que transmita su amor hacia la lectura y escritura, con el fin de que sus estudiantes sientan placer al comenzar con este proceso y evidentemente perfeccionarlo a medida que pasa el tiempo.

Por lo tanto este manual didáctico permite que los estudiantes aprendan de una manera divertida, tomando en cuenta una serie de ejercicios que permitan mejorar su lectura y escritura mejorando así su aprendizaje.

INTRODUCCIÓN

La “gimnasia cerebral” es una técnica que propone generar nuevas conexiones neuronales para lograr el equilibrio y mejorar el aprendizaje. Denominada “brain gym” o “gimnasia cerebral”, busca detectar y equilibrar las tensiones que se acumulan a lo largo de la vida en el área de aprendizaje y también en el desarrollo de la creatividad y el logro de metas.

Se trata de un conjunto de ejercicios que se pueden practicar en cualquier lugar y momento, una rutina que permite integrar distintas partes del cerebro para resolver problemas como la dislexia, la hiperactividad, el déficit de atención y mejorar habilidades como la concentración, la organización, la lectura o la escritura, entre otras.

La clave de la gimnasia cerebral es la integración de los hemisferios cerebrales ya que, generalmente, los bloqueos de aprendizaje se deben a que la persona está trabajando con un solo hemisferio y por eso no se puede procesar la información, el cerebro actúa unilateralmente y recibe datos pero no los integra

Para esto, es necesario hacer una serie de ejercicios que permiten lograr el equilibrio. Al caminar nos equilibramos alternando el pie izquierdo con el derecho, lo que supone una conexión de movimientos opuestos, izquierda y derecha, atrás y adelante, superior e inferior, lo que fomenta un estado integral en el cerebro.

GATEO CRUZADO

Objetivo:

Estimular los dos hemisferios del cerebro con el fin de mejorar el aprendizaje INTEAÑO y la recepción de la información.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Los movimientos del “gateo cruzado” deben efectuarse como en cámara lenta.
2. En posición de firme toca con el codo derecho (doblado tu brazo) la rodilla izquierda (levantando y doblando tu pierna).
3. Regresa a la postura inicial.
4. Con el codo izquierdo toca la rodilla derecha lentamente.
5. Regresa a la posición inicial.
6. Usa: “Música Barroca Aprender Mejor” (de 60 tiempos).

Resultados:

- Ambos hemisferios cerebrales se activan y comunican.
- Facilita el balance de la activación nerviosa.
- Se forma más redes nerviosas.
- Prepara el cerebro para un mayor nivel de razonamiento.

Imagen 1: Gateo Cruzado



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 28:** Coordinación viso-motora

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Coordinación viso-motora		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante posee una buena coordinación			
Acata órdenes sin dificultad.			
Define su lateralidad.			
Disfruta del ejercicio que realiza.			
Posee una coordinación viso-motora excelente.			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

TENSAR Y DISTENSAR

Objetivo:

Lograr una mejor concentración en los niños y niñas mediante una serie de movimientos que provocan una alerta en todo el sistema nervioso.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Silla
- Grabadora
- CD de canciones

Pasos:

1. Practica este ejercicio de preferencia en una silla, en una postura cómoda, con la columna recta y sin cruzar las piernas.
2. Tensa los músculos de los pies, junta los talones, luego las pantorrillas, las rodillas, tensa la parte superior de las piernas.
3. Tensa los glúteos, el estómago, el pecho, los hombros.
4. Aprieta los puños, tensa tus manos, tus brazos, crúzalos.
5. Tensa los músculos del cuello, aprieta tus mandíbulas, tensa el rostro, cerrando tus ojos, frunciendo tu ceño, hasta el cuero cabelludo.
6. Una vez que esté todo tu cuerpo en tensión, toma aire, reténlo diez segundos y mientras cuentas tensa hasta el máximo todo el cuerpo.
7. Después de diez segundos exhala el aire aflojando totalmente el cuerpo.
8. Usa como fondo musical: "Mozart para Aprender Mejor" (Selección: Música para Estimular la Inteligencia)

Resultados:

- Activación de los dos hemisferios cerebrales
- Prepara el cerebro para mayor nivel de razonamiento
- Mayor concentración.
- Adecuado manejo del estrés

Imagen 2: Tensar y distensar



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 29:** Concentración

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Concentración		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración.			
Acata órdenes sin dificultad.			
Realiza el ejercicio con entusiasmo.			
Existe relajación después de realizar el ejercicio.			
Disfruta de la música de fondo.			
Mejora su nivel de aprendizaje.			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

OCHITOS ACOSTADITOS

Objetivo:

Mejorar la coordinación óculo-manual estableciendo la integración colateral del pensamiento.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Hoja de Papel
- Lápiz
- Cinta adhesiva
- Grabadora
- Cd con canciones

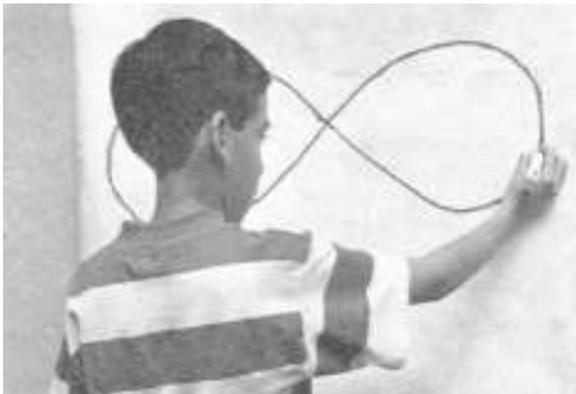
Pasos:

1. Utiliza una hoja grande de papel y un lápiz; pega la hoja en la pared al nivel de tus ojos.
2. Dibuja un ocho acostado (∞) empezando por el centro (donde se cruzan las líneas) y de ahí hacia arriba a la derecha.
3. Cada vez que muevas tu mano el ojo debe seguir ese movimiento; si tu ojo tiende a ir más rápido que tu mano, aumenta la velocidad de está; lo importante es que tu ojo siga a tu mano y no la pierda de vista.
4. Repite tres veces esta movimiento sobre el mismo ocho que dibujase inicialmente.
5. Usando tu ocho inicial cambia a la dirección contraria (abajo a la izquierda).
6. Repite tres veces este movimiento.
7. Usa: “Música para Aprender Mejor” (Selección: Música para Revitalizar el Cerebro)

Resultados:

- Mejora la comunicación escrita.
- Establece el ritmo y fluidez necesarios para una buena coordinación mano/ojo.
- Estimula los músculos más largos de los ojos y la alerta táctil.
- Relaja los músculos de manos, brazos y hombros, y facilita el proceso de visión. Ayuda a la integración colateral del pensamiento (conexión de ambos hemisferios cerebrales).
- Favorece el que las ideas fluyan fácilmente.

Imagen 3: Ochitos acostaditos



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 30:** Comunicación escrita

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura Tercer año. Actividad a evaluar: Comunicación escrita Lista de cotejo		Fecha:	
		Docente:	
		Paralelo:	
		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante tiene concentración			
Acata órdenes con facilidad.			
Tiene una buena coordinación ojo/mano.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Define bien su lateralidad			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

OCHITOS CON EL DEDO

Objetivo:

Mejorar la coordinación óculo-manual mediante la activación muscular para el desarrollo de redes neuronales y la mielinización del área frontal del ojo.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Grabadora
- Cd con canciones

Pasos:

1. Utiliza el dedo pulgar derecho (o izquierdo) con el brazo ligeramente estirado.
2. Mantén la cabeza sin movimiento y mueve sólo los ojos.
3. Sigue con tus ojos tu dedo pulgar mientras dibujas un ocho acostado (∞); empieza hacia arriba a la derecha.
4. El centro del ocho (∞) debe quedar frente a tu rostro.
5. Repite el ejercicio tres veces.
6. Ahora haz el ocho hacia el lado izquierdo y repítelo tres veces.
7. Cambia de brazo y repite el ejercicio exactamente igual.
8. Usa: “Música para Aprender Mejor” (Selección: Música para Revitalizar el Cerebro)

Resultados:

- Mejora la coordinación mano/ojo.
- Logra una máxima activación muscular.
- Fortalece los músculos externos de los ojos.
- Asiste al desarrollo de redes neuronales y a la mielinización del área frontal del ojo.
- Provoca que el ojo tenga un fino rastreo motor de las imágenes.
- Dispone los patrones para una alineación de la coordinación ojo/mano.
- Si acaso llegan a doler los ojos es como si hubieras hecho muchas sentadillas con ellos y los músculos que los sostienen estuvieran un poco débiles aun.
- Maneja el estrés después de haber realizado una tarea o estudio pesado.

Imagen 4: Ochitos con el dedo



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 31:** Activación Muscular

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Activación Muscular		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración			
Tiene una buena coordinación mano/ojo			
Rastrea imágenes con facilidad			
Tiene cansancio en los ojos			
Disfruta del ejercicio que realiza			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

EJERCICIO DE ATENCIÓN **“A, B, C”**

Objetivo:

Lograr la integración entre consciente y el inconsciente manteniendo la concentración e integrando los dos hemisferios cerebrales.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Hoja de papel
- Lápiz
- Cinta adhesiva
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Dibuja un abecedario en mayúsculas y pega tu hoja a nivel de tus ojos.
2. Debajo de cada letra coloca las letras: “d, i, j”, al azar, que quieren decir: d=derecho; brazo derecho; i=izquierdo; brazo izquierdo, y j=juntos, ambos brazos juntos.
3. Escribe estas tres letras en minúsculas cuidando que no esté debajo de la “D” la “d” minúscula, de la “I” la “i” minúscula y de la “J” la “j” minúscula.
4. Pega tu hoja en una pared, exactamente al nivel de tu vista.
5. Mientras lees en voz alta la letra, “A” te fijas que debajo hay una “d”; entonces sube tu brazo derecho frente a ti y bájalo; si hay una “i” sube tu brazo izquierdo frente a ti y bájalo, y si hay una “j” sube ambos brazos y bájalos; así llegarás a la “Z”.

6. Cuando hayas llegado a la “Z”, a buen ritmo, empieza de nuevo el ejercicio, ahora desde la “Z” hasta la “A”.

7. Si en el trayecto de la “A” a la “Z” te equivocas, sacúdete y vuelve a empezar, escogiendo tu propio ritmo hasta que llegues a la “Z”.

8. Usa: “Música Barroca Para Aprender Mejor” (de 80 tiempos)

Imagen 5: A,B,C

**EJERCICIO DE ATENCIÓN 1 ;
“ A, B, C”**

A	B	C	D	E	F	G
d	i	j	i	d	d	j
H	I	J	K	L	M	N
i	d	i	j	i	j	d
Ñ	O	P	Q	R	S	T
j	d	i	d	i	j	i
U	V	W	X	Y	Z	
d	i	j	d	d	i	

Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Resultados:

- Logra la integración entre el consciente y el inconsciente.
- Permite una múltiple atención entre el movimiento, la visión y la audición.
- Favorece el que, a través del ritmo, la persona se concentre.
- Ayuda a mantener un estado de alerta en el cerebro.
- Integra ambos hemisferios cerebrales.
- Se recomienda antes de iniciar un aprendizaje difícil o la resolución de un problema; así se preparará el sistema nervioso para cualquier eventualidad.

Evaluación:

Cuadro 32: Atención

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Atención		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
Identifica letras mayúsculas y minúsculas			
Posee un alto nivel concentración			
Coordina movimiento, visión y audición			
El estudiante está alerta ante cualquier cambio de indicaciones.			
Disfruta del ejercicio que realiza.			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

EL PETER PAN

Objetivo:

Mejorar la audición y memoria.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Toma ambas orejas por las puntas.
2. Tira hacia arriba y un poco hacia atrás.
3. Mantenlas así por espacio de veinte segundos.
4. Descansa brevemente.
5. Repite el ejercicio tres veces.
6. Usa como fondo musical “Cantos Gregorianos”.

Resultados:

- Despierta todo el mecanismo de la audición.
- Asiste a la memoria.
- Enlaza el lóbulo temporal del cerebro (por donde escuchamos) y el sistema límbico (donde se encuentra la memoria).

- Si necesitas recordar algo, haz este ejercicio y notarás el resultado: en algunas personas es inmediato, en otras saltará la información a la mente en cuestión de segundos.

Imagen 6: Peter pan



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 33:** Memoria

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Memoria		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante escucha indicaciones sin dificultad.			
Acata órdenes con facilidad.			
Recuerda las indicaciones que la maestra dio			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Se mantiene activo al realizar el ejercicio.			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

CUATRO EJERCICIOS PARA LOS OJOS

Objetivo:

Conectar el cerebro integralmente mejorando la visibilidad.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Ejecuta en orden los movimientos de los ojos.
2. Repite cada movimiento tres veces.
3. Debes terminar cada movimiento donde se inicia.
4. Usa como fondo musical: “Mozart para Aprender Mejor” (Selección: Música para Estimular la Creatividad)
5. Efectúa estos ejercicios como si tú estuvieras detrás de las flechas.

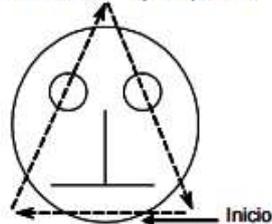
Ojo derecho Ojo izquierdo



MOVIMIENTO 1

Mueve los ojos en círculos por la derecha hacia arriba y a la izquierda, como marca la flecha (3 veces).

Ojo derecho Ojo izquierdo



MOVIMIENTO 2

Mueve los ojos formando un triángulo; pon atención en dónde inicia el movimiento (3 veces)

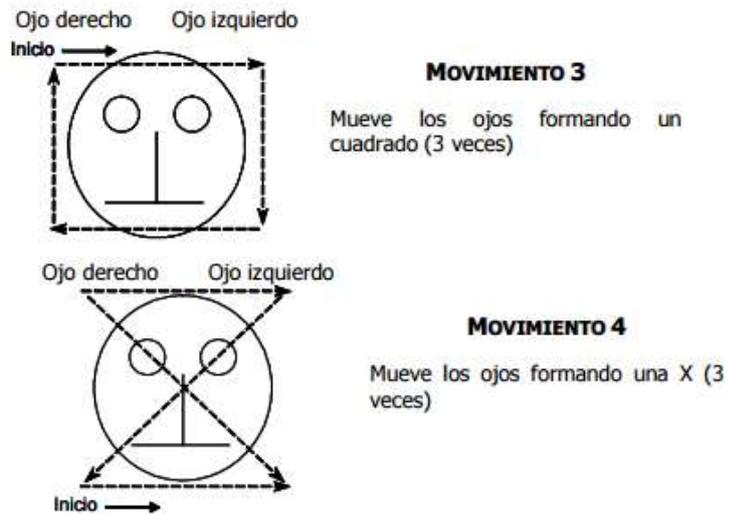


Imagen 7: Ejercicios para los ojos

Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Resultados:

- Ayuda a la visualización.
- Conecta el cerebro integralmente.
- Enriquece las representaciones cerebrales.
- Activa las terminaciones neuronales y alerta al sistema nervioso.
- Estimula la creatividad.

Evaluación:**Cuadro 34:** Coordinación Visual

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Coordinación Visual		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración			
Realiza el ejercicio con facilidad.			
El estudiante solo mueve los ojos y no la cabeza.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Posee una coordinación visual excelente.			
Existe cansancio al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

NUDOS

Objetivo:

Activar conscientemente la corteza tanto sensorial como motora de cada hemisferio cerebral para lograr una mejor concentración.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Cruza tus pies, en equilibrio.
2. Estira tus brazos hacia el frente, separados uno del otro.
3. Coloca las palma de tus manos hacia afuera y los pulgares apuntando hacia abajo.
4. Entrelaza tus manos llevándolas hacia tu pecho y pon tus hombros hacia abajo.
5. Mientras mantienes esta posición apoya tu lengua arriba en la zona media de tu paladar. 6. Usa como fondo musical algún tema de: “Naturaleza Musical”

Resultados:

- Efecto integrativo en el cerebro.
- Activa conscientemente la corteza tanto sensorial como motora de cada hemisferio cerebral. Apoyar la lengua en el paladar provoca que el cerebro esté atento.
- Conecta las emociones en el sistema límbico cerebral.
- Da una perspectiva integrativa para aprender y responder más efectivamente.

- Disminuye niveles de estrés re-focalizando los aprendizajes

Imagen 8: Nudos



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:

Cuadro 35: Capacidad de atención

"UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA"			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura Tercer año. Actividad a evaluar: Capacidad de atención Lista de cotejo		Fecha: Docente: Paralelo: Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta un buen equilibrio.			
Realiza el ejercicio con facilidad.			
El estudiante ejecuta los movimientos correctamente.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
El estudiante se relaja con la música que escucha durante el ejercicio.			
Existe cansancio al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa "Joaquín Lalama"**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

EL PINOCHO

Objetivo:

Mejorar la memoria y concentración

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Recurso Humano

Pasos:

1. Inhala aire por la nariz y frótala rápidamente diez veces.
2. Exhala ya sin frotarla.
3. Repite el ejercicio cinco veces más.
4. Cada vez que lo hagas nota si el aire que tomas entra por ambas fosas nasales.

Resultados:

- Activa e incrementa la memoria.
- Integra ambos hemisferios cerebrales.
- Centra la atención cerebral.
- Ayuda a la concentración.

Imagen 9: Pinocho



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:

Cuadro 36: Relajación

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Relajación		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración			
Mejora su nivel de estrés.			
Recuerda indicaciones que dio la maestra.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Se cansa con facilidad.			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ALÁ ALÁ

Objetivo:

Fortalecer el descanso mental después de una extensa lectura o una rutina muy larga de trabajo.

Recursos:

- Agua
- Vaso
- Mesa
- Grabadora
- Cd de canciones

Pasos:

1. Coloca ambas manos y antebrazos sobre una mesa de trabajo.
2. Baja tu barbilla hacia el pecho y suelta tu cabeza.
3. Siente cómo se estiran los músculos de la espalda, cuello y hombros.
4. Inspira profundamente y en ese momento curva tu espalda, alzando un poco la cabeza.
5. Exhala y vuelve a bajar la barbilla a tu pecho.
6. Haz este ejercicio varias veces durante diez o quince minutos.
7. Los niños necesitan de cinco a diez minutos.
8. Usa como fondo musical: “Mozart para Aprender Mejor” (Selección: Música para Estimular la Creatividad)

Resultados:

- Permite una mayor entrada de oxígeno al cerebro.
- Relaja el cuello y los músculos de los hombros.
- Estimula la presencia de fluido cerebroespinal alrededor del sistema nervioso central. Despierta el sistema nervioso.
- A quienes usan la computadora durante mucho tiempo, realizan lecturas pesadas o están permanentemente en trabajos que requieren muchas horas de atención, este ejercicio los hará sentirse activados, energizados y listos para organizar otra vez sus ideas.

Imagen 10: Alá Alá



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:**Cuadro 37:** Activación Muscular

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Activación Muscular		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración			
Acata órdenes con facilidad.			
Mejora su nivel de estrés.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Posee mayor energía después de realizar el ejercicio.			
Existe relajación al realizar el ejercicio			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”**Elaborado por:** Priscila Montoya. 2015

EL ELEFANTE

Objetivo:

Mejorar la coordinación óculo-manual mediante una activación muscular eficiente.

Recursos:

- Agua
- Vaso

Pasos

(Debe estar de pie)

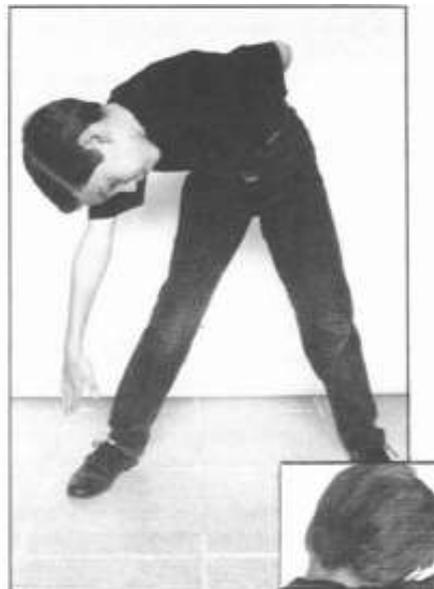
1. Recargar el oído derecho sobre el hombro derecho y dejar caer el brazo.
2. Mantén la cabeza apoyada en el hombro.
3. Extiende bien tu brazo como si fueras a recoger algo del suelo.
4. Relaja tus rodillas.
5. Dibuja con tu brazo y con tu cabeza tres ochos acostados (∞) en el suelo empezando por la derecha.
6. Permite que tus ojos sigan el movimiento de tus brazos y que el centro de la X de tu ocho quede frente a ti.
7. Si tu ojo va más rápido que la velocidad de tu brazo disminuye la velocidad de tu ojo. Repite el ejercicio en dirección contraria tres veces.
8. Cambia de posición, ahora con el brazo izquierdo apoyando tu cabeza en el hombro izquierdo.
9. Dibuja tres ochos acostados a la derecha y luego al izquierda. Beneficios: Mejora la coordinación mano ojo. Integra la actividad cerebral.

Beneficios:

- Mejora la coordinación mano ojo.
- Integra la actividad cerebral.
- Activa todas las áreas del sistema mente / cuerpo de una manera balanceada.

- Logra una máxima activación muscular. Activa el sistema vestibular (donde se encuentra el equilibrio) y estimula el cerebro.
- Restablece las redes nerviosas dañadas durante esas infecciones crónicas del oído.
- Activa el lóbulo temporal del cerebro (donde está la audición, junto con el lóbulo occipital (donde está la visión).
- Mejora muchísimo la atención.

Imagen 11: El Elefante



Fuente: <http://recursos.crfptic.es>

Evaluación:

Cuadro 38: Atención

“UNIDAD EDUCATIVA JOAQUÍN LALAMA”			
Gimnasia Cerebral para mejorar la lecto-escritura		Fecha:	
Tercer año.		Docente:	
Actividad a evaluar: Atención		Paralelo:	
Lista de cotejo		Nombre del estudiante:	
Indicadores	Si	No	Observaciones
El estudiante presenta una buena concentración			
Acata órdenes con facilidad.			
Coordina mente/cuerpo.			
Disfruta del ejercicio que se realiza.			
Posee una coordinación viso-motora excelente.			
Posee un buen equilibrio.			

Fuente: Unidad Educativa “Joaquín Lalama”

Elaborado por: Priscila Montoya. 2015

ANEXOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION
CARRERA DE EDUCACION BÁSICA
MODALIDAD PRESENCIAL
ENCUESTA DIRIGIDA A DOCENTES



Fecha:

Realizado por: Priscila Montoya

Indicaciones:

- ✓ Lea detenidamente cada pregunta
- ✓ Marque con una X donde corresponda.

Cuestionario:

1. ¿Con que frecuencia los niños leen en su clase?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

2. ¿Usted antes de iniciar una clase realiza algún ejercicio mental con sus estudiantes?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

3. ¿Cree usted que el hacer ejercicio mental beneficia el aprendizaje en los estudiantes?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

4. ¿Usted utiliza algún tipo de juego mental para fortalecer el aprendizaje en los estudiantes?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

5. ¿Sus estudiantes recuerdan con facilidad lo que usted les enseñó en clases?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

6. ¿Durante las clases sus estudiantes demuestran concentración?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

7. ¿Considera usted que la lectura es beneficiosa para el aprendizaje?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

8. ¿Sus estudiantes leen con claridad y fluidez?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

9. ¿Considera usted que cuando sus estudiantes leen, se cansan con facilidad?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

10. ¿Qué prefieren sus estudiantes leer?

Cuentos Fábulas Periódico Leyendas

11. Cuando sus estudiantes leen, y la lectura les provoca sueño. ¿Qué actividades usted realiza?

Jugar Conversar Ejercicios Otras



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION
CARRERA DE EDUCACION BÁSICA
MODALIDAD PRESENCIAL
ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES



Fecha:

Realizado por: Priscila Montoya

Indicaciones:

- ✓ Lea detenidamente cada pregunta
- ✓ Marque con una X donde corresponda.
- ✓ **Cuestionario:**

1. ¿Con que frecuencia lee?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

2. ¿La maestra antes de iniciar una clase de lengua y literatura realiza algún ejercicio?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

3. ¿Cree usted que el realizar ejercicios mentales beneficia su aprendizaje?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

4. ¿La maestra utiliza juegos para mejorar su aprendizaje?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

5. ¿Cuándo la maestra enseña una clase nueva, usted puede recordar lo que dijo?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

6. ¿Puede usted concentrarse con facilidad en clases?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

7. ¿Considera usted que la lectura es beneficiosa para su aprendizaje?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

8. ¿Lee usted con claridad y fluidez?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

9. ¿Cuándo usted realiza una lectura, se cansa con facilidad?

Siempre Casi Siempre A veces Nunca

10. ¿Qué prefiere usted leer?

Cuentos Fabulas Periódico Leyendas

11. Cuando usted lee en clases, y la lectura le provoca sueño. ¿Qué actividades usted realiza?

Jugar Conversar Ejercicios Otras

Bibliografía

- Albuja, M. (2007). *Plan Amanecer*. Obtenido de Plan Amanecer:
http://www.planamanecer.com/recursos/docente/basica2_7/articulospedagogicos/gimnasia_cerebral.pdf
- Alfaro, A. (29 de mayo de 2009). *Blogpost*. Obtenido de
<http://gimnasiacerebralenelaula.blogspot.com/>
- Calderón, P. (2003). *Repositorio Digital UPS*. Obtenido de
<http://www.dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/2992>
- Calleja, M. (2013). *Educación Inicial*. Obtenido de
<http://www.educacioninicial.com/EI/contenidos/00/2350/2355.asp>
- Carroll, R. T. (2013). *The Skeptic's Dictionary*. Obtenido de The Skeptic's Dictionary: <http://www.skeptdic.com/brain gym.html>
- Chávez, T. (marzo de 2013). *Repositorio uta*. Recuperado el
http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3916/1/tp_2011_193.pdf
de noviembre de 2010, de Repositorio uta.
- Dennison, P. (2004). *Como aplicar gimnasia para el cerebro*. Mexico: Paf Mexico.
- Dennison, P. (2012). *Kine*. Recuperado el 2012, de Kine:
http://energykine.kine2012.com/PDFs/a_dennison.pdf
- Dennison, P., & DEnnison, G. (2003). *Gimnasia para el Cerebro*. Mexico: Pax Mexico.
- Dennison, P., & Dennison, G. (2004). *Como aplicar Gimnasia para el cerebro*. Obtenido de Como aplicar Gimnasia para el cerebro:
https://books.google.com.ec/books?id=LbGFfpS75_EC&pg=PA1&lpg=PA1&dq=MOVIMIENTOS+DE+L%C3%8DNEA+MEDIA&source=bl&ots=4kU7PRuGt6&sig=KbgTtsOviw4YpZWYnidrTryFbTc&hl=es&sa=X&ved=0CBwQ6AEwAGoVChMI446F9cKzxwIVyJUeCh1D2AQ9#v=onepage&q=MOVIMIENTOS%20DE%20L%C3%8DNEA
- Dewey, J. (s.f.). *Tendencias de la Educación*. Obtenido de
<http://miguel1989sanchez.blogspot.com/2013/04/resumen-del-pensamiento-pedagogico-de.html>

- Dominguez, N. (2010). *Modelo Espiga*. Obtenido de Modelo Espiga:
<http://proyectoespiga.com/teorias/gimnasia-cerebral/>
- Downing. (s.f.). En *Escritura*.
- Goldman, J. (22 de Diciembre de 2014). Hemisferios Cerebrales y su función.
 Obtenido de
http://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/12/141222_vert_fut_diestros_cerebro_control_estudio_egn
- Graza, E. (06 de diciembre de 2006). *Universidad de Monterrey*. Recuperado el 06 de diciembre de 2006, de Universidad de Monterrey:
<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6195/1/FCHE-EBP-1138.pdf>
- Guevara, P. (2011). *Repositorio DSPACE*. Obtenido de
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/1358/1/T-UCE-0007-11.pdf>
- Hatfield, T. (25 de marzo de 2006). *Tony's Hatfield Retired Ramblings*. Recuperado el 25 de marzo de 2006, de Tony's Hatfield Retired Ramblings:
http://retiredrambler.typepad.com/tonys_ramblings/2006/03/brain_gym_the_t.html
- Health, C. m. (2010). *Los niños y la salud mental*. Obtenido de
<http://www.macmh.org/publications/ecgfactsheets/parentecspanish/01losniños.pdf>
- Hora, L. (6 de febrero de 2010). La Lectura hace niños sabios. *La Hora*, pág. B5.
- Ibarra, L. M. (2007). *Gimnasia Cerebral*. Obtenido de Gimnasia Cerebral:
[file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Gimnasia-Cerebral%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Gimnasia-Cerebral%20(1).pdf)
- Ibarra, L. M. (2007). *Ning*. Recuperado el 2007, de Ning:
http://api.ning.com/files/eauL-IkFq6jdkb3ZfH1J2rDLNoYHoWn5HFNwgXogXS-RP19U7rxlXGHrv03ovjmtAtMvTOKtFZFCpGQ*DIiHRV*Ujs5jqG/GimnasiaCerebralPDF.pdf
- INEC. (2012). Obtenido de INEC.

- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos.* (Octubre de 2012). Obtenido de INEC:
http://www.inec.gob.ec/documentos_varios/presentacion_habitos.pdf
- Kaufman, A. (2011). Obtenido de <http://celulasmadredelcordon.net/ninos-inteligentes-nacen-o-se-hacen.html>
- Larrañaga. (11 de junio de 2007). *Repositorio uta*. Recuperado el 11 de junio de 2007, de Repositorio uta:
repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6195/1/FCHE-EBP-1138.pdf
- MacLean, P. (1990). *La evolución del cerebro triuno*. New York.
- Matute. (s.f.). *Repositorio Universidad Técnica de Ambato*. Obtenido de http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/2813/1/tebs_2011_572.pdf
- Minalla, P. (15 de noviembre de 2011). *Revista U*. Recuperado el 2011, de <http://www.revistau.com/gimnasia-cerebral/>
- Ministerio de Educación.* (s.f.). Obtenido de Ministerio de Educación.
- OMS. (Diciembre de 2013). *Organización Mundial de la Salud*. Recuperado el Diciembre de 2013, de Organización Mundial de la Salud:
http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/
- ONG. (2014). Obtenido de <http://www.humanium.org/es/derecho-proteccion/>
- Orellana, D. (2010). *Repositorio Universidad de Cuenca*. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2183/1/tps687.pdf>
- Paul Dennison, G. D. (2003). Aprende mejor con gimnasia para el cerebro. En P. Dennison, *Aprende mejor con gimnasia para el cerebro* (pág. 24). Ventura: Pax Mexico.
- Pazmiño, S. (s.f.). *Repositorio Universidad Técnica de Ambato*.
- Pazmiño, V. (01 de Enero de 2014). *Repositorio Universidad Técnica de Ambato*. Recuperado el 2013, de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/6195/1/FCHE-EBP-1138.pdf>
- Piaget, J. (s.f.). Obtenido de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/ngutierr/teorDesPensamiento.pdf

- Plan Nacional del Buen Vivir* . (2013). Obtenido de Plan Nacional del Buen Vivir
- Proyecto Espiga*. (2015). Obtenido de Proyecto Espiga.
- Proyecto Illinois*. (2010). Obtenido de <http://illinoisearlylearning.org/tipsheets-sp/mental-essential-sp.htm>
- Riquelme, D. (11 de noviembre de 2013). *El Definido*. Recuperado el 11 de noviembre de 2013, de El Definido:
http://www.eldefinido.cl/actualidad/mundo/1333/Gimnasia_para_el_cerebro_7_ejercicios_que_despertaran_tus_neuronas/
- Rodriguez, C. (2012). El proceso de lectoescritura: Beneficios en los niños y niñas. *Educapeques*, 49-50.
- Rojas. (1997).
- Roméu, A. (2006). Lectoescritura. Metodología de aplicación. 26.
- Ruiz, J. (2012). *Lectoescritura*.
- Sánchez, A. (2009). *Taller de lectura y redacción I*. México.
- SEMPLADES. (03 de Junio de 2013). *Buen vivir*. Recuperado el 03 de Junio de 2013, de
http://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_docman&task...%20
- Suntaxi, I. (02 de Enero de 2014). *Repositorio Universidad Técnica de Ambato*. Recuperado el 2012, de
<http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/6296/1/FCHE-SEB-1086.pdf>
- Supe, R. (12 de febrero de 2013). *Repositorio uta*. Recuperado el 12 de febrero de 2013, de Repositorio uta:
<http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/4059?mode=full>
- Teberosky. (2000). La lecto-escritura. *Amanecer*, 6-7.
- Tecnológico de Monterrey*. (2010). Obtenido de Tecnológico de Monterrey:
http://sitios.itesm.mx/va/dide2/tecnicas_didacticas/quesontd.htm
- Vázquez, G. V. (2011). *Fitness*. Obtenido de Fitness:
<http://www.fitness.com.mx/medicina047.htm>
- Viteri, A. (2013). El cuerpo. *Salud Simpre*, 16-17.

Wukmir. (2010). *Biopsychology*. Obtenido de Biopsychology:
[http://www.biopsychology.org/biopsicologia/articulos/que_es_la_emocion
.htm](http://www.biopsychology.org/biopsicologia/articulos/que_es_la_emocion.htm)

Zamorano. (2010). Murcia.