



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR**

Facultad de Ciencias de la Educación

Educación Inicial – Modalidad presencial

**TESIS DE LICENCIATURA:**

PROPUESTA DE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PROVENIENTES DEL *BRAIN GYM*, TENDIENTES A MEJORAR LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN LOS NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS, DE LA INSTITUCIÓN “KINDER GYM” EN EL AÑO LECTIVO 2018- 2019.

Disertación previa a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación  
con mención en Educación Inicial

**AUTORA:**

María José Andino Escobar

**DIRECTORA:**

Mgr. Patricia Erazo

Quito – Ecuador

Abril, 2019

PARA GRADOS ACADÉMICOS DE LICENCIADOS (TERCER NIVEL)

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo, MARÍA JOSÉ ANDINO ESCOBAR, C.C. 1752251551 autora del trabajo de graduación titulado: "PROPUESTA DE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PROVENIENTES DEL BRAIN GYM, TENDIENTES A MEJORAR LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN LOS NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN KINDER GYM EN EL AÑO LECTIVO 2018-2019", previo a la obtención del grado académico de LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN EDUCACIÓN INICIAL.

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 18 de septiembre del 2019



MARÍA JOSÉ ANDINO ESCOBAR,

C.C. 1752251551

## RESUMEN:

Se menciona constantemente que la educación es el futuro de la sociedad y de las nuevas generaciones, debido a ello el peso recae en los docentes y en sus métodos de enseñanza, ya que algunos se consideran retrógrados, inútiles, fáciles, mediocres, excluyentes, etc., es así cómo la educación se enfrenta a cambios constantes y a retos cada vez más complejos, por tal razón los docentes están en la labor de explorar continuamente nuevas estrategias didácticas que respondan a las necesidades de sus alumnos y a lograr un correcto proceso de enseñanza- aprendizaje. Es allí de donde parte las siguientes interrogantes.

¿Qué estrategias didácticas deben utilizar los docentes para generar aprendizajes significativos? ¿Es importante generar atención y concentración en el proceso de enseñanza- aprendizaje? Si bien es cierto atención y concentración son procesos cognitivos que se desarrollan en el cerebro del ser humano, pero a diario la falta de dichos procesos representa un problema en las aulas de clase y, por ende, en el aprendizaje.

Es así como la presente investigación “Propuesta de estrategias didácticas provenientes del *brain gym*, tendientes a mejorar la atención y concentración de los niños de 4 a 5 años, en la institución “Kinder Gym” en el año lectivo 2018- 2019” tiene como finalidad beneficiar la mejora de la atención y concentración y a su vez el desarrollo íntegro de los participantes, destacando que los movimientos propuestos van en busca de integrar los dos hemisferios cerebrales, mejorando las conexiones neuronales y, de esta manera, lograr optimizar el aprendizaje en varias áreas y ámbitos del desarrollo.

Durante el período de cuatro meses, aplicando la propuesta dos veces por semana y antes de empezar la jornada diaria, se implementaron movimientos de *brain gym* que además de incorporar la parte lúdica utilizaron recursos novedosos y llamativos, para que movimientos que parecen simples y aburridos se tornen divertidos, generando así disfrute en quienes lo practican. Es así cómo se logró observar los beneficios que brinda el *Brain Gym* en la educación en general, procurando mejorar la atención y concentración.

**Palabras Claves:** Estrategias didácticas, atención, concentración, aprendizajes significativos, educación.

## **ABSTRACT:**

It is constantly mentioned that education is the future of society and the new generation, for this the weight falls on the teachers and their teaching methods, but some are considered retrograde, useless, easy, excluding. Education has constant changes and challenges, for this reason, teachers are constantly exploring new didactic strategies that respond to the needs of their students and to achieve a good teaching- learning process. That is where the following questions come from.

What educational strategies should teachers use to generate meaningful learning? Is it important to generate attention and concentration in the teaching- learning process? Attention and concentration are cognitive processes that develop in the brain of the human, but daily the lack of such processes represents a problem in classrooms and in learning.

The investigation “Proposal of didactic strategies coming from the brain gym, to improve the attention and concentration of the children of 4 to 5 years, in the institution Kinder Gym in the year 2018-2019” propose to improve attention, concentration and the development of the participants. The movement try to search integrating the two cerebral hemispheres, improving the neuronal connections and in this way optimizing learning in several areas of development.

During the four-month period, applying the proposal twice a week and before starting the daily work. We implemented brain gym movements with fun materials so that the movements become fun. This is how it was possible to observe the benefits that the brain gym offers in education, attention and concentration.

**Keywords:** Teaching strategies, attention, concentration, significant learning, education.

## **TABLA DE CONTENIDOS:**

|                                                                                                       |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>INTRODUCCIÓN.....</b>                                                                              | <b>7</b>  |
| <b>CAPÍTULO I .....</b>                                                                               | <b>9</b>  |
| 1.1. JUSTIFICACIÓN: .....                                                                             | 9         |
| 1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: .....                                                               | 10        |
| 1.3.- OBJETIVOS: .....                                                                                | 13        |
| OBJETIVO GENERAL: .....                                                                               | 13        |
| 1.4.- OBJETIVOS ESPECIFICOS: .....                                                                    | 13        |
| 1.5.- ANTECEDENTES O MARCO REFERENCIAL: .....                                                         | 13        |
| <b>CAPÍTULO II: .....</b>                                                                             | <b>17</b> |
| <b>MARCO TEÓRICO .....</b>                                                                            | <b>17</b> |
| 2.1. CÓMO FUNCIONA EL CEREBRO .....                                                                   | 17        |
| 2.2. HISTORIA Y SIGNIFICADO DEL <i>BRAIN GYM</i> :.....                                               | 19        |
| 2.2.1. MOVIMIENTOS DE <i>BRAIN GYM</i> .....                                                          | 22        |
| Movimientos de línea central: .....                                                                   | 22        |
| Actividades de estiramiento: .....                                                                    | 27        |
| Ejercicios de energía: .....                                                                          | 31        |
| Profundizar actitudes: .....                                                                          | 34        |
| 2.2.2. EJERCICIOS BÁSICOS DE <i>BRAIN GYM</i> : .....                                                 | 37        |
| 2.3. <i>BRAIN GYM</i> Y EDUCACIÓN: .....                                                              | 37        |
| Educación .....                                                                                       | 37        |
| Calidad educativa .....                                                                               | 38        |
| Inclusión.....                                                                                        | 39        |
| Problemas presentes en la educación .....                                                             | 40        |
| Beneficios del <i>Brain Gym</i> en la educación.....                                                  | 41        |
| 2.4. VÍNCULO ENTRE <i>BRAIN GYM</i> Y EDUCACIÓN INICIAL .....                                         | 43        |
| Características de los niños y niñas de 4 a 5 años: .....                                             | 43        |
| Destrezas de 4 a 5 años: .....                                                                        | 47        |
| Beneficios del <i>Brain Gym</i> en educación inicial.....                                             | 51        |
| 2.5. EL <i>BRAIN GYM</i> Y SU CONCEPCIÓN RESPECTO AL CEREBRO.....                                     | 53        |
| 2.5.1. ESTRUCTURA DEL CEREBRO CON RESPECTO A LA ATENCIÓN<br>(NEUROANATOMÍA DE LA ATENCIÓN): .....     | 55        |
| 2.6. LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN LA EDUCACIÓN .....                                                | 58        |
| 2.6.1 ¿QUÉ ES LA ATENCIÓN? .....                                                                      | 58        |
| 2.6.2. ¿QUÉ ES LA CONCENTRACIÓN? .....                                                                | 60        |
| 2.6.3. ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS (ETAPA<br>PREESCOLAR).....                     | 61        |
| 2.6.4. IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN EL ÁMBITO<br>EDUCATIVO .....                     | 63        |
| 2.6.5. CONDICIONES QUE INFLUYEN EN LA PÉRDIDA DE ATENCIÓN Y<br>CONCENTRACIÓN EN LOS NIÑOS .....       | 63        |
| 2.7. LA KINESIOLOGIA EDUCATIVA: ¿EL MOVIMIENTO FAVORECE EL<br>PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE? ..... | 66        |
| <b>CAPÍTULO III: .....</b>                                                                            | <b>68</b> |
| <b>MARCO METODOLÓGICO .....</b>                                                                       | <b>68</b> |

|                                                           |            |
|-----------------------------------------------------------|------------|
| 3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....                          | 68         |
| 3.2. NIVELES DE INVESTIGACIÓN.....                        | 68         |
| 3.3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....                      | 68         |
| 3.4. POBLACIÓN / MUESTRA.....                             | 69         |
| 3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS..... | 69         |
| <b>CAPÍTULO IV.....</b>                                   | <b>72</b>  |
| <b>PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....</b>         | <b>72</b>  |
| 4.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....                      | 72         |
| Encuesta.....                                             | 72         |
| Lista de cotejo.....                                      | 76         |
| Rúbrica .....                                             | 86         |
| 4.2. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....             | 91         |
| 4.3. DATOS CURIOSOS DERIVADOS DE LA INVESTIGACIÓN .....   | 106        |
| <b>CONCLUSIONES.....</b>                                  | <b>108</b> |
| <b>RECOMENDACIONES.....</b>                               | <b>110</b> |
| <b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>                   | <b>111</b> |
| <b>ANEXOS.....</b>                                        | <b>114</b> |
| ANEXO 1: ENCUESTA.....                                    | 115        |
| ANEXO 2: LISTA DE COTEJO .....                            | 117        |
| ANEXO3: RÚBRICAS .....                                    | 118        |
| ANEXO 4: PLANIFICACIÓN 1.....                             | 120        |
| ANEXO 5: PLANIFICACIÓN 2.....                             | 121        |
| ANEXO 6: PLANIFICACIÓN 3.....                             | 122        |
| ANEXOS 7: PLANIFICACIÓN 4.....                            | 123        |
| ANEXO 8: PLANIFICACIÓN 5.....                             | 124        |
| ANEXO 9: PLANIFICACIÓN 6.....                             | 125        |
| ANEXO 10: PLANIFICACIÓN 7.....                            | 126        |
| ANEXO 11: PLANIFICACIÓN 8.....                            | 127        |
| ANEXO 12: PLANIFICACIÓN 9.....                            | 128        |
| ANEXO 13: PLANIFICACIÓN 10.....                           | 129        |
| ANEXO 14: PLANIFICACIÓN 11.....                           | 130        |
| ANEXO 15: PLANIFICACIÓN 12.....                           | 131        |
| ANEXO 16: PLANIFICACIÓN 13.....                           | 132        |
| ANEXO 17: PLANIFICACIÓN 14.....                           | 133        |
| ANEXO 18: PLANIFICACIÓN 15.....                           | 134        |
| ANEXO 19: PLANIFICACIÓN 16.....                           | 135        |
| ANEXO 20: PLANIFICACIÓN 17.....                           | 136        |

|                                         |            |
|-----------------------------------------|------------|
| <b>ANEXO 21: PLANIFICACIÓN 18 .....</b> | <b>137</b> |
| <b>ANEXO 23: PLANIFICACIÓN 20 .....</b> | <b>139</b> |
| <b>ANEXO 24: PLANIFICACIÓN 21 .....</b> | <b>140</b> |
| <b>ANEXO 25: PLANIFICACIÓN 22 .....</b> | <b>141</b> |
| <b>ANEXO 26: PLANIFICACIÓN 23 .....</b> | <b>142</b> |
| <b>ANEXO 27: PLANIFICACIÓN 24 .....</b> | <b>143</b> |
| <b>ANEXO 28: FOTOGRAFÍAS.....</b>       | <b>144</b> |

## **INTRODUCCIÓN**

El funcionamiento del cerebro sigue representando un enigma, y a pesar de que en varias investigaciones de textos y libros se han planteado entenderlo completamente, hasta hoy resulta difícil conocerlo al 100 %, algo que sí es un hecho es solo durante “los períodos críticos, las arquitecturas del cerebro pueden modificarse y optimizarse” (Battro, Fischer, & Léna, 2016, pág. 153) y cuando las ventanas de desarrollo se cierran, las neuronas difícilmente forman conexiones neuronales y las conexiones que ya existían con dificultad se suprimirán. (Battro, Fischer, & Léna, 2016).

Estas ventanas de desarrollo o períodos críticos inician en la primera infancia, desde el nacimiento, y se deben aprovechar en su máximo potencial, ya que el cerebro de los niños tiene la virtud de absorber todo conocimiento, debido a ello en el ámbito educativo, la premisa es generar aprendizajes significativos y útiles para toda la vida, pero uno de los principales problemas que se presentan en el proceso de aprendizaje es la falta de atención y concentración.

La atención y concentración son procesos que van de la mano ya que, si bien no son lo mismo, conjugados optimizarán el aprendizaje, es así como al momento de buscar estrategias que ayuden a potenciar dichos procesos, se optó por la implementación del *Brain Gym*, pero ¿Qué es brain gym o gimnasia cerebral?

El *brain gym* fue creado por el Dr. Paul Dennison y representa 26 movimientos sencillos y fáciles de practicar que parte del principio fundamental de no existir aprendizaje sin movimientos. El objetivo del *brain gym* es mejorar el rendimiento del cerebro humano ya que favorece el trabajo del cerebro de forma íntegra, es decir utilizando ambos hemisferios cerebrales, y a su vez ayuda a generar más conexiones neuronales que permiten a niños y adultos aprender de manera óptima y efectiva.

“El niño sabe cuándo está atascado y pide ayuda con su comportamiento. No hay niños vagos, retraídos, agresivos o enfadados; sólo hay niños a los que se les niega la capacidad para aprender de una forma que es instintiva en ellos.” (Dennison & Dennison, 2006, pág. 13).

# CAPÍTULO I

## 1.1. JUSTIFICACIÓN:

El Código de la Niñez y Adolescencia (2013) en su Artículo 37 menciona que “Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad”, y en este principio se enmarcan una serie de aspectos y requerimientos a favor de hacer cumplir dicho Artículo, como por ejemplo: garantizar la obtención de un buen material didáctico, laboratorios, equipamiento, instalaciones entre otros , así también de docentes que ayuden a direccionar y conducir el proceso de enseñanza- aprendizaje, garantizando el acceso y permanencia, entre varios aspectos que favorezcan a generar ambientes adecuados de aprendizaje, para ir mejorando la calidad educativa.

Para que una educación sea de calidad es importante generar aprendizajes significativos y también que los docentes se percaten de las necesidades de los niños, tomando en cuenta las diversas características que nos hacen distintos unos de otros, ya que como se sabe cada individuo es un ser único e irrepetible, por tal razón, la manera de aprender de un niño será distinta a la del resto, es digno destacar que la forma de abordar las enseñanzas dependerá en gran medida del tiempo y la dedicación que un docente preste a sus alumnos con el fin de llegar a conocer al grupo, con el objetivo de poder implementar una estrategia didáctica útil y adecuada.

Resulta fundamental que los docentes actualicen sus conocimientos constantemente e infatigablemente, ya que vivimos en una sociedad de permanente cambio en su desarrollo, es por eso que surgen nuevas estrategias didácticas que todos los docentes pueden utilizar, con el fin de beneficiar el desarrollo y el aprendizaje de nuestros niños. ¿Acaso se ha pasado por alto que uno de los problemas para que nuestros niños adquieran aprendizajes significativos es la ausencia de atención, concentración y disfrute que las experiencias de aprendizaje deben producir?

Durante los años destinados a las prácticas de observación y preprofesionales, me he percatado de la necesidad de los docentes por conocer acerca de estrategias didácticas que pueden utilizar y aplicar con sus alumnos, con la finalidad de aportar en el proceso de enseñanza aprendizaje, también evidencí la frustración de los docentes por la falta de

atención y concentración de los niños ya que al trabajar en su etapa inicial, y destacando el grupo etario de 4 a 5 años su concentración varía entre (10 a 25 minutos aproximadamente dependiendo el individuo) resultando innecesario y una pérdida de tiempo pretender que los niños se encuentren estáticos en un mismo lugar y procurando que mantengan su atención en una actividad que requiera de una atención prolongada y superior al tiempo estimado con respecto a su edad. Por tal motivo las actividades deben incluir movimientos que les permitan desenvolverse en su entorno, puesto que la mejor forma de aprender es interactuando con el medio ambiente lo cual resulta instintivo en cada niño y niña.

Conforme a lo señalado, la presente investigación tiene como objetivo fundamental proponer estrategias didácticas, apoyadas en el *Brain Gym*, para que los docentes puedan utilizarlas con el objetivo de ayudar a la atención y concentración de los niños de la institución Kinder Gym.

## **1.2.- PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:**

Alrededor del mundo cada día surgen nuevas tendencias sobre estrategias didácticas novedosas, funcionales y prácticas, las cuales procuran colaborar con el desarrollo de los estudiantes, pero, ¿cuántos de nuestros docentes en el país están al tanto o tienen conocimiento de dichas estrategias? En las políticas educativas nacionales existen artículos, documentos, actas que instan a la necesidad de ir evolucionando y mejorando el sistema educativo y aunque, el objetivo del Estado, a través de su ente rector el Ministerio de Educación, es dar cumplimiento a lo estipulado en la Constitución de la República, no siempre se lo pone en práctica.

En su sección Quinta sobre la educación, el Artículo 26 menciona:

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 (Constitución del Ecuador , 2011).

A su vez, el Artículo 27 determina: “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” (Constitución del Ecuador , 2011).

Los artículos mencionados anteriormente garantizan un desarrollo de calidad y calidez, pero en educación, la calidad es una palabra que describe todo el proceso y todo lo imprescindible para propiciar aprendizajes en los estudiantes, partiendo por generar aprendizajes significativos que sean útiles para toda la vida del individuo. Ausubel (citado por Rodríguez, 2010) asevera: “el aprendizaje significativo es el proceso según el cual se relaciona un nuevo conocimiento o una nueva información con la estructura cognitiva de la persona que aprende de forma no arbitraria y sustantiva o no literal”. En otras palabras, es construir un conocimiento integrando aprendizajes o conocimientos pasados con los nuevos, a través de la experiencia, la práctica y no de simple repetición o memorización.

Uno de los indiscutibles problemas es la inevitable necesidad de progresar en el ámbito educativo, con el fin de beneficiar a toda la sociedad, es así como cada vez las exigencias son mayores, y si no se responde de manera óptima, genera inconvenientes que afectan al proceso educativo como, por ejemplo, los docentes que desconocen estrategias didácticas para utilizarlas en sus aulas de clase o, por el contrario, conocen de varias estrategias que en la práctica les resulta confuso identificarse con alguna. El principio de acción es sencillo: los docentes deben conocer a sus alumnos y su forma de aprender particular para la incorporación de las estrategias pertinentes.

En tal perspectiva, las leyes del país luchan por el desarrollo en general y, sobre todo, en el ámbito educativo, pero es un proceso largo en el cual no podemos estancarnos y tampoco es responsabilidad exclusiva del estado, puesto que está en las manos de los docentes actualizar sus conocimientos para propiciar experiencias de aprendizaje que resulten significativas para sus alumnos y que logren ser de calidad.

El aprendizaje es un proceso del ser humano que se genera en el cerebro, donde las neuronas y las conexiones que puedan lograr entre sí colaboran al aprendizaje y juegan un papel fundamental en la educación, las estrategias pedagógicas, curriculares, evaluativas y didácticas deben colaborar a la creación de nuevas redes neuronales y configuraciones cerebrales (Ortiz , 2015). Es así que para generar aprendizajes los

docentes deben conocer también cómo aprende el cerebro y la importancia de las neurociencias en la educación, ya que el cerebro es un órgano que cumple una parte fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje. Surge una inquietud, ¿los docentes conocemos sobre las neurociencias?, ¿sabemos la importancia de generar conexiones neuronales en la etapa inicial? Al respecto cabe citar a Shonkoff: “el cerebro se va desarrollando a través del tiempo y una proporción substancial de éste se construye durante los primeros años de vida” (2012). Es por eso que la etapa inicial es óptima para generar más conexiones neuronales.

Definitivamente el papel que cumplen las instituciones educativas y todos los que conformamos la comunidad educativa es de suma importancia, puesto que somos los que debemos estar al tanto de las necesidades y las demandas por parte de los estudiantes, con el fin de orientar el aprendizaje. Por ello es fundamental destacar la frustración que tienen los docentes por la falta de atención y concentración de los niños y la impotencia de saber si verdaderamente están atendiendo o se están generando aprendizajes efímeros y banales.

¿Cuántos minutos “pierden” los docentes a diario por intentar captar la atención de los niños? Varios docentes pensarán que algunos minutos son desperdiciados, pero por qué no se piensa en la posibilidad de potenciar el aprendizaje en esos minutos que supuestamente están perdidos. Así nace la necesidad de la presente investigación como una alternativa para complementar y potenciar el aprendizaje de los niños, mediante la utilización de estrategias didácticas basadas en el *Brain Gym* o Gimnasia cerebral.

Frente a todo este contexto surgen las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son las características propias del *Brain Gym* y su incidencia en el proceso de aprendizaje?, ¿cuáles son los factores que influyen en la falta de atención y la concentración de los niños de 4 a 5 años de la institución Kinder Gym, durante el año escolar 2018-2019?, ¿Cómo es el diseño de una propuesta de estrategias didácticas provenientes del *Brain Gym* para mejorar la atención y la concentración en los niños de 4 a 5 años, de la institución Kinder Gym en el año escolar 2018- 2019?, y por último ¿Cómo las estrategias didácticas, en el marco del *Brain Gym*, inciden en los procesos de atención y concentración de los niños de 4 a 5 años de la institución Kinder Gym, durante el año escolar 2018-2019?

### **1.3.- OBJETIVOS:**

#### **OBJETIVO GENERAL:**

- Diseñar una propuesta de estrategias didácticas provenientes del *Brain Gym*, destinadas a mejorar la atención y la concentración de los niños de 4 a 5 años, en la institución Kinder Gym en el año escolar 2018- 2019.

#### **1.4.- OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- Explicar las características propias del *Brain Gym* y su incidencia en el proceso de aprendizaje.
- Explicar los factores que influyen en la falta de atención y concentración en los niños de 4 a 5 años en la institución Kinder Gym en el año escolar 2018-2019.
- Proponer cinco estrategias didácticas a través del *Brain Gym* para mejorar la atención y la concentración en los niños de 4 a 5 años, de la institución Kinder Gym en el año escolar 2018-2019.

#### **1.5.- ANTECEDENTES O MARCO REFERENCIAL:**

La presente investigación tiene como antecedentes o marco referencial investigaciones en cuanto al *Brain Gym* como una estrategia en la educación, para lo cual se ha tomado en cuenta trabajos de tesis de diferentes autores que tratan dicho tema, con el fin de proporcionarnos una visión más amplia y llegar a conocer hallazgos de investigaciones anteriores.

Refiriéndose a la gimnasia cerebral y creatividad se tomó en cuenta una investigación realizada por López (2012) titulada “Importancia de los ejercicios de gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad en los niños y niñas del primer año de educación general básica de la escuela Juan Bautista Palacios LA SALLE en la ciudad de Ambato”. La autora plantea como propósito central investigar la importancia que tiene la gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad.

Después de recoger la información mediante la observación a niños y niñas, y realizando encuestas dirigidas a los padres de familia y docentes, se puede observar que el tipo de investigación es exploratoria y descriptiva, con una población y muestra en la

cual intervinieron docentes, padres de familia y estudiantes de primer año de Educación General Básica de la escuela Juan Bautista Palacios LA SALLE. Se utilizaron instrumentos como: fichas de observación, encuestas y cuestionarios, en dicha investigación se pudo concluir que la gimnasia cerebral influye directamente un 50% en la creatividad, ya que permite desarrollar e incrementar algunas habilidades en el ser humano, permitiendo hacer contacto con la imaginación, la iniciativa y la percepción, así como en la creación de nuevas ideas o soluciones ante cualquier tipo de problema. (López, 2012)

De igual manera el trabajo de tesis realizado por Riofrío (2013) titulado “El Uso de Gimnasia Cerebral Como Estrategia de Movimiento en el Aula Para Mejorar la Atención y Concentración en Clases de Niños de Tres Años: Un Estudio de Caso, teniendo como propósito principal evidenciar si los ejercicios de movimientos o ejercicios de gimnasia cerebral influyen en los niños de 3 años de edad con respecto a la atención y concentración en el aula de clase. En el transcurso de la investigación al realizar los análisis de resultados se pudo notar que la investigación realizada puede “contribuir a apoyar a aquellos que si respaldan la idea de la gimnasia cerebral, ya que el estudio se evidencia en la mayoría de los niños un cambio entre el antes y después de la intervención” (2013, pág. 48). Igualmente se puede ver cómo ciertos movimientos de gimnasia cerebral ayudan positivamente a la atención y concentración de los niños. Para la realización de la investigación se realizó un estudio de campo puesto que es de carácter práctico, utilizando la técnica de observación e instrumentos como cuadros estadísticos con diversas variables que se fueron observando durante todo el proceso. (pág. 68)

Por otra parte, con respecto a la atención es importante destacar la investigación realizada por Camelo y Camargo (2016) de la Universidad Pedagógica Nacional de Colombia, la cual se titula “Aportes de la gimnasia cerebral al desarrollo de la atención en estudiantes de segundo grado de primaria del Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montúfar, de la Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá”. La investigación se realiza a través del método estudio de casos y utilizando un enfoque interpretativo, es así cómo se aplicó una guía de 20 ejercicios relacionados a la gimnasia cerebral y se procedió a observar el comportamiento de los estudiantes.

Para el análisis de la investigación se toma en consideración los comportamientos y reacciones tanto antes como después de la implementación de la gimnasia cerebral en el aula, llegando a la conclusión que las aplicaciones de los ejercicios de gimnasia cerebral favorecen al mejoramiento del ambiente del aula ya que se percibe una disminución de interrupciones, así también dispone a los niños y niñas hacia el aprendizaje de manera focalizada, siendo una estrategia fácil de aplicar. (Camargo & Camelo D. , 2016 ).

La autora Guerrero (2016) en su trabajo titulado: “La generación de experiencias de aprendizaje, tomando como base la psicomotricidad y la educación por medio del movimiento para niños de la etapa inicial con déficit de atención”, consideró una muestra de cinco niños que se observaron en el lapso de dos meses y se utilizó el instrumento lista de cotejo para recoger la información deseada desde el inicio de la aplicación hasta su final, las estrategias docentes se diseñaron a partir de dos variables: la focalización de la atención y el control de la impulsividad, es así como se procedió a diseñar tres actividades por cada variable.

Se concluyó que la educación por medio del movimiento en el aula representa una ventaja en la educación y en especial para los niños que presentan TDA, ya que favoreció al desarrollo de la imaginación, creatividad, habilidades motrices, control de la impulsividad, mejora el rendimiento en el aula de clase, atención, permite que el niño cree soluciones a problemas de la vida cotidiana etc. En la investigación se menciona que “el movimiento le da la posibilidad al niño de captar nuevos conocimientos del medio que le rodea a través de experiencias de manipulación y observación, generando con el paso del tiempo aprendizajes significativos” (Guerrero , 2016).

Carmita Lorena de la Vega Sevilla (2018) desarrolló una investigación cuyo objetivo fue: “Diseñar estrategias de gimnasia cerebral para el desarrollo de la concentración, en niños/as de 5 a 6 años de la Unidad Educativa “Víctor Manuel Guzmán”, Ibarra”. En tal propósito aplicó los métodos inductivo, deductivo, analítico, sintético, bibliográfico y propositivo y para las técnicas implementan una guía de observación directa y encuestas con cuestionarios estructurados, en una población total de 35 niños y niñas de 5 a 6 años que se encuentran cursando el primer año de educación básica. La conclusión a la que llegó fue que existen escasos conocimientos sobre la gimnasia cerebral entre los docentes, por lo tanto, su aplicación en el aula es incipiente a

pesar del beneficio que el *Brain Gym* representa. “Al hacer trabajar el cerebro en los dos hemisferios, mejora la capacidad de razonamiento, pensamiento y aprendizaje. Además, existen beneficios como el aumento de confianza y autoestima”. (2018, pág. 35)

## **CAPÍTULO II:**

### **MARCO TEÓRICO**

Este capítulo constará de temas importantes que permitirán al lector contextualizar toda la investigación y darle sentido desde el comienzo, en vista de que se abordarán temas como: funcionamiento del cerebro, historia y significado del *Brain Gym*, descripción de los 26 ejercicios de *Brain Gym*, *Brain Gym* y Educación, y para finalizar el capítulo, se abordará el Vínculo entre el *Brain Gym* y Educación Inicial.

#### **2.1. CÓMO FUNCIONA EL CEREBRO**

Para abordar y comprender todo en cuanto al *Brain Gym*, es necesario empezar por una breve descripción del funcionamiento del cerebro, debido a que todos los procesos se generan y surgen en mismo.

El cerebro humano sigue siendo un gran misterio para la ciencia, debido a que resulta complicado comprenderlo al 100 %, volviéndose un enigma que ha generado varias incógnitas, desde su funcionamiento y dinámica, actualmente para beneficio de la investigación lo que se pretende esclarecer es ¿cómo aprende el cerebro? y ¿cuáles son las partes que trabajan cada contenido o aprendizaje?

Es así como el cerebro es un órgano presente en los seres vivos, y en el ser humano según Ander-Egg (como se citó en Ortiz, 2015): “Y está protegido por la caja craneana, envuelto en varias membranas, nadando en un líquido que amortigua los golpes, el cerebro es el origen de todos los pensamiento, sensaciones y acciones del hombre”.

Una de las hipótesis con respecto al cerebro humano menciona que el cerebro trabaja por sí solo y por ende el ser humano es capaz de aprender de manera autónoma y en la respectiva interacción con el entorno o el medio que lo rodea, es decir objetos y sujetos. Según Ortiz (2015 ) “las neuronas actúan solas, sin instrucciones, lo que empieza a demostrar que el cerebro es vivo, dinámico y creativo por su propia naturaleza”.

Para lograr comprender a breves rasgos cómo funciona el cerebro humano debemos identificar su estructura y cómo se encuentra dividido, es así cómo el cerebro está compuesto por dos hemisferios (izquierdo y derecho) los mismos “están unidos por un puente de fibras nerviosas llamado cuerpo calloso. El número de neuronas en el cuerpo calloso es menor que en los dos hemisferios, esto hace que la comunicación entre los dos hemisferios se pueda bloquear con facilidad” (Ferré, 2016), por varios motivos como, por ejemplo, estrés, fatiga, exceso de actividades y estímulos a los que estamos expuestos o por la falta de integración del cerebro. Los dos hemisferios están conectados entre sí por “una compleja red de más de 200 millones de neuronas, lo cual significa, que, a pesar de que cada uno se encarga de diferentes funciones, los dos están involucrados en casi todas las funciones “Cruz citado por (Ortiz, 2015 , pág. 35).

De igual manera es importante mencionar que “el control del cuerpo por parte de los hemisferios es cruzado. Es decir, el hemisferio derecho domina la mitad izquierda del cuerpo, y el izquierdo la derecha” (Ortiz, 2015 ), en otras palabras se controla el lado contrario del cuerpo, siendo así que el hemisferio izquierdo se encarga de operaciones lógicas y de razonamiento como por ejemplo: las matemáticas, aritmética, lógica, leer, escribir, etc., y por el contrario el hemisferio derecho se relaciona con el tema emocional, artístico, creativo, imaginativo, etc.

Pero el cerebro no solo está dividido en dos hemisferios, ya que de los hemisferios se dividen cuatro lóbulos que son: frontal, parietal, occipital y temporal. A continuación, se explicará la función que cumple cada lóbulo.

#### -Lóbulo Frontal:

Las principales funciones que cumple son las de: memoria, pensamiento, movimiento y comportamiento. “se caracteriza sobre todo por sus procesos cognitivos, por esas sofisticadas tareas ejecutivas que nos permiten planificar, fijar la atención, memorizar datos a largo plazo, regular las emociones, etc.” (Sabater, 2018) Se basa en el procesamiento de funciones cognitivas.

#### -Lóbulo Parietal:

“Se ocupa de funciones relacionadas con el movimiento, la orientación, el cálculo y ciertos tipos de reconocimiento” (Braidot, 2014). Se puede decir que es el lóbulo cerebral

que se encarga básicamente de procesar la información sensorial como el tacto, razonamiento espacial, etc.

-Lóbulo occipital:

Dicho lóbulo “esta fundamentalmente compuesto por zonas de procesamiento visual, por ejemplo: la lectura de palabras genera una respuesta en la corteza visual primaria, el lóbulo occipital y las áreas de asociación del cerebro” (Braidot, 2014), por lo tanto, es primordial en el reconocimiento de objetos, a través de enviar señales sobre la visión hacia otros lóbulos.

-Lóbulo temporal:

Desempeña funciones esenciales como por ejemplo el aprendizaje, sentimientos, audición, comprensión del habla, etc., es así como “nos ayuda a reconocer rostros, articulación del lenguaje y la comprensión de los sonidos, las voces y la música, equilibrio, y participa en la regulación de emociones, como la motivación, la rabia, la ansiedad, el placer...” (Sabater, 2018).

Si bien es cierto que cada lóbulo cerebral cumple una función específica, se debe saber que no son estructuras que se encuentran separadas o visiblemente divididas, puesto que el cerebro trabaja en armonía y requiere del funcionamiento de cada parte para que el cerebro logre trabajar de manera eficaz.

## **2.2. HISTORIA Y SIGNIFICADO DEL *BRAIN GYM*:**

Para empezar, es de suma importancia saber que el *Brain Gym* tiene que ver con movimientos sencillos que favorecen el aprendizaje de los alumnos y de las personas en general, sin importar el grupo etario al que pertenezcan. Cabe mencionar que el *Brain Gym* parte de la kinesiología educativa cuyo significado nos muestra que “la palabra educar proviene del término latino *educere*, que significa extraer, y por otro lado la palabra kinesiología se deriva de la raíz griega, *kinesis*, que significa movimiento” (Dennison & Dennison, 2006), así también la palabra *logos* significa estudio, lo cual nos lleva a determinar que es el estudio del movimiento del cuerpo humano. La kinesiología o (Edu-K) fue creada por Paul Dennison, quien fue pionero en la investigación sobre el

cerebro humano, basándose en un principio fundamental que afirma que no hay aprendizaje sin movimiento.

El fin del *Brain Gym* es mejorar el rendimiento del cerebro humano, en donde se pretende utilizar los dos hemisferios y generar más conexiones neuronales, que les permitirán tanto a niños como adultos aprender de manera más efectiva y óptima. Se la define también como un

“programa educativo que utiliza la relación entre aprendizaje y movimiento para desbloquear las dificultades que nos podamos encontrar en áreas como: la escuela, trabajo, el desarrollo personal, deportes etc...) Los movimientos que utiliza el *Brain Gym* están diseñados para estimular el libre flujo de información dentro del cerebro”. (Dennison & Dennison, 2006).

De Felipe, Markran & Wagerberg, 2010 (citados por De la Vega 2018) determinaron que la gimnasia cerebral es “un mecanismo para multiplicar las conexiones nerviosas y así mejorar la capacidad cerebral”. A su vez nos menciona que colabora en la plasticidad cerebral, es decir, tiene que ver con la capacidad de flexibilidad del cerebro para responder más efectivamente ante las experiencias de aprendizaje que se presenten. Cabe mencionar que las ventanas de oportunidad juegan un papel fundamental, debido a que son momentos en los cuales el cerebro tiene más facilidad para aprender y donde se forman mayor número de conexiones neuronales.

La gimnasia cerebral se basa en tres premisas importantes:

1. El aprendizaje es una actividad instintiva y divertida que se prolonga a lo largo de nuestras vidas.
2. Los bloqueos del aprendizaje son incapacidades para salir de situaciones de estrés e inseguridad en nuestras nuevas tareas.
3. Todos nosotros estamos aprendiendo a bloquearnos desde el momento en que hemos aprendido a no movernos. (Dennison & Dennison, 2006).

El *Brain Gym* es un tema presente desde los años 60 y ha sido aplicado en aproximadamente 87 países , en donde se han evidenciado resultados efectivos en el

ámbito educativo, pero constantemente siguen surgiendo hipótesis e interrogantes con respecto a la efectividad de la propuesta planteada por Paul Dennison, y a pesar de transcurrir varios años desde su inserción en el sistema social y destacando el ámbito educativo, surge la siguiente pregunta, ¿el *Brain Gym* es considerado un tema de moda o pasado de moda?, pues no existe una respuesta específica ya que instituciones educativas y docentes en todo el mundo siguen optando por la implementación de *Brain Gym* en sus aulas de clase y de igual manera es un tema que requiere de mayor tiempo para hacerse conocer a nivel general.

“El objetivo global de la kinesiología educativa, *Brain Gym*, es trabajar con un cerebro integrado” (Marina, 2016). Esto quiere decir que se pretende que trabaje el cerebro de forma global, integrando los hemisferios izquierdo y derecho para realizar diversas funciones, al momento de integrar ambos hemisferios estamos trabajando de manera más efectiva y de forma positiva en el aprendizaje de nuestros niños. Es importante destacar que “al realizar Gimnasia para el cerebro se crean nuevos caminos neuronales y con ello los niños que lo experimentan tienen nuevos patrones de respuesta a medida que van adquiriendo un sentimiento de facilidad natural en relación a la dificultad tenida” (Chunata, 2015).

Se debe aclarar que los movimientos de *Brain Gym* son recomendados básicamente para mejorar el potencial de aprendizaje, pero es importante tomar en consideración que cuando los alumnos o las personas que se encuentran practicándolo hayan interiorizado y aprendan a moverse correctamente, el objetivo básico del *Brain Gym* se ha cumplido, puesto que la integración de dichos movimientos en la vida del ser humano se convertirá en una elección voluntaria, por eso los alumnos no dependen de la gimnasia cerebral para mantener la integración de su cerebro o para aprender, porque dependerá de cada persona en cómo y cuándo utilizarlo; así, algunas personas deciden realizar los movimientos por un período corto de tiempo y vuelven a utilizarlos cuando se encuentran en alguna situación de frustración o desafíos que aparecen en el transcurso de la vida y, por otro lado, habrá personas que se sentirán a gusto realizando estos ejercicios constantemente o por un período de tiempo más prolongado.

En cuanto al ámbito educativo, se puede decir que se apreciaría mayor iniciativa por parte de los docentes para identificar si sus alumnos están teniendo dificultades en sus aprendizajes, es por esto que las experiencias que se van generando en la vida nos

pueden afectar de manera positiva o negativa, y está en la forma de cómo el educador direcciona estas limitaciones o dificultades -utilizando una alternativa- que sea positiva en el alumno.

Paul Dennison integró en su propuesta 26 movimientos sencillos y fáciles de realizar, divididos en cuatro categorías que apoyan y favorecen a una función específica al momento de aprender. Es por ello que es importante describirlos, tomando en cuenta las siguientes interrogantes, ¿qué estimula o trabaja? y ¿cómo se realiza?

### **2.2.1. MOVIMIENTOS DE *BRAIN GYM***

#### **Movimientos de línea central:**

El Doctor Paul Dennison se basó en los programas que se han utilizado desde aproximadamente más de un siglo, que fue cuando se descubrió la lateralidad como concepto, es por eso que desarrolló el conjunto de movimientos de línea central. Dichos movimientos “ayudan a los alumnos a mejorar la coordinación lateral y superior/inferior del cuerpo (concentración) para actividades de motricidad fina y gruesa” (Dennison & Dennison, 2006). Al desarrollar las habilidades laterales estamos fortaleciendo su autonomía y también coordinación de todo el cuerpo, estos ejercicios académicamente ayudan a la lectura, escritura y comunicación.

- Marcha cruzada:

“La marcha cruzada estimula ambos hemisferios del cerebro, el expresivo y el receptivo, facilitando el aprendizaje integrado, haciendo hincapié en el movimiento con todo el cerebro en vez del proceso un- lado-cada-vez” (Dennison & Dennison, 2006).

La marcha cruzada ayuda en la activación del cerebro para mejorar la visión binocular, es decir de ambos ojos, cruzar la línea central tanto en el ámbito visual como en el auditivo, táctil y kinestésico, lo cual nos ayudará próximamente en el ámbito académico para mejorar de manera positiva la ortografía, escritura, lectura y también para escuchar y comprender. Con respecto a la relación postural, este movimiento es de gran ayuda para mejorar la coordinación de derecha e izquierda, oído y visión, respiración y estado físico, etc. Se debe tomar en cuenta que para

realizar este movimiento es importante que el individuo intente estirar sus brazos y piernas. (Dennison & Dennison, 2006).

Para realizar el ejercicio es importante el movimiento de ambos brazos y piernas, ya que se basa en ir alternando brazo derecho con pierna izquierda y viceversa.

- Ocho perezoso:

Estos ejercicios facilitan la activación cerebral en varios aspectos como por ejemplo “Cruzar la línea central visual, visión binocular (ambos ojos a la vez), integración en los hemisferios, aumentar la visión periférica, y mejorar la movilidad ocular” (Dennison & Dennison, 2006).

Los docentes pueden utilizar este ejercicio con el fin de mejorar el mecanismo de lectura, codificación y decodificación del lenguaje escrito, etc. Y con relación al comportamiento favorece a la mejora de la concentración, equilibrio, coordinación, percepción, relajación de los ojos y además del cuello y hombros.

El ocho perezoso es un ocho acostado o un símbolo del infinito con un punto que se encuentra fijo en el medio, el mismo debe encontrarse a la altura de los ojos o de la nariz. Para realizar este movimiento es importante intentar elegir una postura cómoda y próximamente empezar desde el punto medio o la línea central y mover su mano hacia arriba e ir dibujando la silueta del ocho perezoso. Se basa en la integración del campo visual de los ojos tanto en el lado izquierdo como en el derecho. (Dennison & Dennison, 2006)

- Doble garabato:

Este ejercicio nos ayuda activar el cerebro para mejorar “la coordinación mano- ojo en diferentes campos visuales, cruzar la línea central kinestésica, percepción espacial, discriminación visual y codificación símbolo/figura” (Dennison & Dennison, 2006), etc. En el ámbito académico se lo puede aplicar para favorecer a la escritura, ortografía, matemáticas, codificación y decodificación de símbolos, etc.

Al realizar estos ejercicios también ayudamos a la relación entre postura-comportamiento, ya que los niños o los individuos que realicen el ejercicio podrán

tener mejor conciencia sobre sus dos lados, tanto izquierdo como derecho, así también una visión periférica, conciencia de su cuerpo al igual que coordinación. (Dennison & Dennison, 2006).

Este ejercicio se basa en una actividad en la cual se integra el dibujo de manera bilateral, es decir utilizando ambas manos tanto izquierda como derecha al mismo tiempo. Para realizar este ejercicio es importante dejar que el individuo experimente libremente el garabateo con ambas manos y próximamente el docente puede servir de guía hasta que el alumno se sienta preparado de realizar el ejercicio por el mismo. Es significativo que se localice la línea central y se parta desde ese punto hacia fuera, de arriba hacia abajo. (Dennison & Dennison, 2006)

- Ocho alfabético:

En el ámbito académico es un ejercicio que favorece a la enseñanza de la caligrafía, ortografía, escritura, motricidad fina, coordinación ojo mano, conciencia de derecha e izquierda, reconocimiento y discriminación de símbolos. (Dennison & Dennison, 2006).

Este ejercicio tiene la forma del ocho perezoso, el mismo que se encuentra adaptado para escribir letras minúsculas, al ir realizando el ocho alfabético se puede ir evidenciando cómo se integran los movimientos con las formas de las letras, lo cual facilita al individuo el poder escribir y no confundirse con la direccionalidad de las letras. Es importante que el individuo ya tenga interiorizado el ejercicio del ocho perezoso primero para proseguir con el ocho alfabético. (Dennison & Dennison, 2006).

- El elefante:

Estos movimientos que nos proporciona el elefante nos permiten activar el cerebro en los siguientes ámbitos: cruzar la línea central auditiva, permitiendo que se integre el cerebro para escuchar con los dos oídos, memoria a corto y largo plazo, facilitan la integración de la visión y la escucha con el movimiento de todo el cuerpo, habla, ortografía, matemáticas, relajación de los músculos, etc. (Dennison & Dennison, 2006).

Para realizar este movimiento el individuo debe estirar un brazo y pegar su cabeza hacia el brazo estirado, a continuación, debe realizar un ocho perezoso imaginario haciendo que su cabeza, brazo, y torso trabajen conjuntamente como si fueran una unidad. Se debe intentar y lograr mover su brazo alrededor del ocho perezoso, utilizando la misma postura, primero con el brazo izquierdo y después con el brazo derecho y viceversa, con el fin de trabajar los dos hemisferios del cerebro. Hay que tomar en cuenta que para la realización de este ejercicio es importante que el individuo o en este caso los niños enfoquen los ojos más allá de la mano. (Dennison & Dennison, 2006)

- Giros de cuello:

Este ejercicio activa el cerebro para: “Habilidad para leer y escribir en el campo central, concentración, enraizamiento, relajación del sistema nervioso, lectura en voz alta y silenciosa, discurso y lenguaje” (Dennison & Dennison, 2006).

Para realizar este movimiento los niños deben agachar su cabeza hacia delante y empezar a moverla de un lado a otro sin realizar giros completos, se puede también recoger los hombros y realizar el movimiento, esto va a depender de la comodidad del individuo que lo realice, es importante que los niños estiren la cabeza y no únicamente la dejen caer hasta tocar sus clavículas, acompañar el movimiento con una adecuada respiración en la cual se inhale y se exhale, con el fin de relajar los músculos y la tensión acumulada, adicional a esto nos permite eliminar los bloqueos y cruzar la línea central. (Dennison & Dennison, 2006).

- La mecedora:

Este ejercicio es bueno para disminuir la tensión que se genera en la zona de la cadera además de sus otros beneficios al momento de activar el cerebro en los siguientes ámbitos:

“Habilidad para trabajar en el campo central, concentración, aptitudes para el estudio, destreza de la visión izquierda y derecha, coordinación mano- ojo” (Dennison & Dennison, 2006), lo cual permite además mejorar la coordinación de todo el cuerpo, y mejorar el nivel de energía ya que favorece a disminuir el cansancio.

Este ejercicio se basa en recostarse en el suelo boca arriba y apoyarse en sus manos y pies levantándolos como si nuestra cadera fuese una mecedora, al encontrar la posición más cómoda y relajante los niños deberán mover su cadera en círculos y masajearla sobre una superficie que se recomienda sea suave como por ejemplo una colchoneta.

- Respiración abdominal:

Al realizar este ejercicio activamos nuestro cerebro para: “Habilidad para cruzar la línea central, concentración, enraizamiento, relación del sistema nervioso central, ritmos craneales, lectura, lenguaje, etc.” (Dennison & Dennison, 2006)

Este es un ejercicio que nos enseña la forma correcta de respirar, ya que se debe respirar profundamente levantando el abdomen y la caja torácica de a fuera hacia adentro o, al contrario, pero se debe evidenciar cómo se levantan ambas partes del cuerpo, porque si solo estamos levantando la caja torácica quiere decir que la respiración es muy leve y no es la adecuada, lo cual hará que el oxígeno no sea el suficiente. Como se sabe, la oxigenación del cerebro y del todo el cuerpo humano es de suma importancia, debido a que el oxígeno es nuestro combustible para continuar con vida además de los múltiples beneficios. (Dennison & Dennison, 2006)

“Aunque el cerebro representa el 2 % del peso corporal, gasta aproximadamente 20% del oxígeno disponible, y mantener una buena oxigenación en el cerebro significa un buen funcionamiento de este órgano fundamental” (Jose , 2017) lo cual también favorecerá de gran manera a la actividad cerebral.

- Marcha cruzada en el suelo:

Este movimiento tiene amplios beneficios ya que favorece a los músculos del abdomen, relaja la columna vertebral y es un excelente calentamiento para empezar a realizar cualquier tipo de deporte. Al activar el cerebro para: “la Integración izquierda- derecha, concentración y enraizamiento, tomar conciencia de los músculos centrales” (Dennison & Dennison, 2006); también favorece otros ámbitos como la lectura, escritura, ortografía, y a trabajar de manera conjunta con el hemisferio izquierdo y derecho.

Este ejercicio es una variación de la marcha cruzada que realizamos de pie o sentados puesto que en esta marcha realizamos el mismo ejercicio, es decir, topar nuestro codo izquierdo con nuestra rodilla derecha y viceversa, pero recostados en el suelo.

- La cobra:

La cobra favorece a la activación del cerebro en los siguientes ámbitos: “Habilidad para cruzar la línea central, relajación del sistema nervioso” (Dennison & Dennison, 2006). Además de mejorar la postura, ayuda a tener mayor coordinación ojo- mano, comprensión auditiva, lenguaje, concentración y atención, etc.

Para realizar este movimiento los niños deben encontrarse sentados en una silla frente a una mesa, o recostados boca abajo, a continuación, deben relajar sus hombros y apoyar su cabeza en la mesa o en el suelo, después apoyarán sus manos ubicándolas frente a sus hombros, al conseguir esta posición tienen que empezar levantando su frente y a continuación su cuello para concluir con el pecho como si estuviéramos simulando una cobra o una serpiente que se levanta. Se debe tomar en cuenta que este es un ejercicio que requiere de una respiración adecuada. (Dennison & Dennison, 2006)

### **Actividades de estiramiento:**

Estas actividades tienen que ver con el estiramiento de músculos de ciertas partes del cuerpo humano. “Se parecen a los ejercicios de estiramiento y calentamiento muscular que realizan los atletas y bailarinas” (Dennison & Dennison, 2006).

Son actividades que Dennison ha demostrado que son de gran ayuda en varios aspectos como, por ejemplo, para la lectura, discapacidades del lenguaje, escritura, el oído, etc. Además de relajar los músculos, mejorar la postura y circulación de la sangre.

- El búho:

Se trata de un ejercicio que favorece y ayuda a la liberación de la tensión y del estrés. “Los estiramientos de cuello y de los músculos de los hombros devuelven el movimiento, la circulación de la sangre y la energía hacia el cerebro” (Dennison & Dennison, 2006).

Dicho movimiento activa el cerebro en varios aspectos como, por ejemplo: “cruzar la línea central auditiva, escucharse en voz alta, memoria a corto y largo plazo, lenguaje silencioso, capacidad de pensar e integración de la vista y el oído” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito académico favorece al lenguaje, ortografía, cálculo matemático, etc.

Para la realización de dicho ejercicio, los niños deberán ubicar su mano derecha en el hombro izquierdo y girar la cabeza hacia la mano que toca el hombro, posteriormente realizar el mismo movimiento cambiando de mano y ubicándola al lado contrario.

- Activación del brazo:

Este ejercicio activa el cerebro para la “integración del cerebro posterior y anterior, expresión oral y lenguaje, uso abierto del diafragma, mejora la respiración, y la coordinación de ojo- mano” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito académico es un movimiento que ha demostrado que favorece a la mejora de la caligrafía, ortografía, escritura creativa, concentración y enfoque, relajando el cuerpo y preparándolo para una jornada llena de actividades y aprendizajes.

Para realizar este movimiento el niño debe alzar uno de sus dos brazos y con el otro debe sostener del codo el brazo contrario como si formáramos un cuatro invertido, es importante que mientras se realice este movimiento se abra el diafragma, no se debe descuidar uno de los dos brazos ya que se debe realizar la activación con cada brazo, también se debe mencionar que la respiración es clave para realizar este ejercicio, por ello es recomendable que se mantenga la respiración hasta contar 8 o haciendo una respiración completa por posición, pero si el niño o el individuo cree conveniente puede mantener la respiración el tiempo que crea necesario hasta evidenciar que la tensión del brazo desaparezca. (Dennison & Dennison, 2006)

- Flexión de pie:

Activa el cerebro para la “integración de las partes anterior y posterior del cerebro, expresión oral, y habilidades para el lenguaje” (Dennison & Dennison, 2006). Por otra parte, en el ámbito académico este movimiento ayuda a la comprensión auditiva, escritura creativa, postura, comportamiento social, y sobre todo a la atención y

concentración para realizar diversas actividades no únicamente en el ámbito académico.

La explicación de la importancia y el beneficio de este ejercicio son porque “los tendones se contraen para proteger al individuo cuando percibe un peligro. Esto está provocado por el reflejo de alerta y huida del cerebro que actúa sobre los tendones”. (Dennison & Dennison, 2006). Por esa razón, Dennison evidenció que los ejercicios de estiramiento en los cuales se ven involucrados los tendones tienen grandes beneficios para el ser humano.

Este es un ejercicio de estiramiento en el cual el niño debe sentarse correctamente y sostener el final del músculo de la pantorrilla, mientras sujeta suavemente los tendones, el niño debe mover su pie lentamente apuntando hacia arriba y hacia abajo hasta que sienta que se va relajando el músculo de la pantorrilla y viceversa con el otro pie. (Dennison & Dennison, 2006)

- Bombeo de pantorrilla:

El bombeo de pantorrilla activa el cerebro para la “integración del cerebro anterior y posterior, expresión oral, y habilidades para el lenguaje” (Dennison & Dennison, 2006). A su vez en el ámbito educativo también tiene grandes beneficios como, por ejemplo, la comprensión auditiva, lectura, escritura, etc.

En este ejercicio el niño deberá ubicarse de pie frente a una silla, una pared o frente hacia una superficie dura y firme que pueda soportar el peso del individuo, a continuación deberá apoyar sus manos e inclinar su cuerpo hacia delante para que posteriormente el individuo pueda estirar una pierna hacia atrás e inclinar la rodilla de la pierna que se encuentra delante, es importante que los pies no se despeguen del suelo para un mejor estiramiento, en este movimiento se debe presionar la superficie en la que se encuentra apoyado el niño o el individuo como si quisiéramos moverla. Resulta que la flexión de pie es un ejercicio similar, ya que el objetivo es relajar los tendones que se contraen por el reflejo de alerta y huida que suele aparecer cuando nos encontramos en una situación de peligro, pero el músculo queda tensionado. (Dennison & Dennison, 2006)

- Balanceo de gravedad:

Este movimiento activa el cerebro para: “el sentido del equilibrio y coordinación, autoconfianza y concentración, aumento de la atención visual, respiración más profunda, incremento de la energía, etc.” Tomando en cuenta el ámbito educativo favorece beneficios en la comprensión de la lectura, pensamiento abstracto, cálculo, etc.

Los niños deberán sentarse o pararse, esto dependerá de la comodidad de cada individuo, próximamente tienen que cruzar las piernas a la altura de los tobillos, para dejar que la gravedad haga su trabajo y permitir que la parte superior del cuerpo caiga como si quisiera topar las puntas de los pies, este ejercicio resultará más fácil en niños y existirán casos en los cuales si logren tocar las puntas de sus pies, este movimiento favorecerá a restablecer la integridad a todas las zonas de los tendones con el fin de liberar tensión de los músculos, en este ejercicio, al igual que todos los ejercicios de *Brain Gym*, es importante no olvidar la respiración, por ello Paul Dennison recomienda respirar tres veces o si siente que necesita más repeticiones para liberar la tensión y estrés hasta cambiar de pierna y hacer exactamente lo mismo. (Dennison & Dennison, 2006)

- Toma a tierra:

Es un movimiento que activa el cerebro para: “cruzar la línea central de participación, relajación de todo el cuerpo, afirmar el cuerpo respecto al suelo, concentración, organización, conciencia espacial, mejora de la respiración y relajación de la vista” (Dennison & Dennison, 2006). Toma a tierra es un ejercicio que se lo puede utilizar en el aula de clase y nos ayudara en varios ámbitos del individuo ya que favorece ampliamente a la comprensión, autoconcepto, expresión, memoria, etc.

Para realizar este ejercicio, los niños deberán adoptar una postura de arquero o la postura que se utiliza en las artes marciales, en donde los pies se encuentran alineados uno de otro ligeramente más abiertos que los hombros y se procede a flexionar la rodilla de una pierna y el pie mira hacia afuera, es decir, el talón de la pierna que se encuentra flexionada debe encontrarse alineado al otro pie, el torso, la pelvis y la cabeza se encuentran mirando hacia delante donde se encuentra la rodilla flexionada.

Se debe tomar en cuenta que los pies y las piernas son la base del apoyo de todo el cuerpo. Toma a tierra es un ejercicio de estiramiento cuyo objetivo es relajar los músculos iliacos o el grupo muscular de las iliopsoas que son músculos que se encuentran en la zona pélvica, y que ayuda a la flexibilidad, equilibrio, coordinación, y estabilizador de todo el cuerpo, usualmente se contraen por varios motivos como, por ejemplo: permanecer mucho tiempo sentado, estrés acumulado en el área pélvica, falta de movimiento, flexibilidad, etc. “Esta inhibición en las caderas bloquea el sacro, acorta la respiración, e interfiere en el movimiento craneal” (Dennison & Dennison, 2006).

### **Ejercicios de energía:**

Dichos ejercicios “facilitan el flujo de la energía electromagnética a través del cuerpo” (Dennison & Dennison, 2006). Es por ello que estas actividades han ayudado a restablecer las conexiones neurológicas entre el cuerpo y el cerebro.

Como se sabe en la educación es de suma importancia que los niños y niñas estén llenos de energía y dispuestos a aprender cosas nuevas cada día, pero en ocasiones se evidencian niños más cansados y con menos ganas de realizar actividades que requieran movimientos de todo su cuerpo, es así como estos ejercicios de energía planteados por Dennison ayudan al individuo a mejorar el flujo de energía lo cual permitirá un mejor aprendizaje, también es importante mencionar que es un cambio progresivo y son ejercicios que se deben seguir realizando para evidenciar resultados.

- **Tomar Agua:**

Como se sabe el ser humano está compuesto por aproximadamente 70 % de agua, por lo cual para que el cerebro humano funcione adecuadamente necesita de líquidos y en especial de agua ya que es un “magnífico conductor de la energía eléctrica” (Dennison & Dennison, 2006).

Para iniciar el día es recomendable que se inicie tomando un vaso de agua, de igual manera al empezar los ejercicios de *Brain Gym*, el agua nos permitirá tener más energía y captar de mejor manera los movimientos.

- Botones del cerebro:

Dicho ejercicio activa el cerebro en varios ámbitos como, por ejemplo: “envía mensajes desde el hemisferio derecho del cerebro al lado izquierdo del cuerpo y viceversa, regula la activación de los neurotransmisores, posibilita una acción positiva eléctrica y química, aumenta el fluido de la energía electromagnética del cuerpo” (Dennison & Dennison, 2006). Destacando el ámbito educativo que es el tema de interés, favorece a cruzar la línea central ya que activa ambos hemisferios cerebrales, aumenta el nivel de energía, alivia la tensión de los músculos en especial de la nuca, mejora la capacidad de ambos ojos lo cual será una ventaja en la lectura.

Para realizar este ejercicio los niños deberán buscar sus botones cerebrales que son dos hundidos o tejidos que superficialmente se sienten más blandos y se ubican bajo la clavícula, una vez encontrados se debe masajearlos con una mano y la otra mano permanece en el ombligo, y viceversa intercalando las manos para activar ambos hemisferios cerebrales, en este ejercicio es de suma importancia la respiración. (Dennison & Dennison, 2006)

- Botones de tierra:

Los botones de tierra activan el cerebro para: “habilidad para trabajar en el campo central, concentración, enraizamiento (mirar hacia abajo ejercitar la visión cercana), metabolismo básico, adaptación de la visión” (Dennison & Dennison, 2006). Por otra parte, en el ámbito educativo favorece en la organización de su campo visual en su propio cuerpo y del espacio, habilidad para visión espacial, lectura, concentración, etc.

Para realizar este ejercicio es necesario ubicar las yemas de los dedos de una mano en el labio inferior y las yemas de los dedos de la otra mano en el hueso púbico superior, ya que representan la línea central del cuerpo, si le causa incomodidad al individuo tener su mano en el hueso púbico se puede intentar con una variación en donde la mano se la ubica en el ombligo y las yemas de los dedos miran hacia abajo, es importante que se experimente el movimiento con ambas manos para activar ambos hemisferios del cerebro, mientras se realiza el ejercicio se puede ir viendo hacia arriba, abajo, cerca, lejos. (Dennison & Dennison, 2006)

- Botones de equilibrio:

Los botones de equilibrio activan el cerebro para: “toma de decisiones, concentración, pensamiento asociativo, capacidad de expresión de la visión cercana, conciencia sensorial (cerebro posterior), conexión emocional (sistema límbico) y relajación del movimiento craneal” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito educativo favorece al estudiante a tener juicio crítico, toma de decisiones, leer entre líneas, ortografía, concentración, etc.

Para realizar este ejercicio el individuo debe ubicar los botones de equilibrio los mismos que se encuentran sobre la hendidura del cráneo o encima de donde empieza el cuello, a continuación debe masajearlos y ubicar su otra mano sobre el ombligo, realizar este ejercicio por unos 30 segundos o hasta que sienta que la tensión se ha desvanecido, practicar cambiando de manos para activar el botón izquierdo y derecho, se debe tener la cabeza nivelada para mejores resultados del ejercicio. (Dennison & Dennison, 2006)

- Botones de espacio:

Activa el cerebro para: “habilidad para trabajar en el campo central, concentración, enraizamiento, relajación del sistema nervioso central, profundiza la percepción, contacto visual, transición de la visión cercana a lejana” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito académico favorece a las habilidades de organización, capacidad de enfoque y concentración en diversas actividades, motivación, etc.

En dicho ejercicio los niños deben ubicar las yemas de los dedos de una mano sobre el labio superior, es decir en la línea central frontal y la otra mano en la línea central posterior justo encima del coxis, se debe realizar este ejercicio experimentándolo con ambas manos y con una adecuada respiración, también si se desea se puede masajear los botones hasta sentir que se están relajando. (Dennison & Dennison, 2006)

- Bostezo de energía o energético:

Activa el cerebro para la: “relajación de todo el cerebro, activación de la formación reticular (pantallas que distraen de la información relevante)” (Dennison & Dennison,

2006). En el ámbito educativo favorece a relajar la visión y el pensamiento, también a la lectura y a tener una buena escritura creativa, así también ayuda al canto, etc.

El bostezo es un reflejo natural que los seres humanos tienen y que ayuda a la respiración, circulación y estimula todo el cuerpo, es por ello que Paul Dennison utilizó el bostezo para integrarlo a los ejercicios de *Brain Gym*. Para realizar dicho ejercicio, los niños deben simular que están bostezando o esperar un bostezo verdadero, con las yemas de sus dedos deben buscar y ubicar la articulación de la mandíbula con el fin de relajar los músculos. (Dennison & Dennison, 2006)

- Sombrero de pensar:

Activa el cerebro para: “cruzar la línea central auditiva, escuchar el sonido de la propia voz, trabajar con la memoria a corto plazo, discurso silencioso, capacidad de pensar, mejora del estado mental y físico, activa el oído y del equilibrio” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito educativo su aplicación favorece al discurso en público, a la ortografía, concentración, memoria, respiración, energía, cálculo y matemáticas, se puede incluir sonidos de bostezo para provocarlo o también realizar el ejercicio pronunciando las vocales.

En este ejercicio el punto de atención va direccionado hacia las orejas en donde el individuo utilizando el dedo pulgar y el índice procediendo a estirar sus orejas hacia atrás como si las estuviera desenrollándolas desde la parte superior hasta la inferior donde se encuentra el lóbulo de la oreja, es importante que los masajes se los realice suavemente ya que puede lastimar las orejas y oídos, este es un proceso que se lo puede repetir de tres o más repeticiones. (Dennison & Dennison, 2006)

### **Profundizar actitudes:**

- Gancho de Cook:

Activa el cerebro para: “la concentración emocional, enraizamiento, aumento de la atención (estimula la formación reticular), movimiento craneal” (Dennison & Dennison, 2006). En el ámbito educativo su aplicación beneficiará a la comunicación con respecto al lenguaje hablado y la escucha, equilibrio, coordinación, autoestima, etc. Además de ser un excelente ejercicio de relajación que se lo puede realizar antes

de realizar un examen u otros desafíos que se presentan en la vida diaria y que nos generan ansiedad y estrés.

El gancho es un ejercicio que tiene dos partes que funcionan si se las trabaja conjuntamente pero también se las puede practicar por separado, la primera en la cual se puede evidenciar el número ocho con las piernas y con los brazos, esto se realiza extendiendo los brazos y cruzando las muñecas para poder entrelazar los dedos a continuación se acercan las manos al pecho. La segunda parte consiste en descruzar los brazos y las piernas y cuando el individuo se sienta preparado se procede a juntar las yemas de los dedos, esto se lo puede practicar parado o sentado, depende de la comodidad. “El gancho de Cook conecta a la vez todos los circuitos de energía del cuerpo y activa su energía eléctrica cuando está bloqueado” (Dennison & Dennison, 2006). Al realizar este ejercicio equilibramos y conectamos los hemisferios del cerebro.

- Puntos positivos:

Dicho ejercicio activa el cerebro para: “Cruzar el centro de la línea central en caso de estrés o tensión relacionados con recuerdos, situaciones, personas, lugares, sucesos o habilidades y atenúa el reflejo de actuar sin pensar cuando estamos estresados” (Dennison & Dennison, 2006). Al aplicar los puntos positivos en el ámbito educativo nos ayuda significativamente a “liberar los bloqueos de la memoria (ej.: conozco la respuesta, la tengo en la punta de la lengua), habilidades relacionadas con la ortografía, cálculo, estudios sociales, y cuando se requiere memoria retroactiva” (Dennison & Dennison, 2006), además según estudios se evidencia que favorece al discurso en público, actuaciones, lectura en voz alta, etc.

Para realizar este ejercicio es importante que los niños ubiquen donde se encuentran sus puntos positivos los mismos que se encuentran entre la raíz del cabello y las cejas justo en el punto medio donde se podrá sentir unos relieves en la frente. Los puntos positivos se los puede realizar en equipos en el cual los integrantes pueden masajear los puntos de su compañero y viceversa o individualmente, durante el ejercicio se puede colocar alguna historia o música de relajación, y con los ojos cerrados intentar concentrarse en alguna actitud, conducta o sentimiento que quisiera mejorar o cambiar. (Dennison & Dennison, 2006)

Para ilustrar lo señalado, a continuación, se sintetiza el concepto que subyace en la implementación de ejercicios del *Brain Gym*.

**Tabla 1:**

|                                     |                                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>Movimientos de línea central</b> | -Marcha cruzada                       |
|                                     | -Ocho perezoso                        |
|                                     | -Doble garabato                       |
|                                     | -Ocho alfabético                      |
|                                     | -Elefante                             |
|                                     | -Giros de cuello                      |
|                                     | -La mecedora                          |
|                                     | -Respiración abdominal                |
|                                     | -Marcha cruzada en el suelo           |
|                                     | -La cobra                             |
|                                     | -Pienso en X                          |
| <b>Actividades de estiramiento</b>  | -El búho                              |
|                                     | -Activación del brazo                 |
|                                     | -Flexión de pie                       |
|                                     | -Bombero de pantorrilla               |
|                                     | -Balanceo de gravedad                 |
|                                     | -Toma a tierra                        |
| <b>Ejercicios de energía</b>        | -Tomar agua                           |
|                                     | -Botones del cerebro                  |
|                                     | -Botones de tierra                    |
|                                     | -Botones de equilibrio                |
|                                     | -Botones de espacio                   |
|                                     | -Bostezo energético                   |
|                                     | -Sombrero de pensar                   |
| <b>Profundizar actitudes</b>        | -Gancho de Cook                       |
|                                     | Parte I                      Parte II |
|                                     | -Puntos positivos                     |

Elaborado por: la investigadora

### 2.2.2. EJERCICIOS BÁSICOS DE BRAIN GYM:

Como se pudo verificar anteriormente existen 26 ejercicios de *Brain Gym*, pero solo cuatro son los más conocidos y practicados, dichos movimientos se lo clasifican por sus siglas P.A.C.E que se definen de la siguiente manera:

**P:** positivo; **A:** activo; **C:** claro; **E:** energético.

| Primer ejercicio: | Segundo ejercicio: | Tercer ejercicio: | Cuarto ejercicio: |
|-------------------|--------------------|-------------------|-------------------|
| Tomar agua        | Botones cerebrales | Marcha cruzada    | Gancho de Cook    |

Elaborado por la investigadora

Los ejercicios PACE se pueden realizar tanto en el ámbito educativo para docentes y alumnos, pero también es recomendable en varios ámbitos externos como en el trabajo, y en casa, puesto que ayudan al individuo a predisponer al cerebro, con el fin de tener un mejor ritmo de aprendizaje, atención, concentración, relajación etc. Dichos ejercicios básicos resultan ser sencillos a la hora de practicarlos y eficaces en el desempeño del cerebro humano.

### 2.3. BRAIN GYM Y EDUCACIÓN:

Como se puede observar anteriormente el *Brain Gym* es una serie de movimientos sencillos que potencian el funcionamiento del cerebro, y en medida que se los practica favorecen el aprendizaje del individuo en diversas áreas, es por tal motivo que algunos docentes han optado por implementarlo en sus aulas de clase, dado que representa un gran aliado en el ámbito académico, es de suma importancia definir y analizar términos que actualmente se requieren para comprender el contexto en el cual el *Brain Gym* es un beneficiario, y que logrará aclarar la mente del lector, como por ejemplo: ¿qué es educación?, problemas evidentes en las aulas por parte de los docentes y de los alumnos, ¿qué es inclusión educativa?, y ¿cuáles son los beneficios del *Brain Gym* en la educación?, ya que en el transcurso de los años nos hemos dado cuenta la importancia del proceso de enseñanza-aprendizaje y de la educación en general como la base para formar sociedades productivas y, sobre todo, aportar a la consolidación de personas íntegras.

#### Educación

Como punto de partida y para comprender el contexto educativo es importante definir el término educación, interpretado como la “preparación y formación para inquirir

y buscar con sabiduría e inteligencia, aumentar el saber, dar sagacidad al pensamiento, aprender de la experiencia, aprender de otros” (Aníbal, 2007) , por otra parte y según Paulo Freire “la educación verdadera es praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo” (Freire , 2007), tras analizar las definiciones anteriores se podría decir que la educación es el cambio de actitud que se genera a través de un proceso de enseñanza aprendizaje entre el docente y el alumno.

Por otra parte, en el contexto político ecuatoriano y tomando como referencia la Constitución de la República, en el artículo 27 , se enuncia que la educación tiene que ser de calidad, pero ¿en realidad los ecuatorianos tenemos una educación de calidad?, o nos hemos acostumbrado a la educación conductista y clásica que se basaba en la memorización, es así como en el transcurso de los años parece que simplemente nos hemos dedicado a leer artículos y promulgar leyes de educación, pero no a ponerlas en práctica.

De igual manera en el Código de la niñez y adolescencia (2013) en su artículo 37 menciona que “ Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad”, demandando en este artículo una serie de aspectos y requerimientos para lograrlo, como por ejemplo, que se “garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, material didáctico, laboratorios, locales, instalaciones, recursos adecuados y que gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje”, lo cual es un tanto cuestionable, debido a que no todos los niños y adolescentes gozan de este derecho.

### **Calidad educativa**

Actualmente seguimos hablando sobre fomentar una educación de calidad para todos sin exclusiones, pero ¿qué quiere decir calidad educativa? Para ello es importante determinar el contexto en el que nos encontramos inmersos, es decir, el contexto ecuatoriano y proyectarnos al futuro para definir qué es lo que esperamos y lo que buscamos como sociedad. De tal forma que un sistema educativo logrará ser productivo en medida que logre cumplir los objetivos y llegue a las metas que se ha planteado la sociedad, pero para lograr alcanzar esas metas se debe cumplir algunos requerimientos educativos como, por ejemplo, fomentar la equidad, igualdad de oportunidades, ser inclusivos, proporcionar recursos suplementarios y específicos, asegurar el aprendizaje significativo para todos y todas tomando en cuenta las necesidades de los alumnos,

conocimientos relevantes y pertinentes al contexto, entre varios aspectos más que determinan una educación de calidad y calidez.

Sucesivamente para llegar a experimentar la calidad educativa es necesario crear una cultura inclusiva, para lo cual es primordial comprender algunos conceptos como la diversidad que son las características individuales de cada persona tanto genotípicas y fenotípicas, así también la igualdad en donde se plantea los mismos derechos y oportunidades para todos los individuos, y la equidad que significa dar a cada individuo lo que necesitan. Es así como se llega al término inclusión.

## **Inclusión**

La inclusión es un término que actualmente se lo escucha en varios países y en varios lugares de nuestro país, pero no es un término empleado únicamente en el ámbito educativo, sino en varios ámbitos presentes en una sociedad, es así cómo la inclusión ya se la ha venido tratando años atrás, lo cual se evidencia en algunos antecedentes como por ejemplo: Artículo 3 de la Declaración mundial sobre educación para todos “universalizar el acceso a la educación y fomentar la equidad” (UNESCO, 1990), donde se plantea básicamente la accesibilidad y satisfacción de las necesidades, teniendo la misma igualdad de oportunidades pero con diferente estrategia, del mismo modo en el literal número 2 de la declaración de salamanca “Las personas con necesidades educativas especiales deben tener acceso a las escuelas ordinarias, que deberán integrarlos en una pedagogía centrada en el niño, capaz de satisfacer esas necesidades” (UNESCO, 1994), en dicha declaración se busca favorecer la integración de los estudiantes en el ámbito educativo.

Pero la inclusión no fue un término que apareció súbitamente, fue un proceso que, como se puede evidenciar, tuvo varios antecedentes, se lo trató en varios países y a nivel mundial, en el ámbito educativo se inició con la exclusión. Al pasar unos años, se continuó con la segregación que como su nombre lo dice es la separación o la marginación de un individuo o grupo por determinada característica, y después se va evolucionando y debatiendo más a fondo sobre la importancia de una educación de calidad para todos y todas, por tal motivo aparece la integración la cual pretende integrar a todos los niños y jóvenes a una educación en donde el alumno se acopla al sistema educativo y a la institución, pero al pasar los años fue notorio que la integración no era precisamente lo

que estaba buscando la educación, sino la inclusión que se refiere al incluir a todos los individuos en una institución ordinaria, pero la sociedad, el sistema y la institución son quienes se acoplan al individuo de manera equitativa y con igualdad de oportunidades para todos y todas.

Claramente la inclusión es un proceso que tomará años de preparación y de cambiar desde el pensamiento y la actitud de todas las personas. Es cierto que para que una educación sea de calidad se debe ser inclusivos, pero ¿los docentes y la sociedad actual están preparados para este cambio? Lo cierto es que no, pero estamos en este arduo proceso que empieza desde uno mismo, se debe reflexionar y más aún los docentes de esta sociedad para promover la iniciativa sobre la investigación e ir en busca de más estrategias didácticas que beneficien el aprendizaje de los alumnos, por lo tanto, es una forma de cambio para favorecer el proceso educativo en el que se encuentra la sociedad ecuatoriana.

### **Problemas presentes en la educación**

Esta investigación nace con la necesidad evidente que se presenta a diario en las aulas de clase en donde el objetivo es brindar una educación de calidad tomando en consideración todo lo que comprende el término “calidad educativa”, así también los problemas que se presentan en la educación, partiendo desde el preescolar hasta años superiores, en donde claramente existen problemas de enseñanza por parte del docente y de aprendizaje por parte del alumno, pero si nos planteamos la simple pregunta ¿cuál es el problema de los docentes?, las respuestas serán variadas y habrá que percatarse que existe falta de estrategias didácticas que se pueden emplear en el aula de clase, falta de motivación, falta de investigación, falta de conocimiento acerca de necesidades educativas y varias respuestas más que a la larga nos terminaremos preguntando: ¿cuál es la solución a todos estos problemas? Visiblemente determinaremos que no existe una solución precisa, pero sí existen estrategias que los docentes pueden emplear en educación para que este proceso de enseñanza aprendizaje sea enriquecedor y significativo para el alumno. Como se sabe, cada individuo es único e irrepetible, por tal motivo lo que para algunos servirá, para otros no. Por eso está en el docente percibir y evidenciar qué estrategias son útiles para sus alumnos.

Por otra parte, los alumnos son el núcleo de la educación en general, y de esta investigación, por eso al plantearnos la siguiente pregunta: ¿Cuál es el problema de los alumnos en las aulas de clase? Se advertirá que hoy en día existen varios problemas que suelen ser evidentes como, por ejemplo, falta de motivación, problemas de comportamiento, falta de atención, concentración, lento aprendizaje, exceso de estímulos, falta de curiosidad, tics, la amplia gama de necesidades educativas entre ellas: TDH, síndrome de Down, autismo, discapacidad visual, auditiva, motora, intelectual, dislexia, dislalia, digrafías, discalculia, cáncer, sida, etc. Pero no se deben confundir las necesidades educativas especiales con discapacidades, puesto que todo el mundo tiene necesidades educativas las cuales se definen como: el impedimento o la barrera que impide acceder al aprendizaje, necesitando así de apoyos adicionales como, por ejemplo: técnicas, instrumentos, recursos, estrategias, infraestructura, entre otros. Los problemas que presentan los alumnos son evidentes y el docente debe notar ¿qué sucede y cómo sobrellevarlo?

### **Beneficios del *Brain Gym* en la educación**

La educación, representa el proceso de enseñanza- aprendizaje en el cual se pretende generar cambios en el comportamiento del ser humano, es decir generar y adquirir aprendizajes. En el ámbito educativo los docentes son quienes deben velar por generar y construir aprendizajes significativos con sus alumnos, es por eso que en este proceso los docentes están en la labor de investigar y actualizar sus conocimientos constantemente, ya que existen un sin número de recursos, estrategias, medios, técnicas, etc. que se encuentran a su disposición y se puede intentar aplicar en las aulas de clase, siempre y cuando se evalúe los resultados, lo cual permitirá al docente evidenciar si son útiles o no para cada alumno, teniendo presente la diversidad.

Es importante tomar en consideración que “ los niños y las niñas de etapa inicial disfrutan de toda actividad física, pues el movimiento es la primera de las artes que ellos manifiestan” (Zambrano & Del Val, 2017), todos los ejercicios planteados por Paul Denison brindan a los individuos la oportunidad de moverse demostrando autonomía, destreza y habilidad, pero esto se logrará solo y únicamente si se generan en espacios agradables, donde se fomente la creatividad, imaginación y disfrute, tomando en cuenta la kinesiología educativa para que todos los niños y niñas logren una conciencia en cuanto a su cuerpo a través de todos los sentidos.

“El progreso de las áreas de desarrollo depende en gran medida de la cantidad y calidad de estímulos a través de los ejercicios de la gimnasia cerebral” (Zambrano & Del Val, 2017). Es importante reconocer que el *brain gym* “es un programa educativo que utiliza la relación entre el aprendizaje, el movimiento y la postura corporal para desbloquear y restablecer un funcionamiento cerebral óptimo” (Zambrano & Del Val, 2017).

Por consiguiente, la investigadora propone la aplicación de *Brain Gym* en las aulas de clase y en determinados momentos del día, con el fin de proporcionar a los alumnos una estrategia que favorezca y optimice los aprendizajes, puesto que los beneficios que se presentan son abundantes para el estudiante o para las persona que lo practiquen, en vista de que se está fomentando el uso de ambos hemisferios cerebrales explotando la capacidad cerebral, de igual manera se ayuda a generar más conexiones neuronales y como se sabe de 0 a 4 años es la etapa en la que los niños absorben más aprendizajes, por lo cual es importante generar aprendizajes significativos y útiles para toda su vida. Así mismo optimiza las capacidades para relacionarse, mejora la capacidad de atención y concentración, permite un mejor desarrollo de la imaginación y la creatividad, favorece en la memoria y retención de información, por lo cual es sustancial no generar aprendizajes memorísticos que con el tiempo se perderán, si no ir en busca de enseñanzas enriquecedoras.

El *Brain Gym* es una forma de preparar el cerebro para aprender, debido a que “hacer trabajar el cerebro en los dos hemisferios, mejora la capacidad de razonamiento, pensamiento y aprendizaje. Además, existen beneficios como el aumento de confianza y autoestima” (De la Vega , 2018). Y de igual manera López (como se citó en De la vega 2018) menciona que la gimnasia cerebral “permite estimular el hemisferio izquierdo y derecho, ya que a través del movimiento se aumenta el cuerpo calloso proporcionando armonía entre los aspectos emocionales, físicos y mentales, desarrollando habilidades y capacidades mediante la estimulación del cerebro”. El *Brain Gym* ha demostrado ser una estrategia didáctica que ha favorecido a varios docentes y a personas en general alrededor del mundo.

Si bien es cierto los beneficios que genera el *Brain Gym* son amplios, lo cual se lo puede evidenciar en los antecedentes presentados y en las diversas citas de autores que corroboran la teoría y la práctica, es por ello que a lo largo de la investigación se ha

tomado en cuenta varios trabajos de investigación relacionados al *Brain Gym* como una estrategia que potencializa el desarrollo del individuo íntegramente, (Toapanta , 2016) menciona en su trabajo de disertación que el *brain gym* “es un conjunto de ejercicios corporales simples, rápidos y divertidos que facilita el flujo de energía a través del cuerpo logrando un procesamiento integral de la información, son actividades eficaces que prepara a los niños y niñas para destrezas específicas como la coordinación, concentración”.

En el ámbito educativo los docentes se enfrentan a varios problemas y situaciones que afectan el proceso de enseñanza, entre ellos el exceso de estímulos visuales y auditivos, la exposición a las Tics, falta de curiosidad, entre otros factores que han contribuido a disminuir la atención y concentración en los alumnos. La aplicación de *Brain Gym* es una alternativa que los docentes pueden utilizar con el fin de disminuir o solucionar este problema que afecta al aprendizaje de los niños, y así también se favorecerán varios aspectos del proceso de enseñanza aprendizaje.

## **2.4. VÍNCULO ENTRE *BRAIN GYM* Y EDUCACIÓN INICIAL**

El presente tema en el cual se abordará la educación inicial tomará en cuenta: las características de los niños de 4 a 5 años de edad en los distintos ámbitos del desarrollo, es decir el ámbito: cognitivo, físico motriz, socio- emocional y del lenguaje, así también las habilidades y destrezas de los niños del grupo etario al que pertenece la investigación basándose en el sistema educativo actual y para concluir se manifestará los beneficios del *Brain Gym* en la educación inicial.

### **Características de los niños y niñas de 4 a 5 años:**

Para iniciar se tomará como referencia a Piaget quien fue uno de los psicólogos y educador infantil que dejó huella en el ámbito educativo, pero básicamente es un epistemólogo genético cuyo trabajo fue direccionado a “describir y explicar de una forma sumamente sistemática el crecimiento y el desarrollo de las estructuras intelectuales y el conocimiento” (Wadsworth, 1992). Es así como Piaget planteó las etapas del desarrollo tomando en cuenta todas las áreas del ser humano que se presentan en el siguiente cuadro.

Tabla 2:

**Etapas según Piaget.**

|                                         |                           |
|-----------------------------------------|---------------------------|
| 1.- Etapa sensomotora                   | <b>0 a 2 años de edad</b> |
| 2.- Etapa del pensamiento pre operativo | 2 a 7 años de edad        |
| 3.- Etapa de operaciones concretas      | 7 a 11 años de edad       |
| 4.- Etapa de operaciones formales       | 11 en adelante            |

Elaborado por la investigadora

En esta ocasión y al tener presente que la investigación está planteada para realizarse con niños de 4 a 5 años de edad se basará en la etapa del pensamiento preoperativo debido a que es la etapa del desarrollo que como lo menciona Piaget inicia desde los dos años hasta los siete años de edad, encontrándose en el rango de edad requerido para la investigación.

Piaget ha determinado que entre los 2 a los 7 años de edad aparecen nuevas aptitudes, destrezas y habilidades, en donde se evidencia, la representación, la cual se manifiesta a través de símbolos y signos que se nombra como la función simbólica, pero se debe destacar que durante el desarrollo aparecen varios tipos de representación, que según las investigaciones realizadas tienen el siguiente orden: “la imitación diferida, el juego simbólico, el dibujo, la fantasía mental y el lenguaje hablado” (Wadsworth, 1992, pág. 63).

La imitación diferida “consiste en imitar objetos y sucesos que no han estado presentes durante algún tiempo” (Wadsworth, 1992), como, por ejemplo, cuando los niños juegan a imitar acciones realizadas con anterioridad y que el niño es capaz de recordar.

Otra de las representaciones que se va mostrando en esta etapa es el juego simbólico en donde el niño no busca otro público más que él mismo, como por ejemplo cuando juega con una ula ula y se imagina que es un carro o un espejo o cualquier objeto proporcionándole todas las características propias del mismo, y que le permite imaginarse y crear con su mente todo un contexto imaginativo “se trata de una asimilación de la realidad con él mismo, en lugar de que él se ajuste a la realidad” (Wadsworth, 1992), permitiéndole al niño auto expresarse a base de la imaginación.

El dibujo es otro tipo de representación y, según se puede observar, los niños cuando empiezan a utilizar lápices, crayones y marcadores, aún no dominan la pinza motriz, por ello empiezan con el garabateo, los niños “no tienen ninguna idea (representación) de lo que va a dibujar; no obstante, en algunas ocasiones van surgiendo formas mientras garabatean” (Wadsworth, 1992), al pasar el tiempo y al transcurrir esta etapa el niño tratará de representar cosas a través de sus dibujos que con el tiempo serán más acordes a la realidad.

Las imágenes mentales se les consideran como representaciones internas o también llamadas símbolos de algunos objetos que observó con anterioridad o de experiencias de su pasado que el niño crea en su mente.

La última representación que menciona Piaget en esta etapa es el lenguaje hablado que es una destreza verbal que aumenta con rapidez, ya que va ganando vocabulario constantemente, es por ello que a los dos años de vida el niño va utilizando palabras para referirse a objetos, basando sus primeras oraciones en una palabra, pero al cumplir 4 años de edad por lo general ya dominan el lenguaje, aunque hay que tomar en cuenta que cada niño tiene su propio ritmo de desarrollo, pero estas etapas nos dan pautas para conocer el desarrollo promedio.

Principales características de la etapa preoperacional:

El egocentrismo es una característica evidente en los niños en esta edad refiriéndose así “a la incapacidad del niño para ver una situación desde el punto de vista de otra persona” (Vergara, 2017). Es por ello que los niños se imaginan que todo gira a su alrededor y que todas las personas piensan como él, sin embargo, es una característica que generalmente aparece en esta etapa y que se supera progresivamente, conforme el niño va tomando conciencia de que existen más personas en el mundo y no solo él.

Otra característica de esta etapa es el centrismo, se refiere a la tendencia que tienen los niños para prestar atención en un determinado estímulo fijándose en una sola característica sin notar las demás que se presenta en su entorno.

Para concluir con las características de la etapa preoperacional en cuanto a Piaget se menciona que los niños experimentan la irreversibilidad que “es la incapacidad de invertir la direccionalidad de una secuencia de eventos a su punto de partida” (Vergara, 2017).

Para determinar las características principales de los niños de 4 a 5 años de edad es necesario tomar en cuenta otras fuentes, por lo cual en la presente investigación además de partir por el legado de Piaget, también se considerará el aporte de la investigadora en cuanto al desarrollo de cada área, para lo cual se recopiló información a través de la experiencia, observación, y documentos o investigaciones referentes al tema.

Tabla 3:

**Características del desarrollo de 4 a 5 años**

| <b>Desarrollo en el área físico motriz</b>                                     |                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Logra realizar movimientos con mayor coordinación y manteniendo el equilibrio. |                                                      |
| <b>Motricidad Gruesa</b>                                                       | <b>Motricidad Fina</b>                               |
| Alcanza objetos que pasan su altura.                                           | Come por sí solo                                     |
| Se viste y se desviste por sí solo.                                            | Recoge objetos pequeños utilizando la pinza motriz.  |
| Imita saltos.                                                                  | Se lava la cara y manos por sí solo.                 |
| Salta en un pie con mayor equilibrio.                                          | Saben utilizar cierres, pero en ocasiones con ayuda. |
| Son capaces de mecerse y trepar.                                               | Adecuado manejo de las tijeras.                      |
| Caminan en línea recta, ondas y en zigzag.                                     | Rasgan papel.                                        |
| Empujan objetos pesados, es decir, tienen más fuerza y resistencia.            | Hacen figuras con plastilina.                        |
| Buena coordinación de ojo mano                                                 | Imitan un círculo                                    |
| Lanza una pelota por encima de un objeto.                                      | Realizan pintura dactilar                            |

| <b>Desarrollo cognitivo</b>                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Recuerdan los nombres de los integrantes de su familia y de sus compañeros de clase. |
| Siguen instrucciones para realizar las diversas actividades.                         |
| Clasifican objetos por su color, forma, tamaño.                                      |
| Reconocen las figuras geométricas como: triángulo, cuadrado y círculo.               |
| Recuerda y reconoce las partes del cuerpo.                                           |
| Utilizan el tiempo presente y pasado, pero en ocasiones se confunden.                |
| Se encuentran en proceso de interiorizar los días de la semana.                      |
| Sabe contar hasta el número 10 o más                                                 |

| <b>Desarrollo del lenguaje</b>                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Mantiene conversaciones más largas ya que su vocabulario es más amplio.                |
| Posee una articulación fonética lógica.                                                |
| Repite una rima o un trabalenguas corto.                                               |
| Conoce algunas letras como por ejemplo las de su nombre.                               |
| Contesta preguntas sencillas.                                                          |
| Suele preguntar constantemente para conocer y comprender lo que no sabe o no entiende. |
| Se muestran entretenidos e interesados por adivinanzas, chistes o juegos de palabras.  |

| <b>Desarrollo Socio- emocional</b>                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Se alegra por sus logros.                                                                                    |
| Reconoce y expresa algunos de sus sentimientos.                                                              |
| Respeta su turno.                                                                                            |
| Es sensible a la necesidad de otros niños.                                                                   |
| Usa por favor y gracias.                                                                                     |
| Demuestra cariño a su familia y amigos.                                                                      |
| Son egocéntricos.                                                                                            |
| Son más independientes, aunque en ocasiones demuestren inseguridad ante situaciones o personas desconocidas. |
| Empiezan a controlar sus sentimientos, pero suelen volver aparecer las rabietas.                             |

Elaborado por la autora.

### **Destrezas de 4 a 5 años:**

Para identificar las destrezas que se pretenden lograr en el ámbito educativo es importante situarnos en un determinado contexto, es decir el contexto ecuatoriano, por consiguiente y, según el Ministerio de Educación como lo plantea en el currículo de educación inicial 2014, las destrezas se basan en 7 ámbitos del desarrollo y aprendizaje que son: identidad y autonomía, convivencia, relaciones con el medio natural y cultural, relaciones lógico matemáticas, comprensión y expresión del lenguaje, expresión artística y expresión corporal y motricidad, los mismos que se encuentran enfocados para niños del subnivel 2, constando dos grupos etarios ( 3 a 4 años y 4 a 5 años). Pero por motivos puntuales de la investigación, se tomarán en cuenta determinadas destrezas del currículo de Educación Inicial, que estén relacionadas con la atención y concentración y que,

mediante su desarrollo, propicien la implementación de las estrategias didácticas basadas en *Brain Gym*, cuyos destinatarios sean los niños de 4 a 5 años para que puedan beneficiarse con dichas estrategias en la consecución de los aprendizajes significativos.

Tabla 7:

**Destrezas de 4 a 5 años según el currículo de Educación Inicial 2014 que se logra a través del *Brain Gym*.**

| Ámbito:                                     | Destrezas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Identidad y Autonomía:                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizar la cuchara, tenedor y el vaso cuando se alimenta de manera autónoma.</li> <li>-Practicar hábitos de orden ubicando los objetos en el lugar correspondiente.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Convivencia:                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Proponer juegos construyendo sus propias reglas interactuando con otros.</li> <li>-Colaborar en actividades que se desarrollan con otros niños y adultos de su entorno.</li> <li>-Identificar instituciones y profesiones que brindan servicios a la comunidad y los roles que ellos cumplen.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Relaciones con el medio natural y cultural: | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Explorar e identificar los diferentes elementos y fenómenos del entorno natural mediante procesos que propicien la indagación.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Relaciones lógico-matemáticas:              | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Ordenar en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos</li> <li>-Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después.</li> <li>-Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos.</li> <li>-Asociar las formas de los objetos del entorno con figuras geométricas bidimensionales.</li> <li>-Identificar figuras geométricas básicas: círculo, cuadrado y triángulo en objetos del entorno y en representaciones gráficas.</li> <li>-Experimentar la mezcla de dos colores primarios para formar colores secundarios.</li> <li>-Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica.</li> </ul> |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Comprender la relación del numeral (representación simbólica del número) con la cantidad hasta el 5.</li> <li>-Clasificar objetos con dos atributos (tamaño, color o forma)</li> <li>-Identificar semejanzas y diferencias en objetos del entorno con criterios de forma, color y tamaño</li> <li>-Comparar y ordenar secuencialmente un conjunto pequeño de objetos de acuerdo a su tamaño</li> <li>-Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.</li> </ul>                                                                                                                                                                                           |
| Comprensión y expresión del lenguaje: | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Comunicarse incorporando palabras nuevas a su vocabulario en función de los ambientes y experiencias en las que interactúa.</li> <li>-Participar en conversaciones más complejas y largas manteniéndose dentro del tema</li> <li>-Reproducir trabalenguas sencillos, adivinanzas, canciones y poemas cortos, mejorando su pronunciación y potenciando su capacidad imaginativa.</li> <li>-Seguir instrucciones sencillas que involucren la ejecución de tres o más actividades</li> <li>-Relatar cuentos narrados por el adulto manteniendo la secuencia sin la ayuda del paratexto.</li> <li>-Comunicar de manera escrita sus ideas intentando imitar letras o formas parecidas a letras.</li> </ul> |
| Expresión artística                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mantener el ritmo y las secuencias de pasos sencillos durante la ejecución de coreografías.</li> <li>-Realizar actividades creativas utilizando las técnicas grafoplásticas con variedad de materiales</li> <li>-Expresar sus vivencias y experiencias a través del dibujo libre.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Expresión corporal y motricidad       | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Caminar y correr con soltura y seguridad manteniendo el equilibrio a diferentes distancias, orientaciones y ritmos en espacios parciales</li> <li>-Saltar de un pie a otro alternadamente, de manera autónoma</li> <li>-Caminar, correr y saltar de un lugar a otro coordinadamente combinando estas formas de desplazamiento, a velocidades diferentes y en superficies planas e inclinadas con obstáculos.</li> <li>-Ejecutar actividades coordinadamente y con un control adecuado de fuerza y tonicidad muscular como: lanzar, atrapar y patear objetos y pelotas.</li> </ul>                                                                                                                     |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>-Realizar ejercicios de equilibrio estático y dinámico, controlando los movimientos de las partes gruesas del cuerpo y estructurando motricidad facial y gestual según la consigna incrementando el lapso de tiempo</li> <li>-Mantener el equilibrio al caminar sobre líneas rectas, curvas y quebradas con altura (aprox. 20 cm) logrando un adecuado control postural.</li> <li>-Realizar ejercicios que involucran movimientos segmentados de partes gruesas y finas del cuerpo (cuello, hombro, codo, muñeca, dedos, cadera, rodilla, tobillo, pie).</li> <li>-Realizar actividades de coordinación visomotriz con niveles de dificultad creciente en el tamaño y tipo de materiales.</li> <li>-Utilizar la pinza digital para coger lápices, marcadores, pinceles y diversos tipos de materiales</li> <li>-Realizar representaciones gráficas utilizando el dibujo con detalles que le dan intencionalidad y sentido para identificarlos</li> <li>-Emplear su lado dominante en la realización de la mayoría de las actividades que utilice la mano, ojo y pie.</li> <li>-Realizar movimientos diferenciados con los lados laterales del cuerpo (un lado y otro lado).</li> <li>-Orientarse en el espacio realizando desplazamientos en función de consignas dadas con las nociones: entre, adelante - atrás, junto a, cerca-lejos</li> <li>-Utilizar el espacio parcial e inicia con el uso del espacio total para realizar representaciones gráficas.</li> </ul> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Fuente: (Ministerio de Educación, 2014).

Como se pudo evidenciar en la tabla 7, los ámbitos educativos se encuentran relacionados con las destrezas correspondientes al grupo etario y a lo planteado en el currículo de Educación Inicial, también responden a las destrezas que se pueden lograr a través de la implementación del *Brain Gym* en el aula de clase.

Resulta evidente que para generar aprendizajes es necesario que los individuos se encuentren atentos y concentrados, es por ello que la presente investigación proporciona estrategias didácticas que favorecen a la mejora de atención y concentración en niños de 4 a 5 años de edad. Pero en el proceso de la investigación se logró evidenciar que se estaba dando respuesta al sistema educativo actual, en vista de que a medida que se realizaban los ejercicios los niños trabajaban la mayoría de las destrezas del currículo de educación

inicial 2014 correspondientes a su edad, las mismas se podrán visualizar en la presente tabla 7.

### **Beneficios del *Brain Gym* en educación inicial**

Es digno mencionar que cada individuo experimenta un ambiente familiar diverso por tal motivo se presentan diversos factores que interfieren en el desenvolvimiento y desarrollo del ser humano desde la infancia, por ejemplo si un individuo experimenta un ambiente amable, de motivación, estimulación y amor, experimenta el factor de protección que será una de las claves del desarrollo, pero si por el contrario existe un ambiente familiar agresivo, ofensivo, depresivo, en el cual el individuo no se siente capaz, se evidencia el factor de riesgo que tendrá que ver en el comportamiento de los individuos y en la dificultad para generar aprendizajes significativos ya que se ven afectados procesos importantes como la atención y concentración entre otros.

Por esos y varios motivos adicionales, el rendimiento de los alumnos muchas veces se ve opacado, pero ahí, es cuando la labor del docente es fundamental, y lo óptimo será incluir en la rutina diaria, actividades o estrategias que beneficie el aprendizaje de los niños, en donde se llame su atención desde el primer momento y se sientan en un ambiente libre y amigable. No se debe dejar de lado que cada individuo tiene su ritmo de aprendizaje y las estrategias que se utilicen en el aula de clase deberán tomar en consideración el estado anímico, académico y social del grupo de estudiantes, por eso el *Brain Gym* es una estrategia que permitirá al niño o niña relajarse y experimentar a través del ámbito sensorio motriz en conjunto con su entorno.

Para que un estudiante genere aprendizajes significativos necesita estar atento y concentrado, por lo cual los estímulos tanto externos como internos juegan un papel fundamental, al trabajar con niños en su etapa inicial y tomando en cuenta el grupo etario de 4 a 5 años con un nivel atencional 10 a 25 minutos, las actividades que se realicen deben llamar la atención del niño desde el inicio y ser cortas pero enriquecedoras a la vez.

Por tal motivo la presente investigación parte por la necesidad de los docentes por mejorar la atención y la concentración en las aulas de clase, que permitan a los niños

generar y construir aprendizajes significativos, optando por el *Brain Gym* como estrategia didáctica.

Al practicarlo, docentes, padres de familia y alumnos se darán cuenta que dichos ejercicios basados en movimientos representan un valioso aliado en el aprendizaje, puesto que favorecen varios ámbitos del ser humano, y también dan respuesta al sistema educativo actual del Ecuador, lo cual se evidencia en la tabla 7.

También es importante destacar que a lo largo de los años y desde la inserción del *Brain Gym* en educación su práctica ha sido cuestionada y a la vez valorada por varios docentes. Mercade (como se citó en Chávez 2018) afirma que:

La Gimnasia Cerebral provoca una mejora en el funcionamiento total del cerebro y gracias a ello se obtienen varios beneficios como: mejora en habilidades escolares como la escritura y la matemática, concentración y memoria, se mejora la coordinación, se desarrolla las habilidades lingüísticas, se mejora el desarrollo personal social y reduce niveles de cansancio mental, previene Alzheimer, mejora la atención y optimiza el aprendizaje. (Chávez, 2018, pág. 17)

Es así como el *Brain Gym* representa una forma de integrar los movimientos de manera positiva en el aprendizaje, con el fin de desbloquear partes del cerebro que anteriormente se encontraban bloqueadas, al realizar dichos ejercicios estamos integrando ambos hemisferios cerebrales, estimulando el flujo de la información que se recibe, y motivando el aprendizaje integral.

Al aplicar los ejercicios de *Brain Gym* en Educación inicial nos encontramos en la necesidad de realizar los mismos ejercicios pero con un PLUS, es decir buscar la manera de llamar la atención del niño y que se divierta mientras realizan dichos movimientos, ya que pueden resultar un poco aburridos y tediosos para la edad en la que se los aplica, es por ello que se pretende integrar recursos llamativos, generar curiosidad, expectativa, creatividad e imaginación, para que los niños disfruten y vean el *Brain Gym* como un juego de iniciación en el cual pueden participar activamente.

Como último punto en cuanto al *Brain Gym* en educación inicial y no menos importante, se debe destacar el rol del docente como un guía en el proceso de enseñanza - aprendizaje, con el fin de dar respuestas positivas a la investigación se optó por trabajar desde la perspectiva de Feuerstein en cuanto al aprendizaje mediado y la intencionalidad, pero para generar este proceso se requiere de tres pasos o criterios fundamentales:

1.- Medición de la intencionalidad se refiere a “tener un propósito, un objetivo, una intención y estar consciente de ellos al mediar con los alumnos” (Escobar , 2011), es decir, alude a la planificación que el mediador elabora tomando en cuenta varios aspectos como la edad, intereses, entorno, cultura etc.

2.- Mediación de la trascendencia: sucede cuando el mediador crea actividades para que el alumno practique lo estudiado en varias situaciones. “No basta con que los alumnos respondan a través de sus necesidades inmediatas; hay que crear en ellos necesidades nuevas” (Escobar , 2011), y, por último;

3.- Mediación del significado: “consiste en presentar las situaciones de aprendizaje de forma interesante y relevante para el niño, de manera que se implique activa y emocionalmente en la tarea o actividad” (Escobar , 2011), es decir el mediador se encarga de escoger los recursos didácticos adecuados con el fin de llamar la atención del que lo recibe. Este proceso permitirá al estudiante construir aprendizajes significativos, ya que el docente se encarga de ser un mediador positivo proporcionado a sus alumnos experiencias constructivas, llamativas y útiles.

Es por ello que al trabajar el *Brain Gym* desde una perspectiva de la intencionalidad y mediación se le proporciona al niño el aprendizaje a través del disfrute, por ende, los niños empezaron a realizar los movimientos de *Brain Gym* en casa y con la ayuda de sus padres de manera voluntaria, lo cual les permitió llevar a la práctica lo aprendido.

## **2.5. EL *BRAIN GYM* Y SU CONCEPCIÓN RESPECTO AL CEREBRO**

En el *Brain Gym* la teoría con respecto al cerebro tiene el nombre de cerebro triuno en donde se menciona que el cerebro está compuesto por tres estructuras o subsistemas, dicha teoría fue planteada por Paul MacLean, quien denominó a cada estructura de la siguiente manera: el cerebro reptiliano, el sistema límbico, y la neocorteza, que se explicarán a continuación.

-El cerebro reptiliano: Este sistema se relaciona con “la supervivencia física y el mantenimiento del cuerpo mediante la regulación de las funciones fisiológicas y el instinto de defensa” (Chávez, 2018). Al referirse a la supervivencia se refiere a la conservación de la especie, controlando la conducta automática del ser humano.

-El sistema límbico: este sistema también se lo puede llamar cerebro emocional, el mismo que procesa respuestas emocionales y le permite al ser humano tener conciencia de sus sentimientos como por ejemplo: el miedo, la felicidad, el dolor, el placer, etc. “si hay un desequilibrio en este sistema se producen estados agresivos, depresiones y pérdida de memoria, entre otros” (González & Briseño, 2013)

-La neocorteza: o también llamada neocórtex es la última corteza en formarse, está constituida por los dos hemisferios y es la parte del cerebro que nos permite ser personas racionales y conscientes del entorno que nos rodea y lo que ocurre en el mismo. “Tiene dos características básicas: la visión, que se refiere al sentido de globalidad, síntesis e integración, que son funciones del hemisferio derecho y el análisis, que se refiere a la manera de procesar la información del hemisferio izquierdo” (González & Briseño, 2013).

### **Cerebro total o los cuatro cuadrantes**

Esta teoría fue creada por Ned Herman quien propone que el cerebro está dividido en cuatro partes que forman cuatro cuadrantes (A, B, C, y D), cabe mencionar que “existen dos mitades, una superior la cual esta comandada por la Neocorteza y una inferior relacionada con el sistema límbico que intervienen en las relaciones humanas tanto sociales como individuales” (Chávez, 2018). En donde se concibe al cerebro como una totalidad, pero sin embargo cada cuadrante cumple las siguientes funciones.

-Cuadrante A: se encuentra ubicado en el lóbulo superior izquierdo y se basa en hechos concretos y lógicos como, por ejemplo: las matemáticas, aritmética, pensamiento lógico, analítico, etc.

-Cuadrante B: se encuentra ubicado en el lóbulo inferior izquierdo “ejecuta el pensamiento secuencial, organizado, planificado, detallado y controlado” (Moscoso & Cancino, 2018).

-Cuadrante C: se encuentra en el lóbulo inferior derecho “se especializa en el pensamiento emocional, sensorial, humanístico, interpersonal, musical, simbólico y espiritual” (Moscoso & Cancino, 2018).

-Cuadrante D: se encuentra ubicado en el lóbulo superior derecho “se ocupa del pensamiento conceptual, holístico, integrador, global, sintético, reactivo, artístico, espacial, visual y metafórico” (Moscoso & Cancino, 2018).

Resulta ser complicado analizar el cerebro y sobre todo llegar a una respuesta específica sobre la asombrosa capacidad que tienen el cerebro con respecto a la memoria y la rapidez de captar y procesar información, pero el ser humano no ha sido capaz de aprovechar dicha capacidad y de igual manera en ocasiones las condiciones que se presentan no son propicias.

Es por eso que el *Brain Gym* es de suma importancia ya que hace trabajar al cerebro de manera íntegra, puesto que incentiva el trabajo de los dos hemisferios para generar resultados eficaces y de calidad con respecto al aprendizaje y educación de las personas.

### **2.5.1. ESTRUCTURA DEL CEREBRO CON RESPECTO A LA ATENCIÓN (NEUROANATOMÍA DE LA ATENCIÓN):**

Para comprender de mejor manera como se lleva a cabo el proceso de la atención, es importante comprender cuáles son las partes cerebrales y las redes a nivel neuronal que trabajan conjuntamente para generar dicho proceso. En el ámbito de las neurociencias se evidencian avances constantemente y hoy en día con la ayuda de la neuroimagen funcional se ha logrado evidenciar y avalar la teoría planteada por Posner y Petersen “el modelo de redes atencionales como son la red de alerta, red de orientación y red ejecutiva. Cada una de estas redes tiene una función y unas bases neurológicas diferentes, aunque a su vez se encuentren interrelacionadas” (Juarez & Fuentes, 2018).

Anteriormente se creía que la atención era un proceso cognitivo que únicamente requería de un sistema, pero Posner y Petersen trabajaron hasta demostrar que no se trataba de un sistema unitario, sino más bien de un conjunto de tres redes que hacen posible el proceso atencional, ya que cada una cumple una función específica.

A continuación, se explicará de manera detenida para una mejor comprensión sobre las redes atencionales.

### **Red de Alerta:**

Se encarga básicamente del “mantenimiento de la vigilancia y se encuentra en el locus coeruleus” (Juarez & Fuentes, 2018), que es una parte del cerebro que se encuentra en el tallo cerebral y se encarga principalmente de dar respuesta ante estímulos de pánico y estrés. También se puede decir que se encarga de “la atención sostenida, vigilancia y alerta. Habilidades para incrementar y mantener la respuesta de disposición al prepararse para recibir un estímulo” (Méndez, 2015), es importante mencionar que dicha red se encarga de “llevar tareas de ejecución continua, las cuales aumentan la activación de la red fronto-parietal derecha” (Méndez, 2015). Siendo así que la estructura cerebral que maneja esta red atencional toma en cuenta tres partes del cerebro: locus coeruleus, corteza frontal, y corteza parietal derecha.

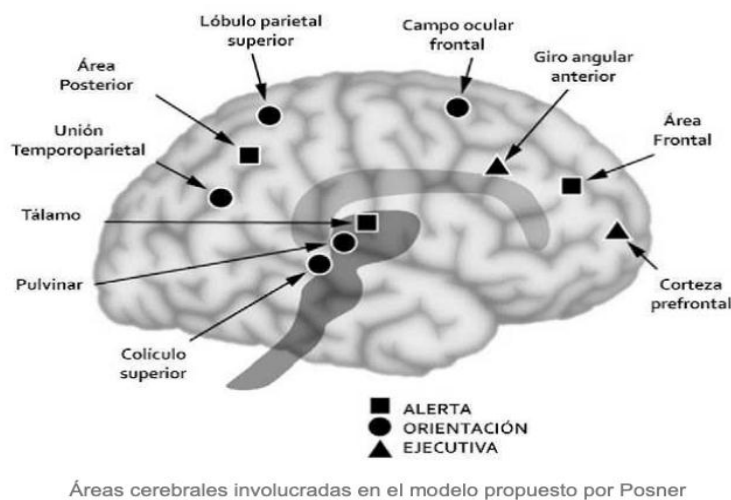
### **Red de orientación:**

Dicha red se encuentra “Anatómicamente relacionada con áreas parietales, núcleo pulvinar del tálamo y el núcleo colículo superior” (Juarez & Fuentes, 2018). Básicamente se encarga de la selección de información sensorial, es por ello que se puede decir en concreto que “el lóbulo parietal posterior se encargaría de la función de desenganche ante un estímulo, el colículo superior del movimiento espacial y el núcleo pulvinar del enganche ante el nuevo estímulo” (Juarez & Fuentes, 2018). Para avalar la red de orientación se puede realizar diversos ejercicios en los cuales se requiera localizar un objeto específico entre varios distractores.

## Red ejecutiva:

“Se activa en tareas de cambio, control inhibitorio, resolución de conflictos. Detección de errores y localización de recursos atencionales; además está vinculada con la planificación, el procesamiento de los estímulos” (Méndez, 2015) entre otras funciones estrechamente relacionadas, cabe mencionar que es la red más compleja, ya que se va desarrollando a lo largo de la infancia y se ha descubierto que dicha red “ activa áreas como el cíngulo anterior y el área motora suplementaria, el córtex orbito frontal, el córtex prefrontal dorsal y ciertas partes de los ganglios basales y el tálamo” (Méndez, 2015).

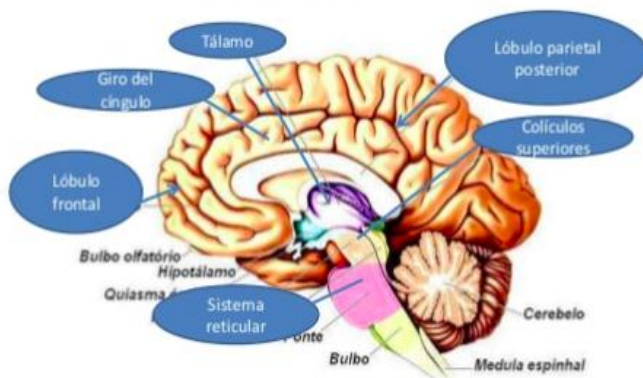
Imagen 1



Fuente: (Méndez, 2015)

Imagen 2

## ESTRUCTURAS CEREBRALES IMPLICADAS EN LA ATENCIÓN



Fuente: (Méndez, 2015)

## 2.6. LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN LA EDUCACIÓN

### 2.6.1 ¿QUÉ ES LA ATENCIÓN?

En el transcurso de los años varios docentes se han planteado la interrogante ¿Qué es atención? Y la importancia que esta tiene en el ámbito educativo, y una de sus definiciones nos menciona que “la atención es la capacidad de seleccionar la información sensorial y dirigir los procesos mentales” (Ortiz, Neuroeducación , 2015, pág. 76). Desde una postura diferente y tomando en cuenta que cada vez existen más avances en las neurociencias, se puede decir que “la atención está asociada a un conjunto de redes neuronales que efectúan operaciones específicas para la detección y selección de objetivos” y que resulta ser “la capacidad de controlar la ejecución de procesos mentales” (Camargo & Camelo, 2016).

Es así como se pueden dar cuenta que la atención también pasa por un proceso que sigue un orden específico para lograr su cometido, al igual que todo en la vida del ser humano, y para que un individuo logre atender lo primero que debe hacer es seleccionar un estímulo del cual esté predispuesto a conocer y dependerá de ello la manera de abordarlo.

Imagen 3:

#### El ciclo de la atención



Fuente: (Caamaño, 2018 , pág. 7)

Cabe mencionar que es importante aprender a seleccionar un estímulo lo cual le permitirá “focalizar la atención en un tema específico y permitir que este avance a la concentración, activando los procesos necesarios para el aprendizaje como lo son: analizar, comparar, relacionar entre otros” (Caamaño, 2018 , pág. 9).

Como, por ejemplo: si a un niño se le empieza a leer un cuento, y mientras tanto existe demasiado ruido, y varios estímulos visuales estos se convertirán en distractores, lo que sucederá es que el niño pensará en todos los estímulos que se encuentran a su alrededor y no únicamente en el cuento, por lo tanto, no logrará seleccionar solo un estímulo específico, como resultado el niño no comprenderá nada de la historia, puesto que no estuvo atento ni concentrado.

Lo mismo sucede en los adolescentes y en los adultos, lo cual es incuestionable en algunas de sus actividades cotidianas como por ejemplo, el trabajo o los estudios, otro caso significativo para comprender el significado de atención podría ser la siguiente situación: Imagínate que eres un estudiante de Universidad que tiene que estudiar para cuatro exámenes finales y te encuentras muy estresado y ansioso por la cantidad de información, por lo cual decides realizar unos ejercicios de estadística, a continuación lees un artículo sobre psicología, pero terminas pensando en los trabajos que debes presentar la siguiente semana, al hacer esto no te percatas que estás pensando en las demás asignaturas y en la mayoría de obligaciones académicas y no únicamente en un estímulo determinado, en conclusión, sucederá lo mismo que en el caso del niño, en vista de que no se seleccionó un estímulo específico, el estudio no fue ni será eficiente ni significativo.

Para comprender el adecuado significado de atención hay que destacar que la selección de la atención consta de diferentes tipos, desde la atención que requiere procesos internos (voluntaria) y la que simplemente surge por alguna motivación o estímulo externo que llamaron su atención (involuntaria). Pero con respecto al aprendizaje, y tomando en cuenta el ámbito educativo, se tomarán en cuenta tres tipos de atención que se describirán a continuación.

-Atención selectiva:

“Su función es inhibir los estímulos sensoriales irrelevantes y seleccionar voluntariamente aquellos que nos interesan” (Caamaño, 2018 , pág. 10). Este es un tipo de atención que se requiere en los estudios ya que llegamos a concentrarnos primero prestando atención a una determinada actividad de la que se es consciente.

-Atención dividida:

“Es la habilidad que nos permite realizar eficientemente más de una tarea a la vez” (Caamaño, 2018 , pág. 10). Este tipo de atención no es recomendable en el ámbito educativo, ya que a pesar de que sea una atención que se pueda entrenar, se puede llegar a confundir y pensar que, si se está prestando atención, cuando en realidad no se está comprendiendo ni asimilando ningún conocimiento.

-Atención sostenida:

Es la atención que se genera por periodos de tiempo prolongados “Base de los procesos psicológicos: implica el estado de vigilia y alerta” (Caamaño, 2018 , pág. 10). Este tipo de atención se va generando y preparando desde el colegio, ya que en la universidad y en la vida laboral resulta muy útil.

El proceso para llegar a la atención es capaz de estimular la actividad neuronal y “la intensidad de la actividad de un circuito neuronal depende en gran medida de la intensidad de la concentración en un proceso, hecho, persona, o fenómeno asociado” (Ortiz, Neuroeducación , 2015, pág. 78). De allí la importancia de entrenar nuestra atención con el objetivo de lograr constantemente niveles más altos de atención y plasticidad en el cerebro humano, logrando así obtener mayores aprendizajes significativos.

## **2.6.2. ¿QUÉ ES LA CONCENTRACIÓN?**

Por otro lado, la concentración se denomina como “la inhibición de la información irrelevante y la focalización de la información relevante, con mantenimiento de esta por periodos prolongados” (Ortiz, 2015; 78). Es decir, aumentar la atención en un determinado estímulo dejando de lado cualquier información irrelevante.

Por su parte, Denison (2006) menciona que la concentración es “la habilidad para cruzar la línea divisoria entre el componente emocional y el pensamiento abstracto. Nada puede aprenderse realmente sin sentimiento y sin un sentido de comprensión”.

Para que una persona se encuentre totalmente concentrada intervienen varios factores externos e internos que pueden jugar en su contra al momento de intentar concentrarse como (véase en la tabla 9). Por consiguiente (Caamaño, 2018 ) menciona que para lograr concentrarse “ya no solamente se debe poner atención a los elementos del

entorno, además, ahora se debe dar especial énfasis a todos aquellos elementos que rodean el proceso de aprendizaje”.

Es recomendable que si una persona siente que no está concentrada identifique y considere todos los elementos externos e internos por los cuales su atención y concentración se encuentra dispersa, con el objetivo de solucionarlos o apartarlos, mientras se realiza la actividad, también es importante dejar de lado el estudio pasivo y empezar un estudio de forma activa, el mismo que requiere de investigación, profundización y disfrute por obtener información que es de su interés, necesidad, expectativas, etc. Por ello la importancia de que los docentes utilicen estrategias didácticas y conozcan a su grupo de estudiantes para saber qué tipo de aprendizajes abordar y cómo lo harán.

Cabe mencionar que atención y concentración no son lo mismo, pero sí van de la mano. Es por ello que para generar aprendizajes significativos es fundamental tanto la concentración y atención del individuo, con el fin de que tome en cuenta la información relevante y direcciona todos sus sentidos para comprender el contenido o la información.

### **2.6.3. ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS (ETAPA PREESCOLAR)**

La atención está estrechamente relacionada con otros procesos, debido a que no es una actividad aislada, se caracteriza por un funcionamiento en conjunto, que proporciona calidad y calidez atencional, como por ejemplo: la motivación, interés y las emociones, los mismo se los consideran como factores y procesos de suma importancia al momento de generar atención en el ser humano “ de este modo un estado de alta motivación e interés estrecha nuestro foco atencional, disminuyendo la capacidad de atención dividida”. (Medrano , 2014)

Es por tal razón que en el proceso de atención y concentración de los niños influyen diversos factores y procesos, cabe mencionar que los docentes deben brindar experiencias que sean llamativas y atractivas para los estudiantes con el fin de activar procesos como la motivación y las emociones que permita a los individuos elevar el foco atencional y llegar al proceso de concentración.

También es importante y recomendable que los docentes estén al tanto del tiempo de concentración y atención que se genera por edades, ya que la atención de un niño no será la misma que la de un adulto, a medida que pasa el tiempo el cerebro humano se va preparando y la capacidad que se presenta en cuanto a la atención y concentración sobre un tema específico cada vez es más evidente, es por ello que se va generando la atención sostenida, “Entre los 2 y 4 años aparece la atención voluntaria, es cuando comienza a controlar la concentración que pone a las actividades que han de realizar” (Caraballo, 2018).

Tanto en el ámbito educativo y también los padres de familia deben conocer y estar conscientes que no se le puede pedir a un niño que mantenga más atención que la sugerida por etapas y edades, “la capacidad de concentración no depende de una habilidad especial que tenga el niño, depende de su edad” (Caraballo, 2018). Pero sí se puede trabajar constantemente en ir mejorando la atención de los niños a través de la implementación de actividades y estrategias que resulten útiles en la práctica, con el fin de guiar el proceso atencional, debido a que cada niño marca su verdadero tiempo y ritmo de aprendizaje, lo cual se lo puede ir evidenciando cada día.

Imagen 4

| Concentración de los niños por edades |                           |
|---------------------------------------|---------------------------|
| Edad                                  | Promedio de concentración |
| 1 año                                 | 3 a 5 minutos             |
| 2 años                                | 4 a 10 minutos            |
| 3 años                                | 6 a 15 minutos            |
| 4 años                                | 8 a 20 minutos            |
| 5 años                                | 10 a 25 minutos           |
| 6 años                                | 12 a 30 minutos           |
| 7 años                                | 14 a 35 minutos           |
| 8 años                                | 16 a 40 minutos           |
| 9 años                                | 18 a 45 minutos           |
| 10 años                               | 20 a 50 minutos           |

Fuente: (Caraballo, 2018)

Tomando en consideración el presente trabajo de investigación es importante destacar que el grupo etario con el cual se trabajó, son niños de 4 a 5 años de edad, y como sugieren varios autores en cuanto al promedio de concentración en niños de 4 años de edad va desde 8 a 20 minutos y los niños de 5 años desde 10 a 25 minutos, lo cual se puede evidenciar en la tabla.

#### **2.6.4. IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN EL ÁMBITO EDUCATIVO**

La educación es un proceso que toma en cuenta varios elementos y aspectos para lograr su objetivo y entre uno de esos elementos se encuentra la atención y concentración de los estudiantes y también de los docentes, puesto que existen varios factores que afectan diariamente su atención y que implica un reto sobrellevarlos.

Se puede aseverar que tanto atención y concentración representan un elemento fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje con el fin de que este sea significativo. Mientras vamos creciendo nuestro periodo de atención se prolonga y los conocimientos que se adquieren cada vez tienen más retos y desafíos, cabe mencionar que la investigación se encuentra planteada únicamente para realizar en Inicial II, con niños de 4 a 5 años de edad, siendo una etapa en la cual los niños mantienen periodos de atención cortos, por ende, las actividades deben ser acordes a dicho tiempo. Pero en ocasiones perdemos más tiempo en intentar atraer la atención de todos los niños más no en la actividad como tal.

Los docentes se están preguntado ¿qué se puede hacer y cómo mantener la atención y concentración de sus alumnos?, y se sabe que existen un sin número de estrategias didácticas que se pueden utilizar, pero en esta ocasión se proponen estrategias didácticas en base al *Brain Gym* desde una perspectiva divertida para niños de 4 a 5 años de edad.

La atención y la concentración que se genere será en medida del disfrute, y la forma de sobrellevar la actividad, para que el niño potencialice su creatividad e imaginación con el fin de propiciar y mejorar la concentración de los niños, puesto que no existen aprendizajes si no se generan estos procesos cognitivos fundamentales tanto en educación como en la vida misma.

#### **2.6.5. CONDICIONES QUE INFLUYEN EN LA PÉRDIDA DE ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN EN LOS NIÑOS**

Como se sabe la familia es la primera escuela de cada niño y es en donde empiezan sus primeros aprendizajes, existen varias familias al rededor del mundo, y cada una con sus diferentes características y rutinas que interfieren en el comportamiento de los niños, es por ello que al momento que los niños ingresan a una institución educativa se evidencia rasgos en su personalidad y en su comportamiento que vienen desde el hogar, en ese

momento los docentes tienen que trabajar los diversos casos tomando en cuenta que cada niño es un mundo distinto.

En un centro educativo el principal objetivo resulta ser generar aprendizajes significativos, para lo cual es indispensable la atención y concentración, pero al encontrarse en un entorno distinto al de su hogar los niños se dan cuenta que tienen que respetar normas y límites, respetar al prójimo, respetar la rutina, aceptar que ya no son el centro del mundo, ya que existen más compañeros con diversas necesidades, entonces el niño va experimentando un cambio progresivo.

Sin embargo para los docentes resulta un reto lidiar con estas características al momento de captar la atención de sus estudiantes, debido a que la atención de cada individuo se desarrolla individualmente y “puede ser que un niño logre mantener mejor atención en la mañana que en la tarde (o viceversa), pero es sumamente importante respetar las cualidades de cada niño y no comparar a los niños entre sí” (Riofrío M. , 2013).

La atención y concentración de los niños dependerá así de varios factores tanto externos como internos. Al referirse a factores externos tienen que ver con el ruido, estímulos visuales, indicaciones simultaneas que no permiten que el niño comprenda adecuadamente que tiene que hacer, las diversas tecnologías a las que nos encontramos expuestos, interrupciones de los compañeros, etc., y por otra parte los factores internos que suelen provocar estrés o malestar en el individuo como por ejemplo: no desayunar, tener hambre o sed, estar cansados por no dormir las horas adecuadas, necesidades fisiológicas, problemas de salud, sentirse mal emocionalmente, o físicamente, entre otros.

Para los docentes es fácil darse cuenta de las manifestaciones que indican que un niño ha perdido su atención y por ende no logrará concentrarse, como por ejemplos: las interrupciones, que se muestran cuando el niño empieza a preguntar sobre otros temas, no realiza la actividad, mira hacia otros estímulos, se para constantemente o empieza a interrumpir a sus otros compañeros, entre otras actitudes.

Caso contrario cuando a un niño se le presenta una actividad de manera novedosa e interesante, el niño logrará prestar atención durante el tiempo estimado de 10 a 15 minutos o en ocasiones superar este tiempo. Sin embargo, es importante mencionar que

no todas las interrupciones que se generan en el aula de clase son negativas puesto que se puede sacar provecho de algunas interrupciones y usarlas como una experiencia de aprendizaje o punto de partida para explicar un determinado tema.

Es importante concientizar que en el aprendizaje de nuestros niños intervienen también los padres de familia ya que lo ideal sería trabajar en conjunto tanto docentes, y padres desde casa para que el impacto y el aprendizaje resulte ser de calidad y significativo.

Cómo se sabe la atención y concentración van de la mano, pero existen elementos que interfieren o benefician a nuestra capacidad de concentración los mismos que han sido identificados por docentes, padres de familia y diversas personas que se han dedicado a buscar respuestas en dicho tema, en el siguiente cuadro se presentarán algunos factores primordiales que anulan la atención y otros que favorecen el proceso.

Tabla 9:

| <b>Anuladores de atención</b>                                          | <b>Favorecedores o potenciadores</b>                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| -Estudiar con varios estímulos que se encuentran en nuestro alrededor. | -Plantearse metas y objetivos.                                                                                           |
| -Realizar varias tareas al mismo tiempo.                               | -Organizar el tiempo.                                                                                                    |
| -Encontrarse mal emocionalmente.                                       | -Seguir un método determinado mientras estudia.                                                                          |
| -Encontrarse mal físicamente.                                          | -Identificar los estímulos externos para apartarlos durante el estudio.                                                  |
| -Exposición a la tecnología.                                           | -Hidratarse con agua.                                                                                                    |
| -Falta de interés y motivación por el tema de estudio.                 | -Practicar estrategias de aprendizaje que favorezcan a la atención y concentración como, por ejemplo: <i>Brain Gym</i> . |
| -Estrés.                                                               | -Practicar alguna técnica de relajación que permita eliminar el estrés.                                                  |
| -Fatiga o cansancio. (Falta de descanso)                               | -Identificar el estado del individuo ya sea emocional o físico y buscar soluciones.                                      |
| -Tener hambre o sed. (mala alimentación)                               | -Dormir las horas adecuadas (8 horas).                                                                                   |
| -Mala respiración y mala postura corporal.                             | -Realizar ejercicios de respiración.                                                                                     |

Elaborado por: La investigadora

## **2.7. LA KINESIOLOGIA EDUCATIVA: ¿EL MOVIMIENTO FAVORECE EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE?**

En educación es complicado comprender que a través del movimiento se puede aprender, pero en el transcurso de los años varios científicos han determinado que el movimiento es imprescindible para el proceso de aprendizaje por varios motivos, es así que Ibarra como se citó en (González, 2013) menciona que el movimiento es favorable “en primer lugar porque despierta y activa muchas de las capacidades mentales, porque integra y graba nueva información y experiencias en las redes neuronales y porque es vital para todas las acciones en las que se expresa el aprendizaje”. Por ello se sabe que cada vez que nos movemos se activa todo el cerebro de manera espontánea, lo cual se debe aprovechar, puesto que el cerebro no trabaja solo, sino en conjunto con todo el cuerpo del ser humano.

Se escucha muy poco sobre la kinesiología, pero lo cierto es que es un término que ya se lo trata hace varios años atrás y que no se le toma la debida importancia que debería tener en el ámbito educativo.

Los niños aprenden a través del juego y se debe partir del mismo para buscar estrategias que favorezcan al aprendizaje a través del movimiento, lo cual resulta ser un gran aliado ya que en medida que el niño se presenta más activo y espontaneo, evidenciamos que está disfrutando y aprendiendo a su vez.

Las actividades que requieren mucho tiempo de encontrarse estáticos en un mismo lugar ya sea en mesas, sillas o colchonetas representan parte de la educación al momento de realizar actividades que requieran un trabajo minucioso como pintar, dibujar, escribir, leer, escuchar un cuento, realizar rompecabezas, entre otras actividades, que también requieren de atención y concentración y son favorables y ayudan en el desarrollo de los niños. Pero si los docentes piensan que al mantener a los niños sentados en un mismo lugar por periodos de tiempo prologados están favoreciendo su concentración y disciplina, la verdad es que NO, debido a que los niños no aprenden más por el número de horas o el periodo que permanecen estáticos. Todo lo contrario, los docentes deben aprender a reconocer los momentos adecuados en los cuales se requiere de actividades con movimiento y otras en las cuales necesiten contener su energía.

Pero se han preguntado sí ¿el movimiento logra la misma atención y concentración?, lo cierto es que sí, puesto que existen actividades como juegos simbólicos, competencias de obstáculos, circuitos, proyectos varios, y un sin número de actividades que a pesar de que los niños no se encuentran contenidos en un mismo lugar, se encuentran aprendiendo y trabajando su atención y concentración en su máximo potencial, ya que van en busca de lograr un objetivo, y los logros que ellos realicen a su corta edad representan gran motivación para seguir adelante en el aprendizaje.

## **CAPÍTULO III:**

### **MARCO METODOLÓGICO**

En el presente capítulo, en relación al marco metodológico se podrá observar la metodología de estudio, es decir el ¿cómo se llevó a cabo la investigación?, en donde se destacan todas las técnicas e instrumentos utilizados para lograr los objetivos planteados, tomando en cuenta: la determinación del tipo de investigación, identificación del nivel, selección del diseño, delimitación de las unidades de estudio ( población y muestra), selección de técnicas, instrumentos para la recolección de información, descripción del procedimiento y, por último, la selección de técnicas de análisis de resultados.

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación es proyectiva, debido a que parte de la identificación de un evento que fue modificado y se lo determinó a partir de un proceso previo de diagnóstico, con el fin de proponer soluciones a una situación concreta, y que requirió de un proceso de indagación e investigación. Por tal razón se pretende proponer estrategias didácticas provenientes del *Brain Gym*, tendientes a mejorar la atención y la concentración en los niños de 4 a 5 años, de la institución “Kínder Gym” en el año lectivo 2018- 2019.

#### **3.2. NIVELES DE INVESTIGACIÓN**

Dado que la investigación es de tipo proyectiva su nivel es de carácter comprensivo, tomando en cuenta que para llegar a la propuesta se puede llegar por vías diferentes, en este caso se utilizó la planificación holística, en donde se abarca, pasado, presente y futuro, con el objetivo de comprender el contexto y la situación, para llegar así a la propuesta.

#### **3.3. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

Con respecto al tipo de fuente, es decir de ¿dónde obtener la información?, se determinó que la investigación utiliza un diseño de fuente mixta, debido a que se trabajó y se observó fuentes vivas o directas en su contexto natural, en donde se obtuvo

información de forma práctica con niños de 4 a 5 años de edad y de la recopilación de datos obtenidos en documentos referentes al tema de estudio.

Otro aspecto que debe ser tomado en cuenta es la temporalidad, que hace referencia a la pregunta ¿Cuándo buscar la información?, para lo cual se determinó que el diseño es evolutivo contemporáneo, puesto que la investigación sigue a lo largo del tiempo, es decir se recolectó información en varios momentos para lograr tener datos más exactos que nos facilitó el desarrollo de la propuesta.

Y por último la amplitud de foco, es decir ¿Qué tanta información busca?, la investigación utilizó un diseño de caso multivariable o multieventual, ya que se orientó al estudio de varios eventos, destacando que el trabajo fue con niños, y tomando en consideración que cada niño es único e irrepetible y, por ende, su reacción o su comportamiento no será el mismo que sus otros compañeros.

### 3.4. POBLACIÓN / MUESTRA

La población de estudio consta de 9 niños comprendidos en el grupo etario de 4 a 5 años de edad, por tal razón y por tratarse de un universo pequeño, no se realizó muestreo y se optó por trabajar con la totalidad del grupo señalado. Es digno mencionar que se procedió a reemplazar los nombres de los niños por códigos numéricos, para resguardar la confidencialidad y ética del trabajo de investigación.

### 3.5. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### Cuadro de técnicas e instrumentos de recolección de datos

| Técnica                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Instrumento                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Observación:</b> Es un instrumento de evaluación que permite obtener evidencias observables tomando en cuenta el desempeño, actitud y comportamiento de los niños, estableciendo rangos que permitan al docente observar las actividades que vaya desarrollando el niño, hay que tomar en cuenta | <b>Lista de cotejo:</b> La lista de cotejo es un instrumento que utiliza la observación como técnica para evaluar conocimientos o destrezas que existen en el niño con el fin de dar a conocer si se las ha logrado o no, es decir es una lista que tiene indicadores de logro que se requieren evaluar. Cabe destacar que los |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| que el docente debe realizar indicadores que sean objetivos para evitar una evaluación errónea.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | indicadores deben estar acordes con la edad de los niños tomando en cuenta las etapas de desarrollo.                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p><b>Encuesta:</b> es un instrumento para recolectar información que se lo puede utilizar de dos formas: como un instrumento que facilite la investigación de un determinado tema o como un instrumento de evaluación.</p> <p>Los cuestionarios pueden presentar varios tipos de preguntas como: abiertas, cerradas, de opinión, de respuesta única, respuesta múltiple etc. Y básicamente consiste en preguntas que se han preparado con anterioridad sobre un determinado tema que se quiere conocer, es así como la encuesta “es una técnica de investigación social de más extendido uso en el campo de la sociología que ha trascendido el ámbito estricto de la investigación científica” (López &amp; Fachelli, 2016, pág. 5).</p> | <p><b>Cuestionario:</b></p> <p>Es un instrumento destinado a la obtención y registro de datos y se lo puede utilizar de dos formas: como instrumento de evaluación y como instrumento de investigación, permite obtener datos cuantitativos y cualitativos, de forma sistemática y ordenada.</p> <p>Consiste en el conjunto de preguntas que se han preparado con anterioridad.</p> |
| <p><b>Juegos:</b> Son actividades que se realizan entre uno o varios individuos utilizando diferentes recursos, herramientas métodos y sobre todo la imaginación, con el fin de generar disfrute en quien lo practique. Es importante destacar que los niños aprenden a través del juego siendo así un método favorable en la educación.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p><b>Rúbrica:</b> instrumento que permiten la valoración; resultan más complejos que la lista de cotejo, ya que presentan más de dos respuestas, algunas de ellas pueden ser: Siempre /Casi siempre/ casi nunca/ Nunca.</p>                                                                                                                                                        |

Fuente: La autora.

Las actividades que se efectuarán están enfocadas en el trabajo con niños de inicial 2, es decir de 4 a 5 años de edad, en donde se plantea proponer cinco estrategias didácticas que se dividen en 24 actividades y resultan útiles para los docentes y para quienes se benefician de ellas, en este caso los estudiantes, utilizando el *Brain Gym* como una técnica

en la cual el factor clave son los movimientos mediante los cuales desarrollaremos los dos hemisferios cerebrales para favorecer la concentración y atención en niños y niñas y así beneficiar a la generación de aprendizajes significativos. Únicamente al implementar estas estrategias y observarlas en todo su proceso tomando en cuenta el antes y el después nos permitirá identificar si se favorece o no a la mejora de la atención y la concentración en los niños.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

Como se pudo verificar en el capítulo II, la atención es el proceso que nos permite enfocarnos en un determinado estímulo, y por el contrario, concentración es un proceso más complicado que requiere de la intervención de la atención, ya que se refiere a la focalización de alguna información o estímulo relevante por un periodo de tiempo prolongado, por ende, para generar aprendizajes significativos es indispensable generar atención y concentración, dichos procesos van de la mano y son de gran importancia al momento del aprendizaje.

También es digno destacar que las mejoras que se evidencien en los niños serán progresivas, es por ello que se tomará en cuenta cada actividad realizada, identificando si han favorecido en su proceso de aprendizaje y en la mejora de atención y concentración

Por ende, el presente capítulo busca analizar y discutir los resultados obtenidos a través de los instrumentos y técnicas de recopilación de datos que fueron aplicados. En primera instancia se procederá a presentar los resultados de las encuestas realizadas a los docentes, posteriormente se presentarán los datos que resultaron de las listas de cotejo realizadas a cada niño que participó en las intervenciones de *Brain Gym*, y como último y no menos importante el resultado de la recolección de datos obtenidos a través de rubricas destinadas a las evaluaciones finales.

#### 4.1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

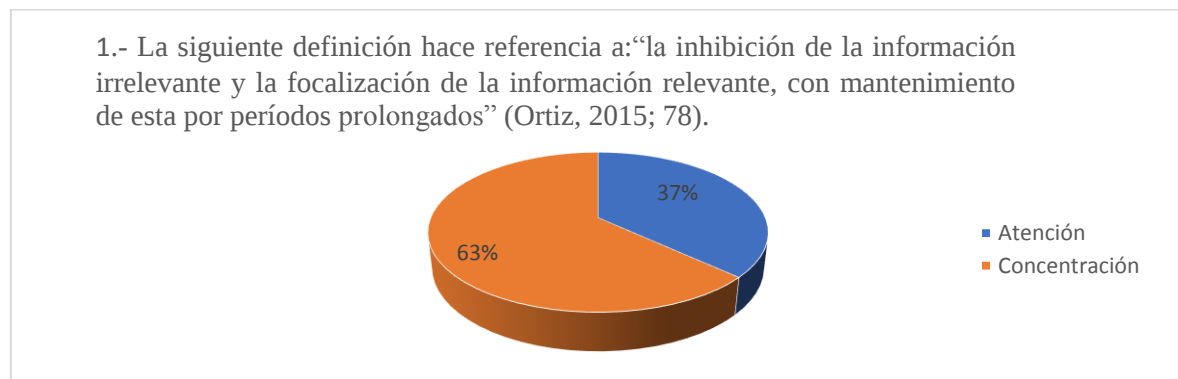
##### Encuesta

Como técnica de recolección de datos se optó por la implementación de la encuesta a través de un cuestionario elaborado con 9 preguntas que permitieron a la autora guiar la investigación y aportar al análisis, el mismo que fue dirigido a 19 docentes de la institución Kínder Gym, con el objetivo de evidenciar si existe conocimiento por parte del personal académico con respecto a los términos atención y concentración en los niños, y de igual manera la importancia de dichos procesos para generar aprendizajes

significativos, a su vez identificar si se conoce o se ha escuchado sobre *Brain Gym* y cuáles son sus beneficios especialmente en preescolar.

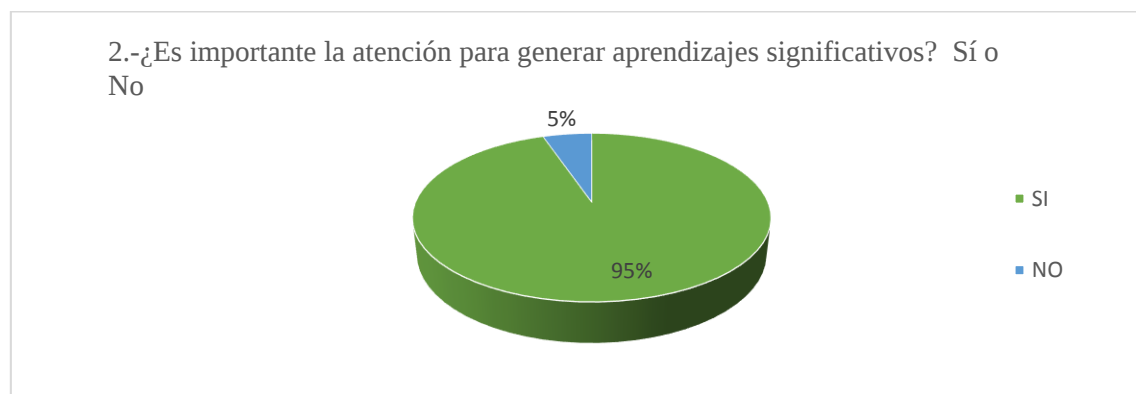
A continuación, se presentarán los resultados obtenidos de las preguntas planteadas en la encuesta, con sus respectivos gráficos.

**Figura 1**



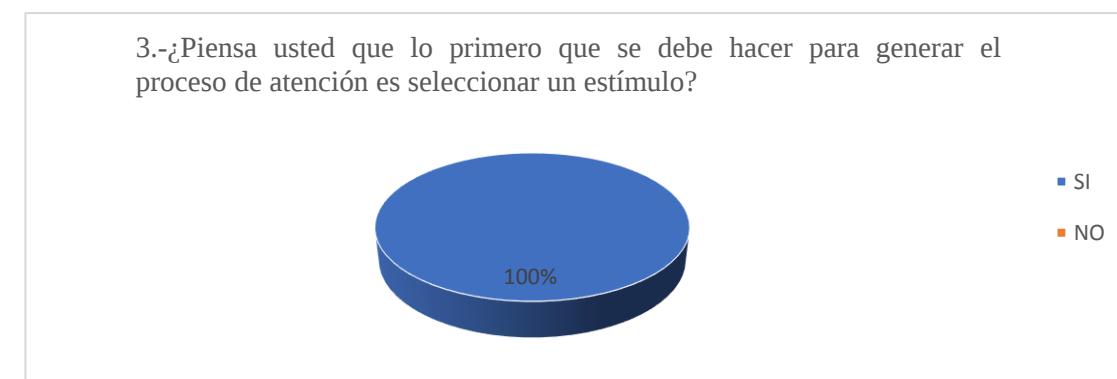
Elaborado por la investigadora.

**Figura 2**



Elaborado por la investigadora.

**Figura 3**



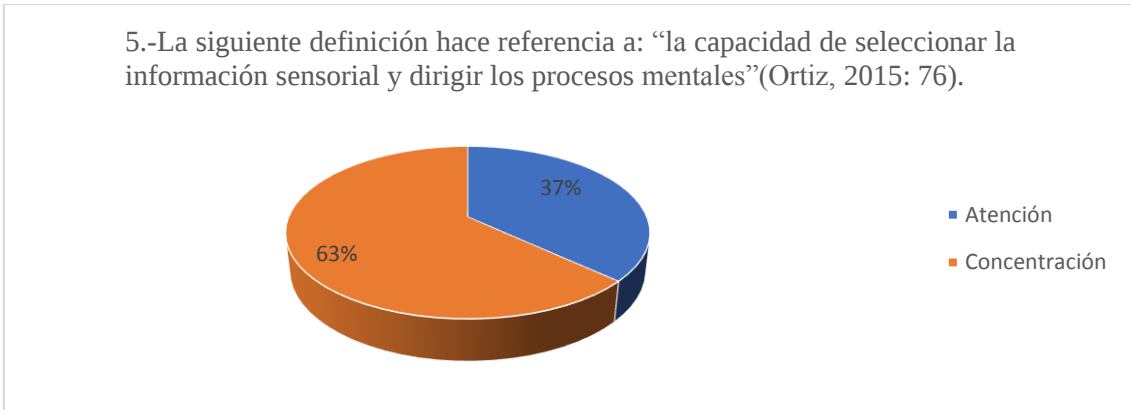
Elaborado por la investigadora.

**Figura 4**



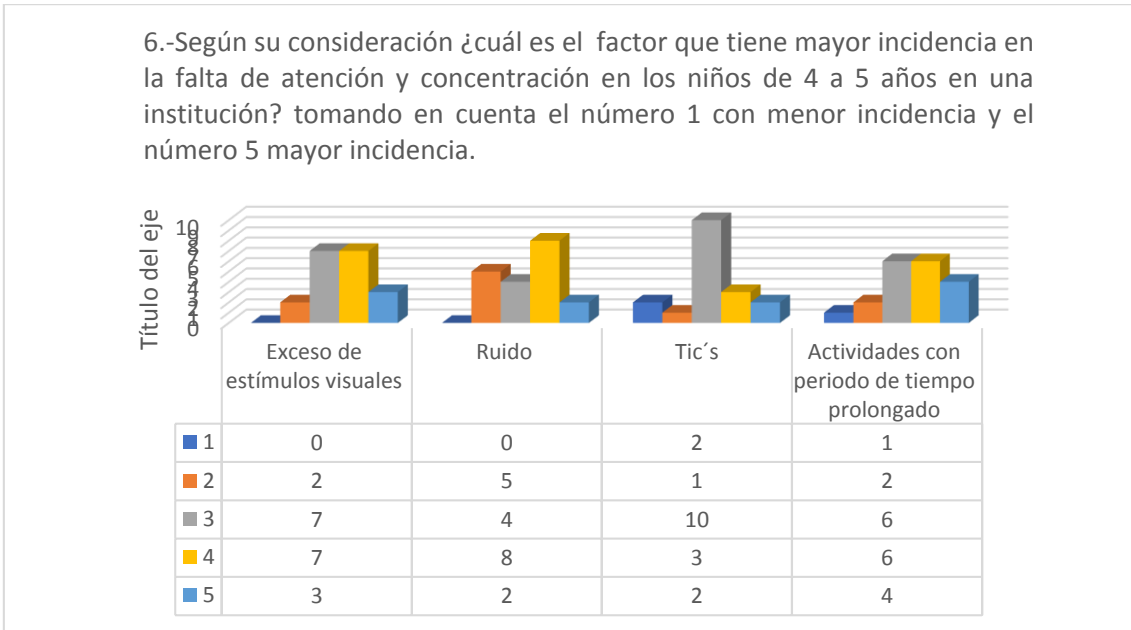
Elaborado por la investigadora.

**Figura 5**



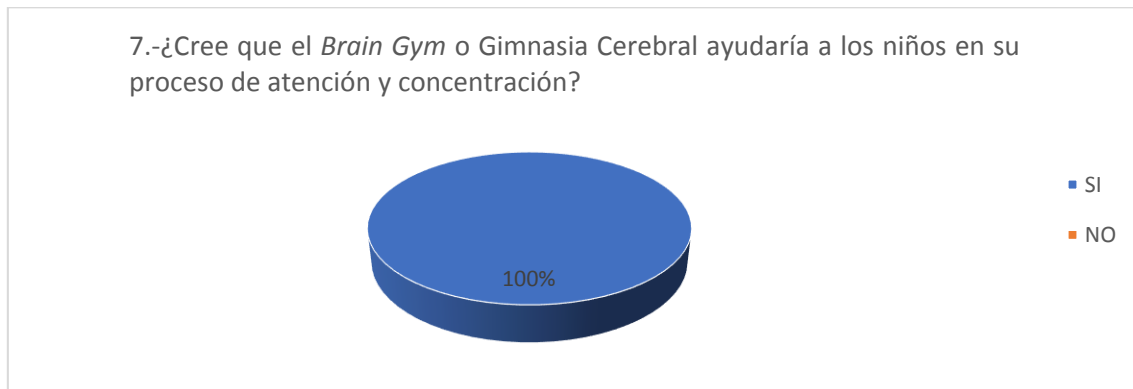
Elaborado por la investigadora.

**Figura 6**



Elaborado por la investigadora.

**Figura 7**



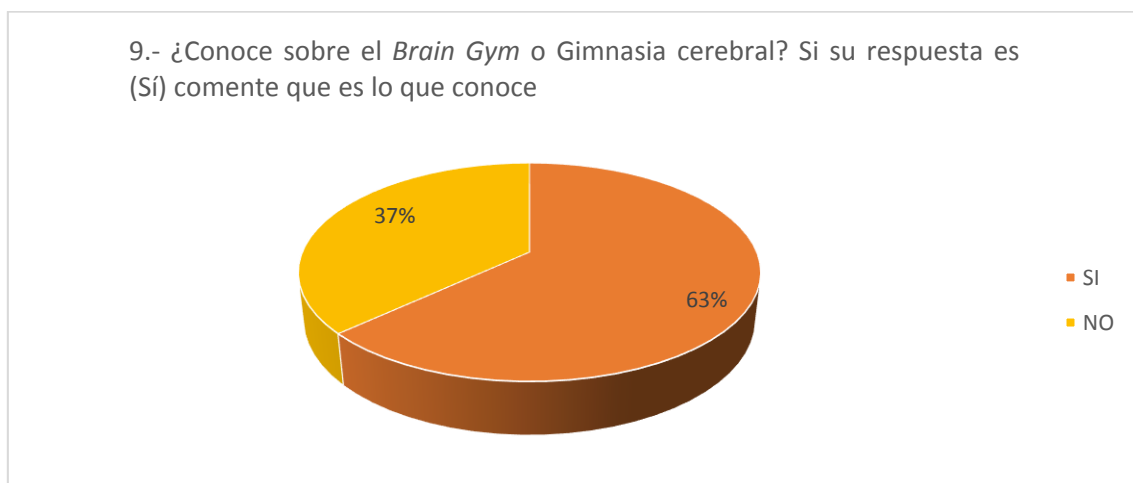
Elaborado por la investigadora.

**Figura 8**



Elaborado por la investigadora.

**Figura 9**



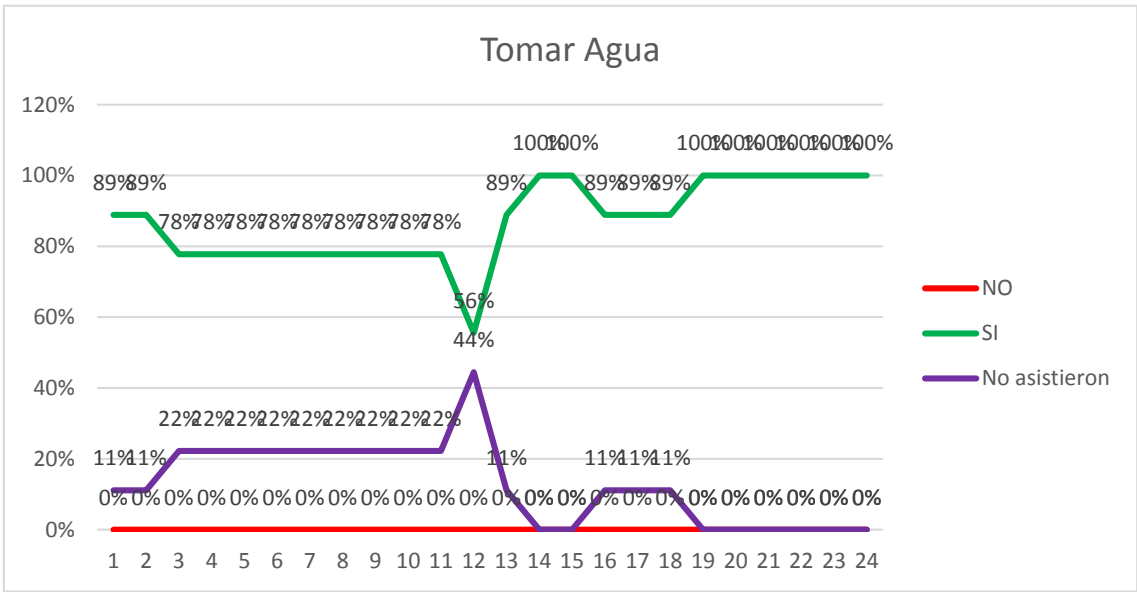
Elaborado por la investigadora.

**Lista de cotejo**

La investigadora optó por utilizar una listas de cotejo como instrumento de recolección de información, en donde su propósito principal fue determinar si se lograba realizar los ejercicios de *Brain Gym* y evidenciar si existe una mejora en cuanto a la atención y concentración de los niños de 4 a 5 años de edad correspondientes a inicial II (Grupo de los osos) en la institución educativa Kínder Gym, para lo cual se destinó realizar 24 intervenciones correspondientes al periodo de 4 meses, tiempo en el que se realizaron dos jornadas semanales (martes y miércoles), en las mañanas antes de empezar la jornada escolar con una duración de 10 a 15 minutos. Debe indicarse, además, que durante ese periodo se usaron las listas de cotejo para conocer si los alumnos lograban o no el objetivo, tomando en cuenta que se trataba de un proceso que empezaba desde cero.

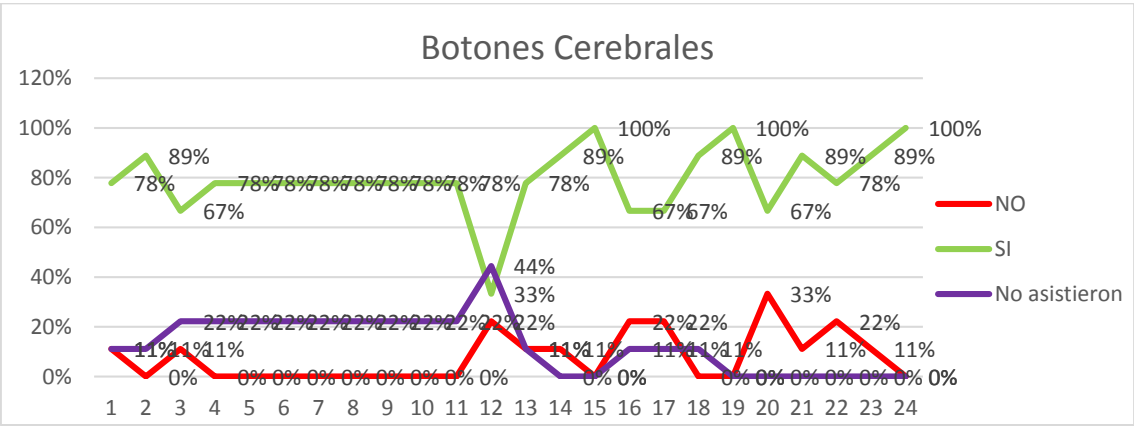
A continuación, mediante tablas, se podrán evidenciar los resultados obtenidos en cada intervención realizada por la docente.

**Gráfico1**



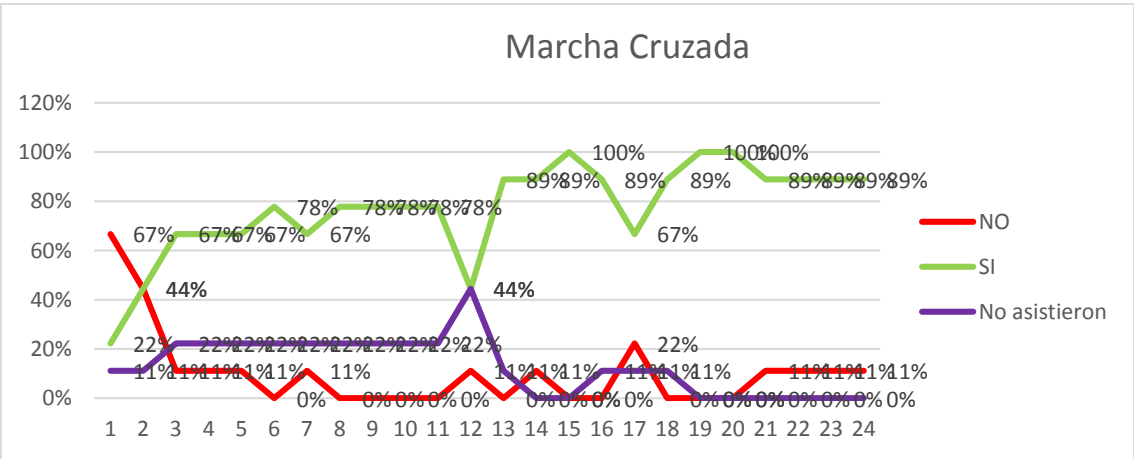
Elaborado por la investigadora

Gráfico 2



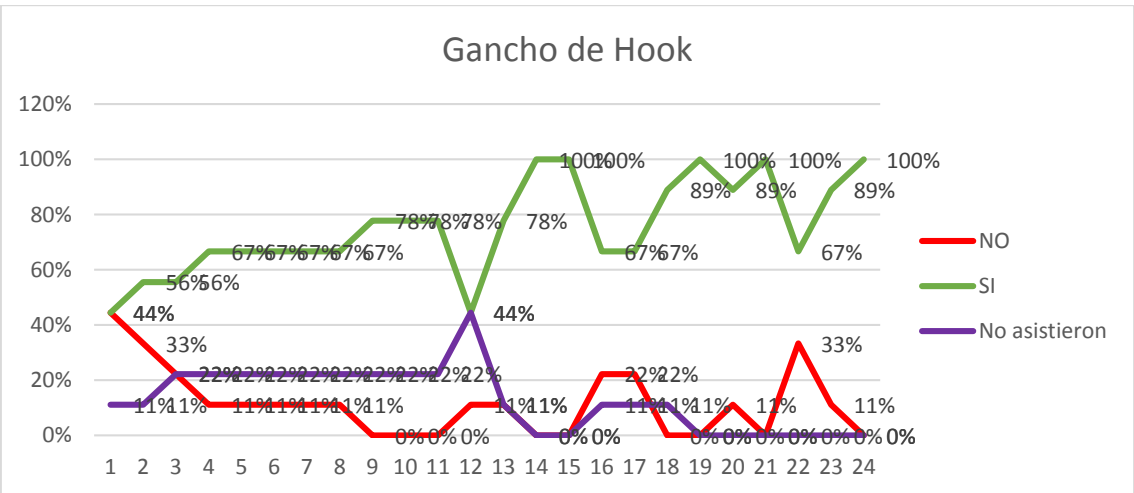
Elaborado por la investigadora.

Gráfico 3



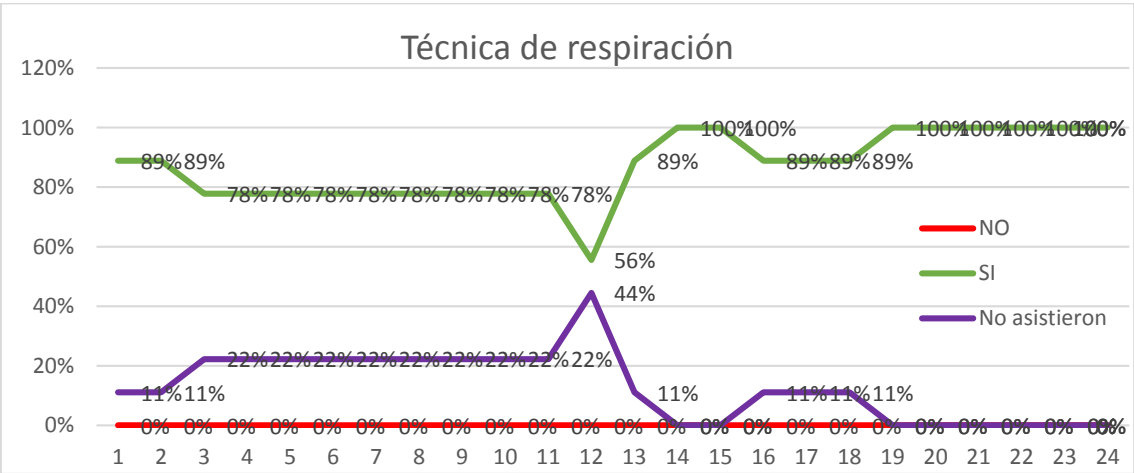
Elaborado por la investigadora.

Gráfico 4



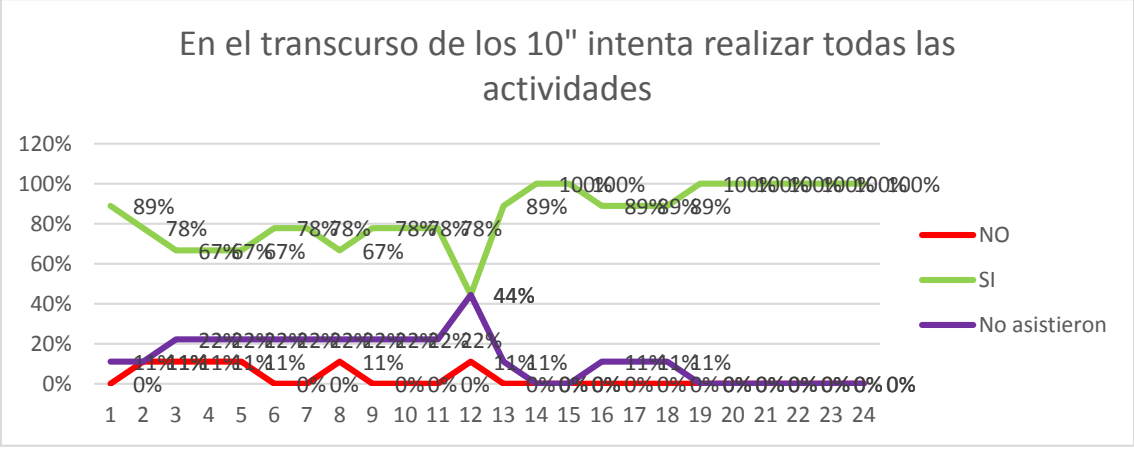
Elaborado por la investigadora.

Gráfico 5



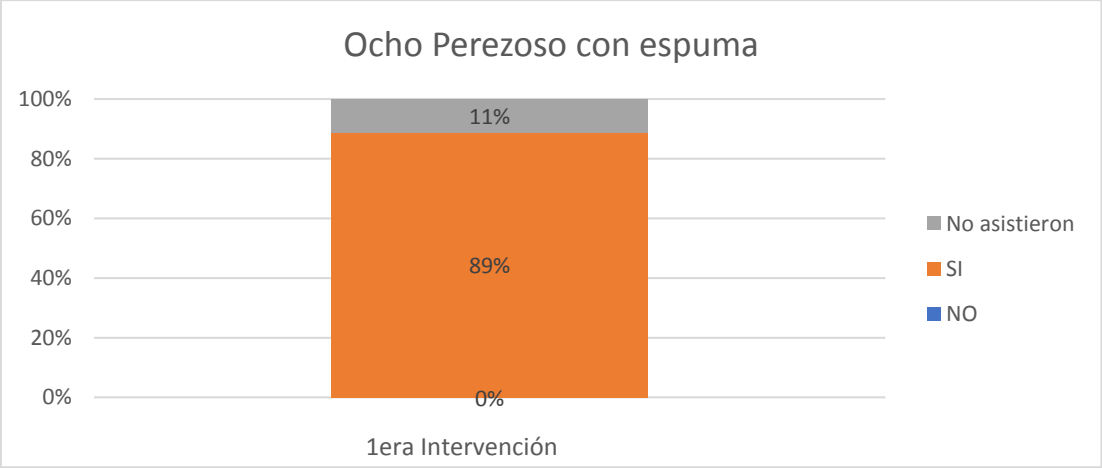
Elaborado por la investigadora.

Gráfico 6



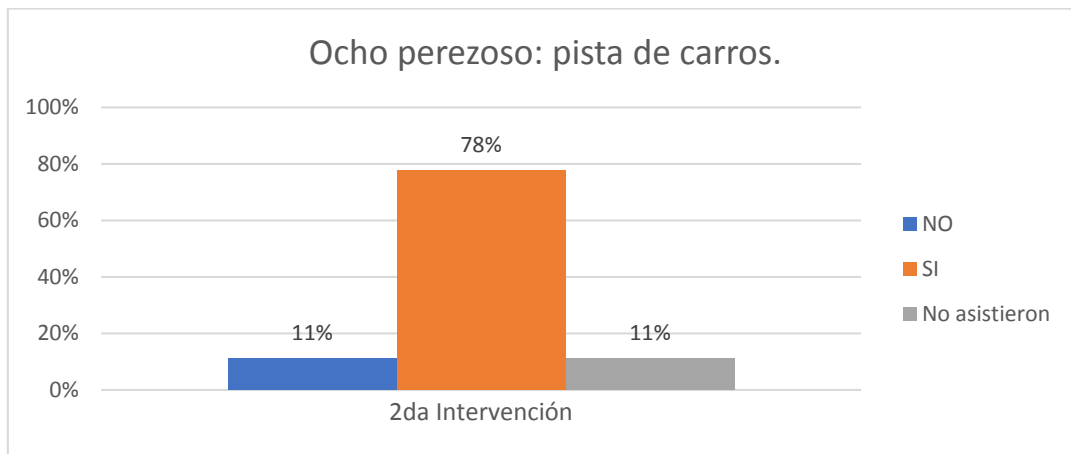
Elaborado por la investigadora.

Gráfico 7



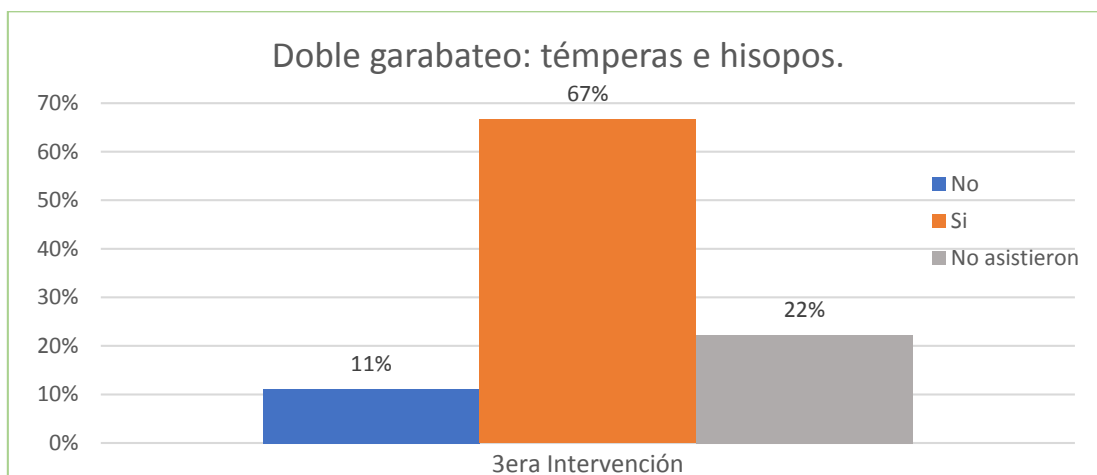
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 8**



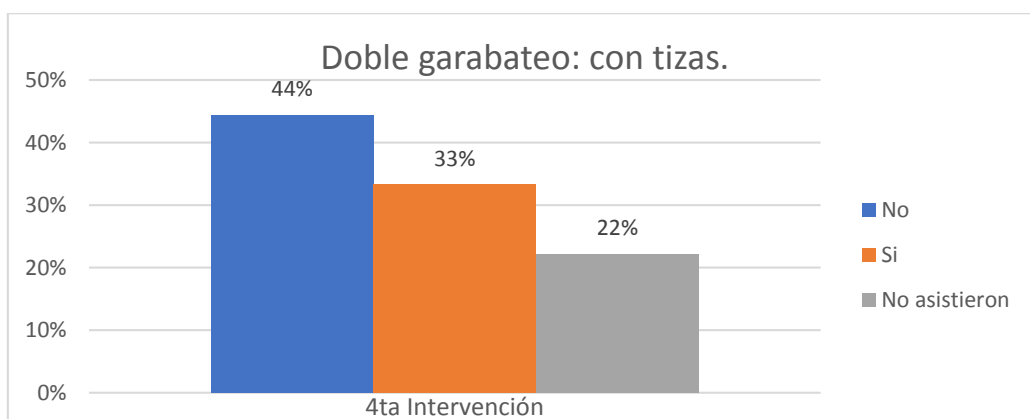
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 9**



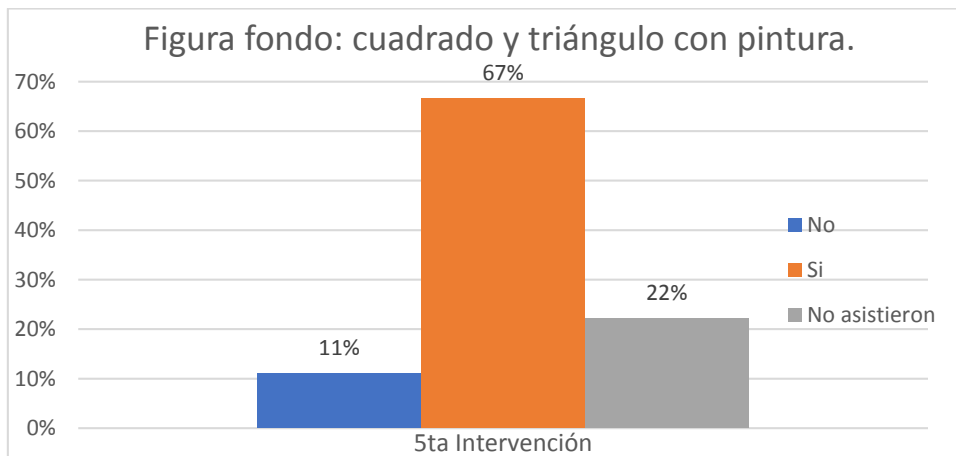
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 10**



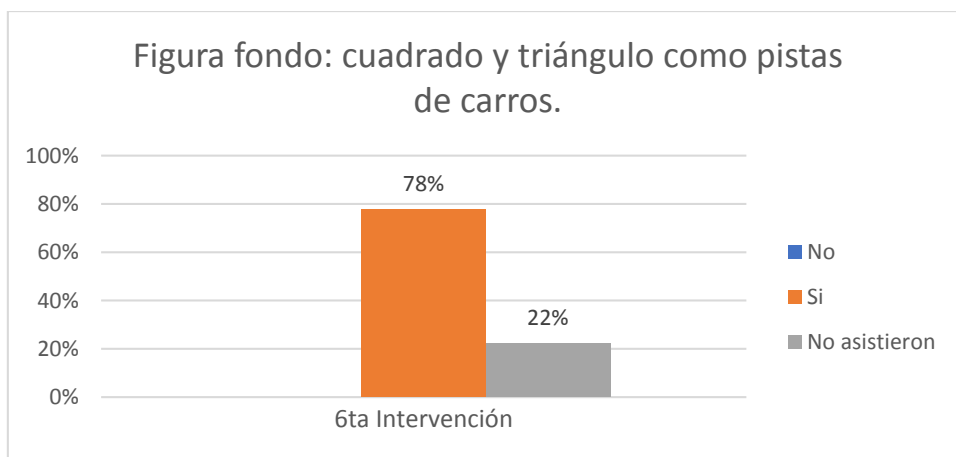
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 11**



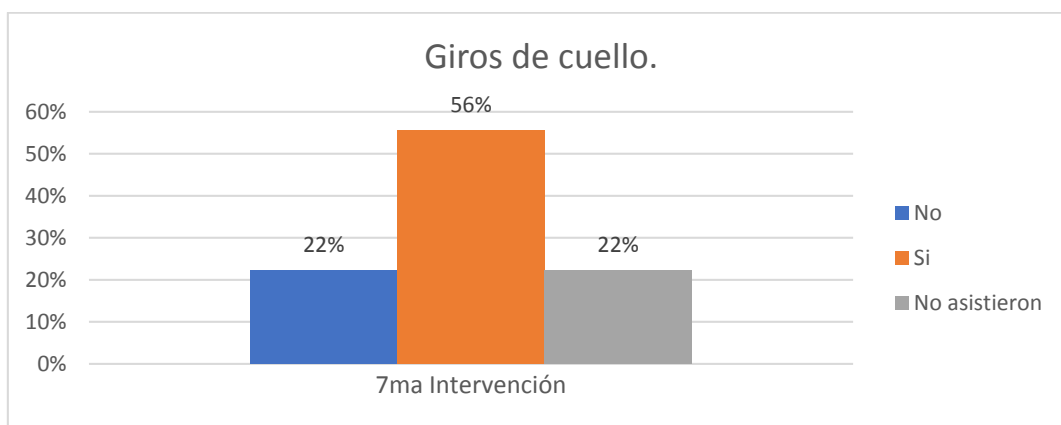
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 12**



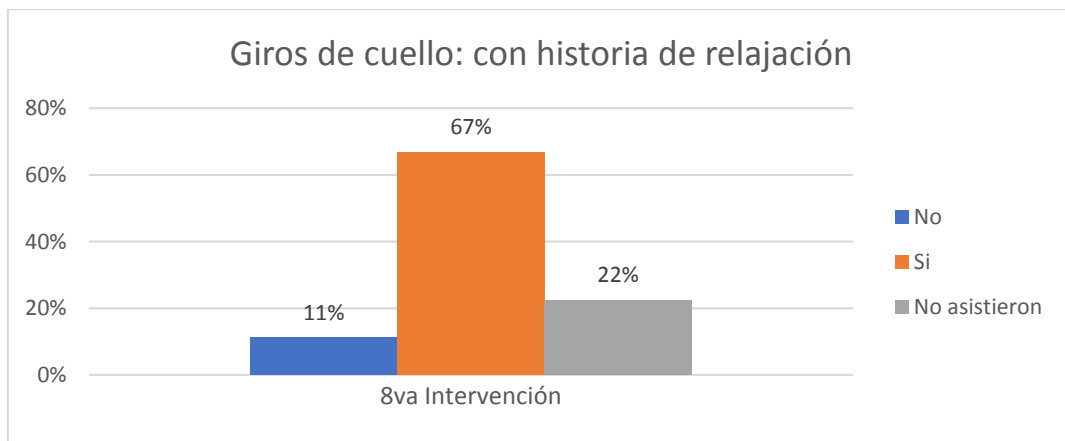
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 13**



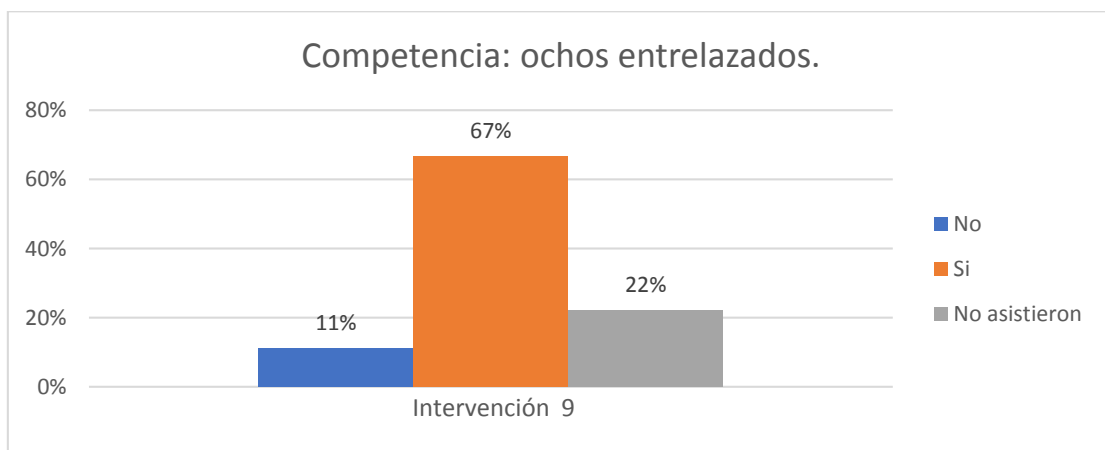
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 14**



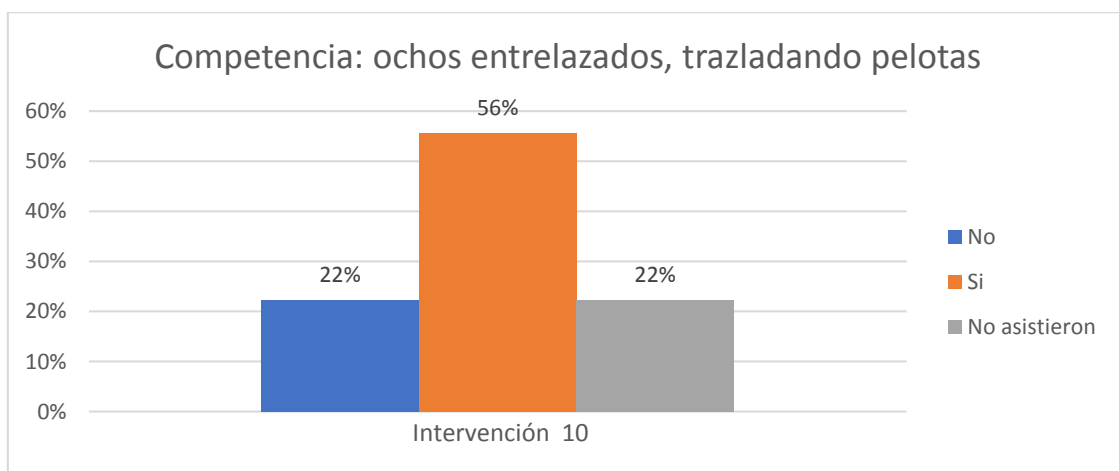
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 15**



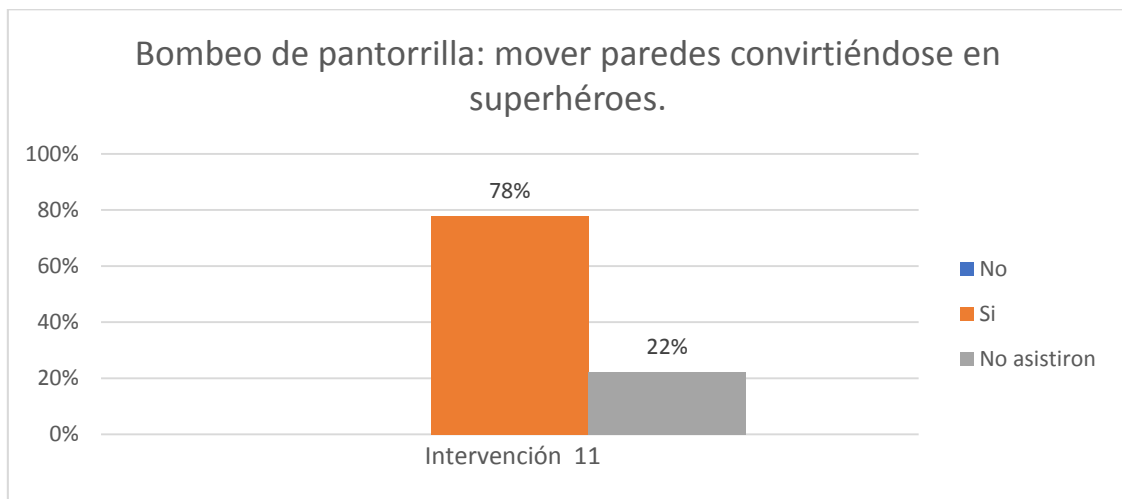
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 16**



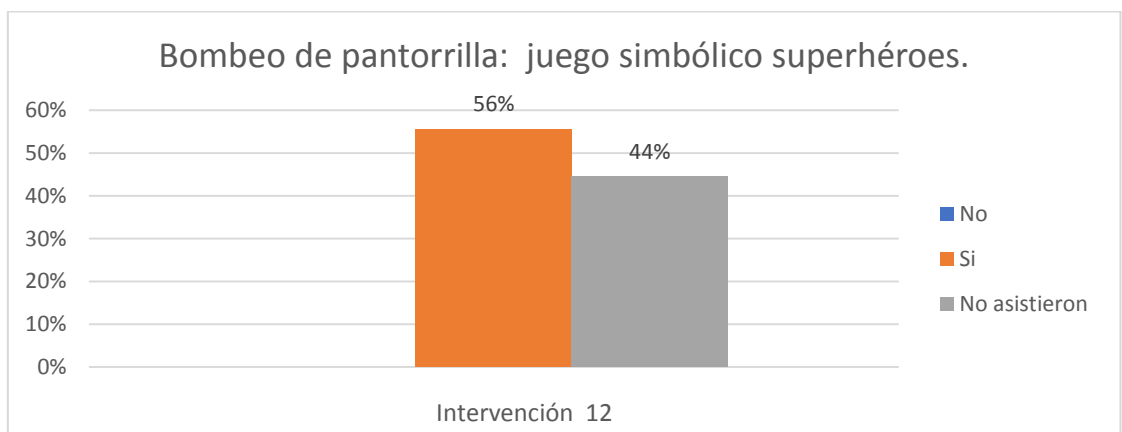
Elaborado por la investigadora

**Gráfico 17**



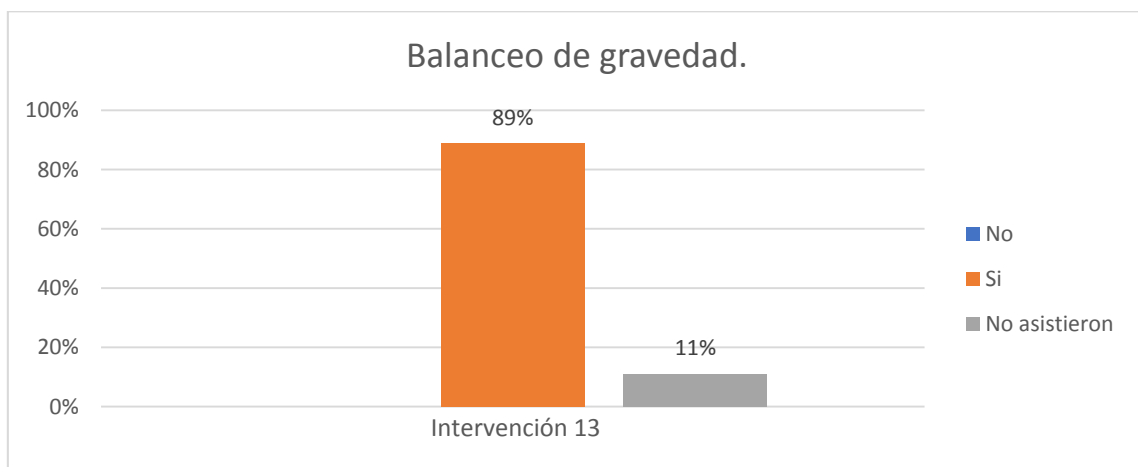
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 18**



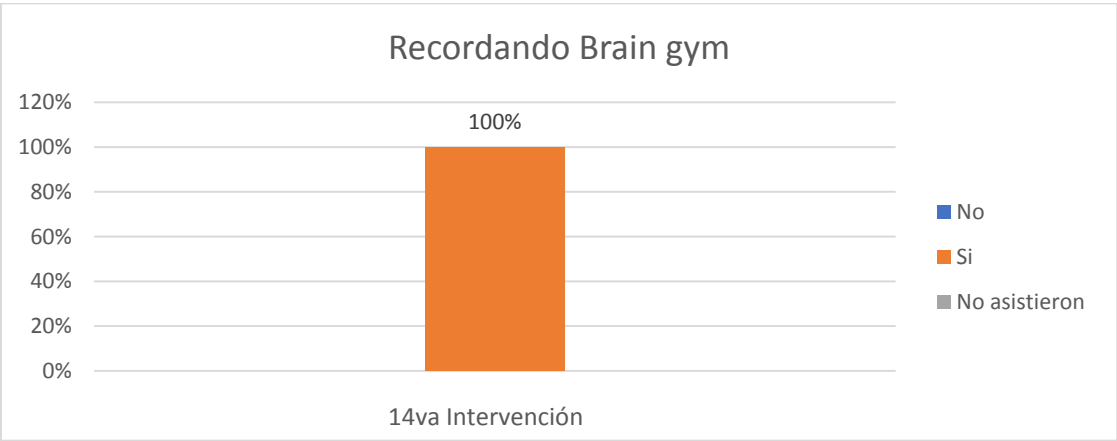
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 19**



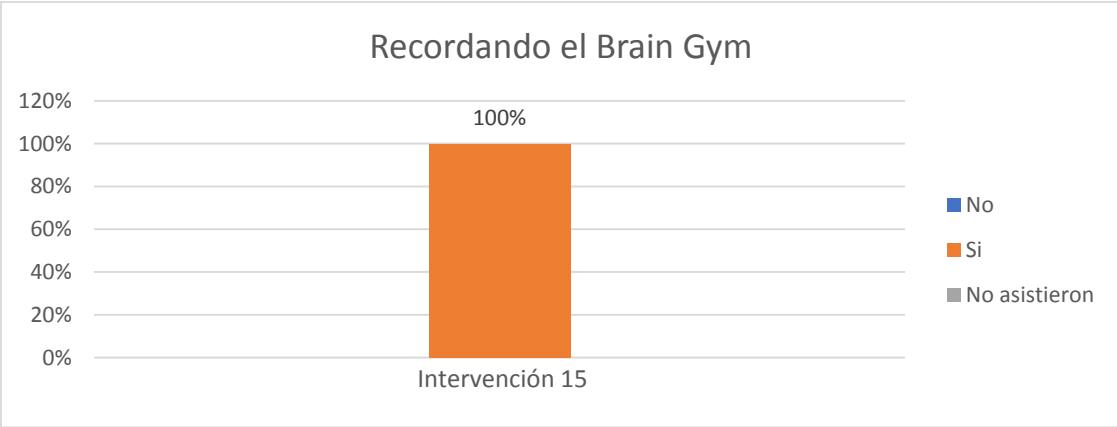
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 20**



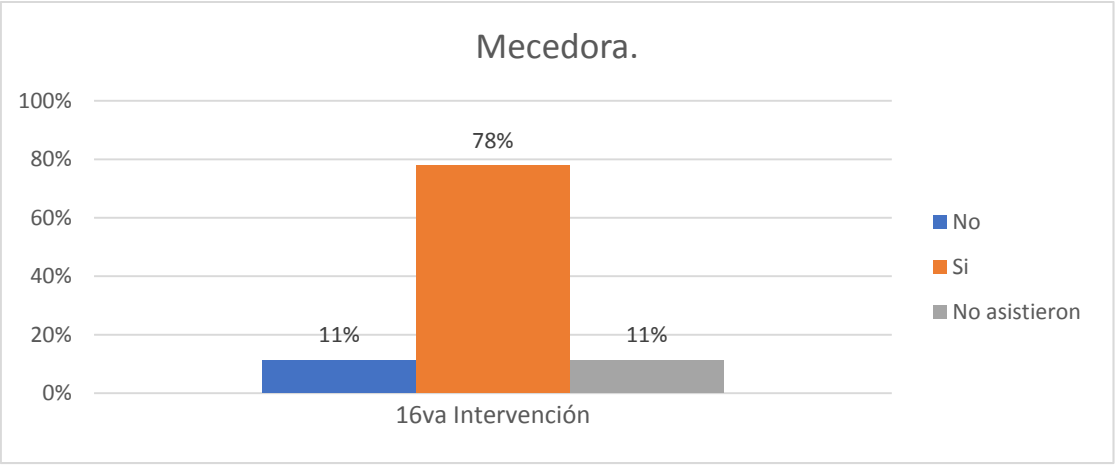
Elaborada por la investigadora.

**Gráfico 21**



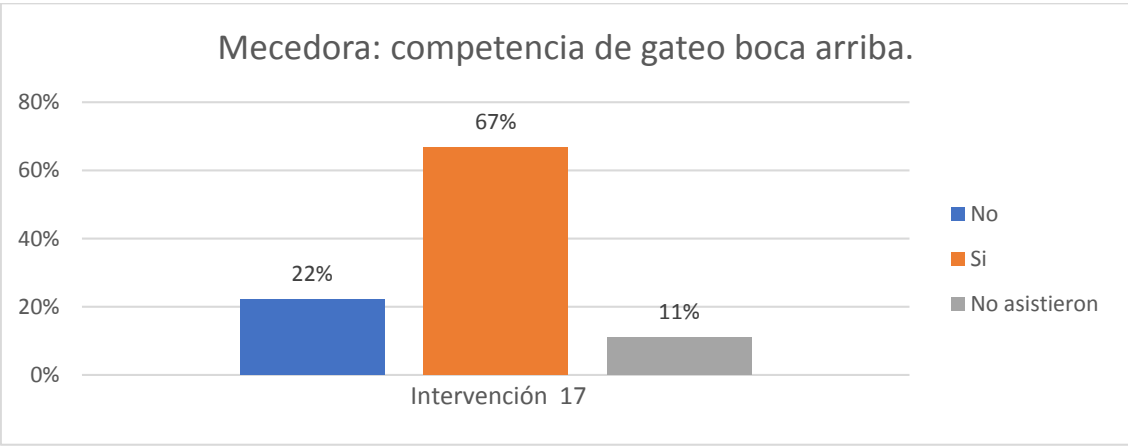
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 22**



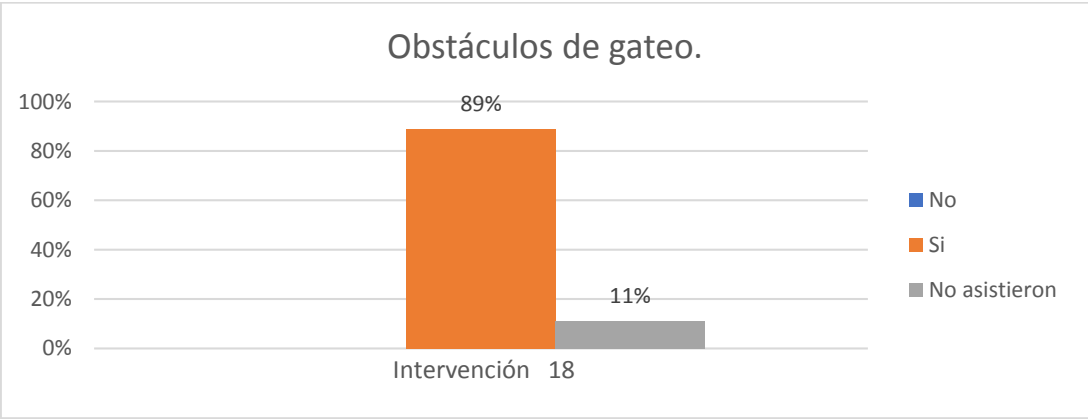
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 23**



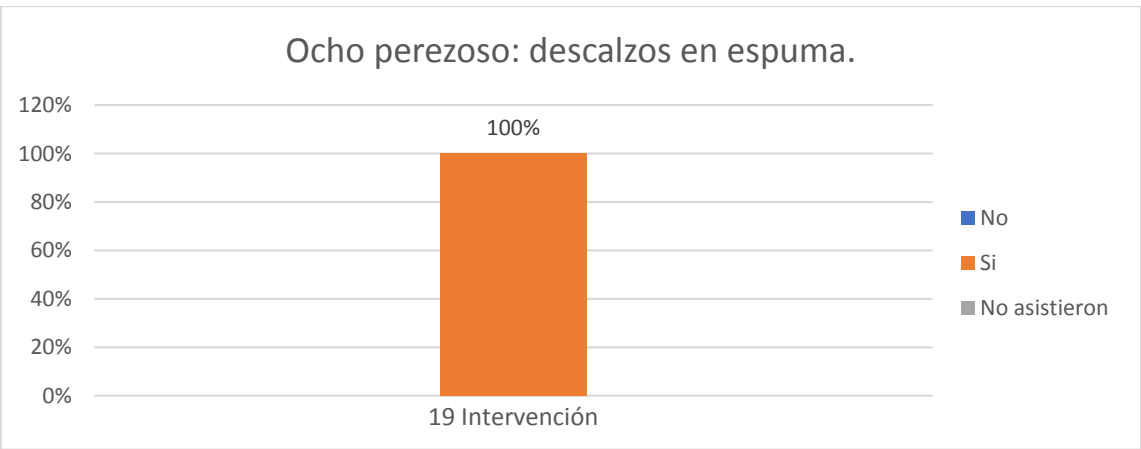
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 24**



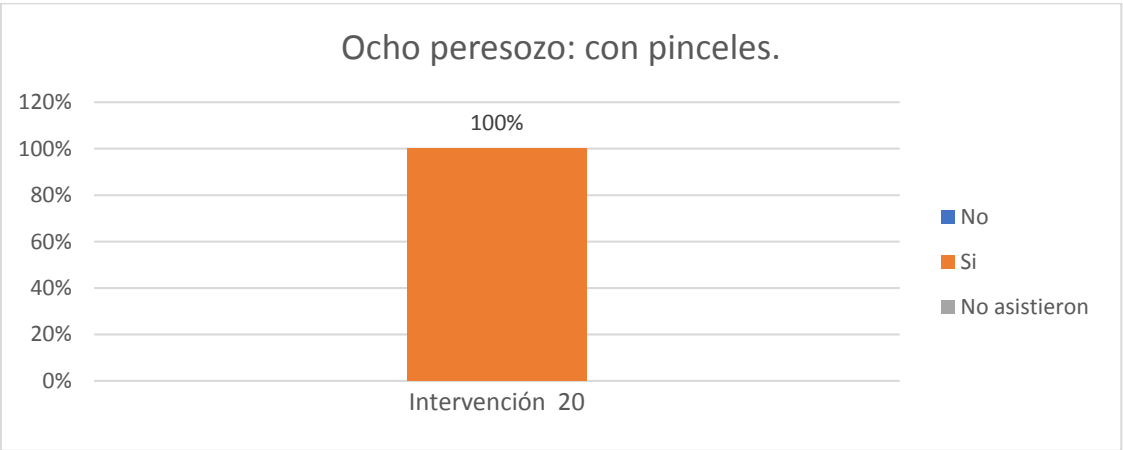
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 25**



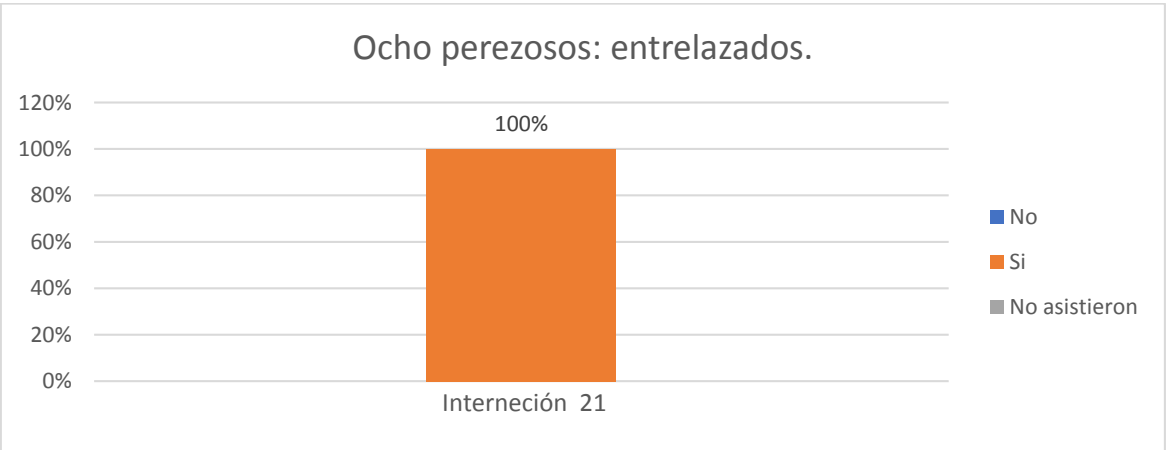
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 26**



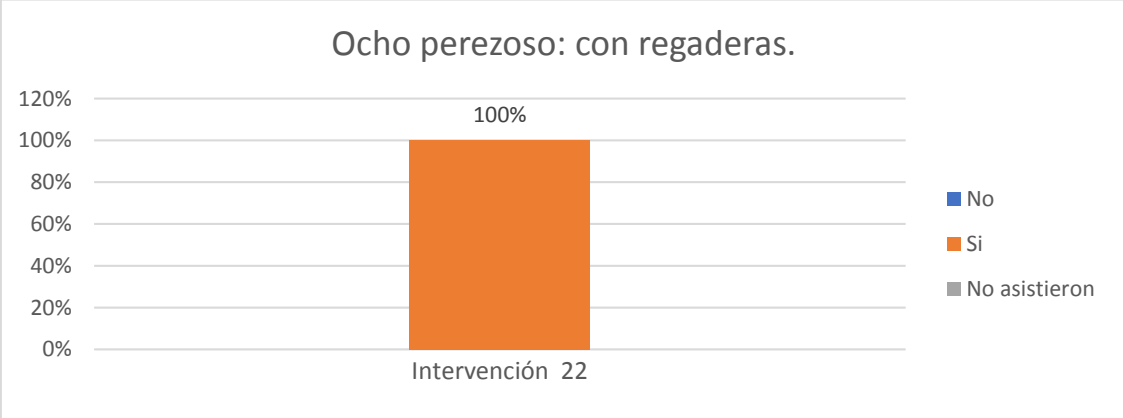
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 27**



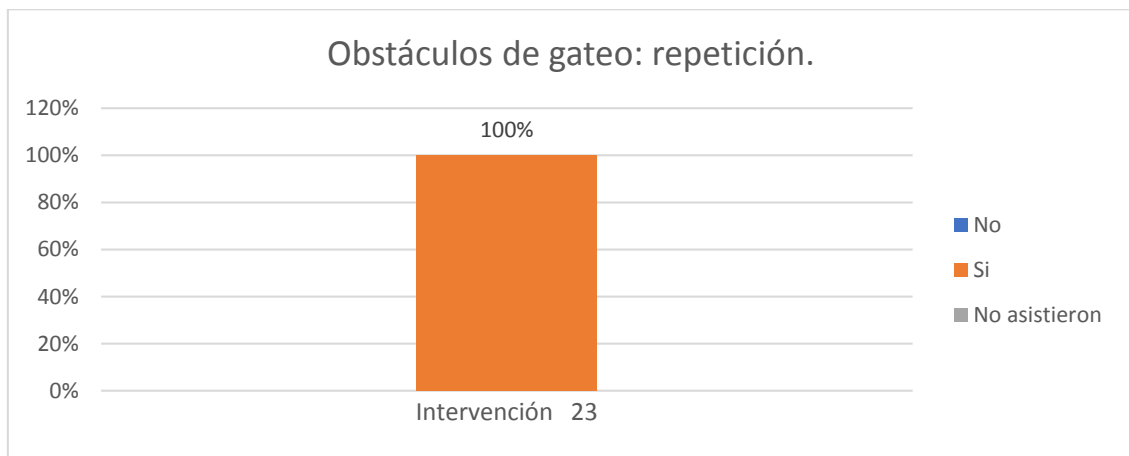
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 28**



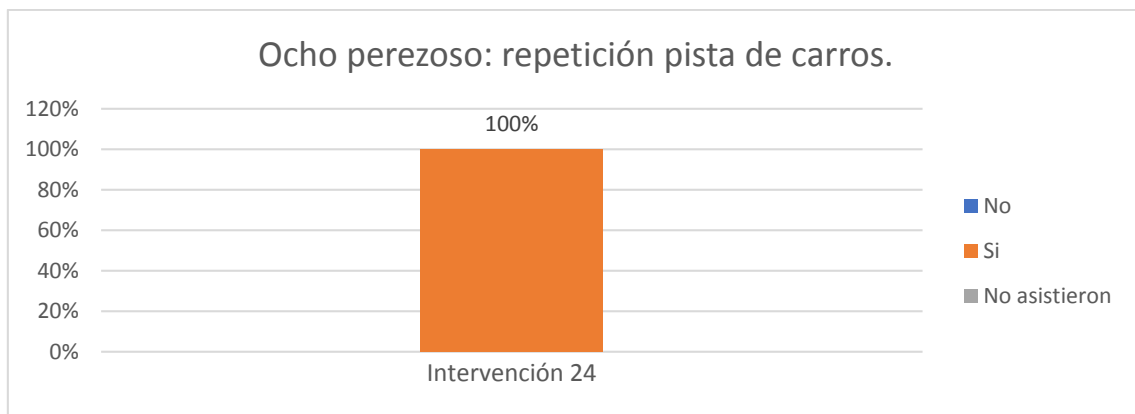
Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 29**



Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 30**



Elaborado por la investigadora.

## Rúbrica

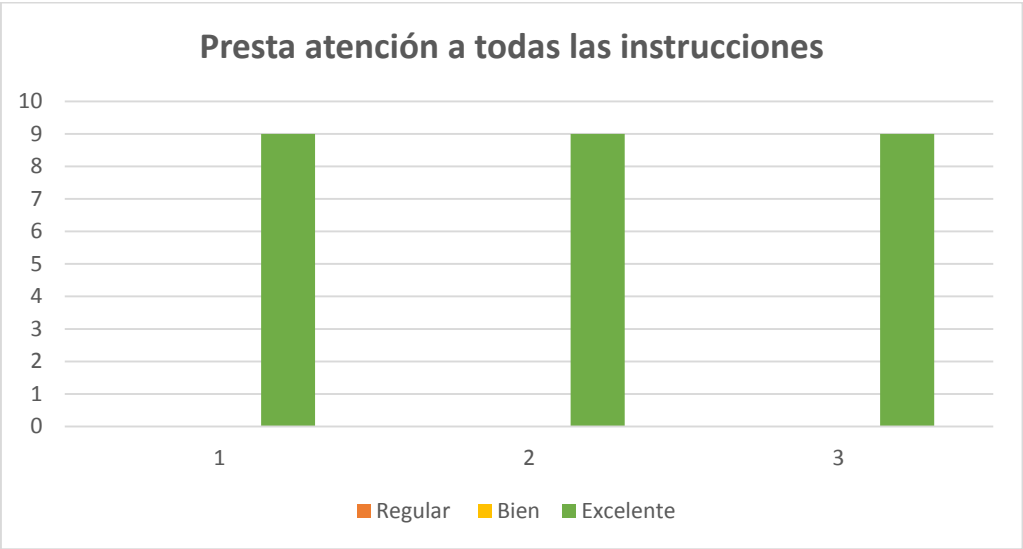
La rúbrica fué el último instrumento implementado con el objetivo principal de evaluar el desempeño de los niños posterior a la aplicación de los ejercicios y actividades de *Brain Gym*.

A continuación se sintetizarán las respuestas a través de gráficos con barras en los cuales se podrá observar el desempeño en las tres evaluaciones finales, las cuales aparecen con código numérico correspondiente a la intervención (1: primera evaluación, 2: segunda evaluación y 3: tercera evaluación).

Cabe mencionar que la evaluación fue realizada a través de juegos en los cuales cada niño demostró los avances y logros que fueron evidentes. En la primera evaluación se realizó el bingo de animales de la granja, segunda evaluación cofre de los tesoros y en la tercera y última evaluación se realizó un juego de memoria utilizando tarjetas con imágenes de animales del mar.

**Gráfico 1**

El presente gráfico nos indica el porcentaje de niños que lograron prestar atención en las tres evaluaciones.



Elaborado por la investigadora.

**Gráfico 2**

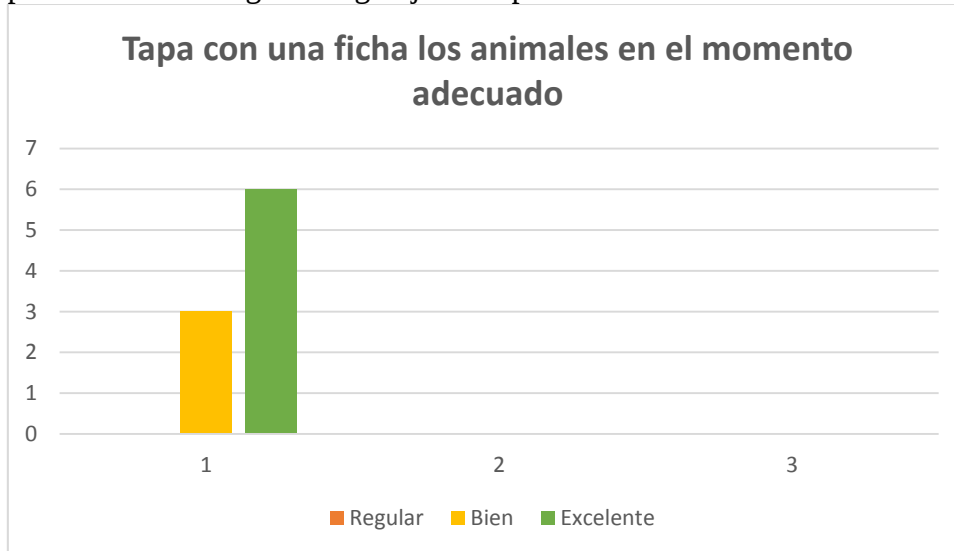
Dicho gráfico nos indica sí se cumplió el objetivo de identificar los animales en la primera evaluación que fue realizada a través del bingo de la granja.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 3

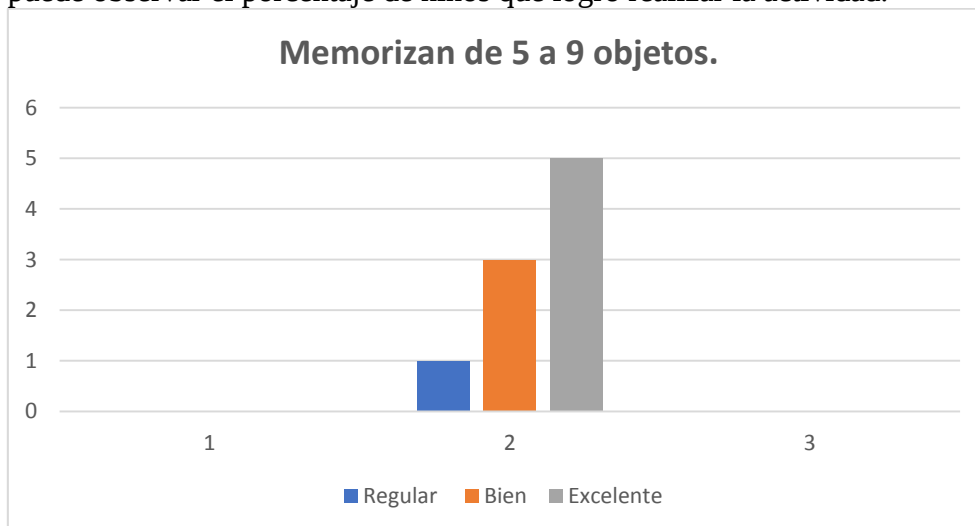
En el gráfico se puede observar si los niños lograron tapar con una ficha los animales presentes en el bingo de la granja en la primera evaluación.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 4

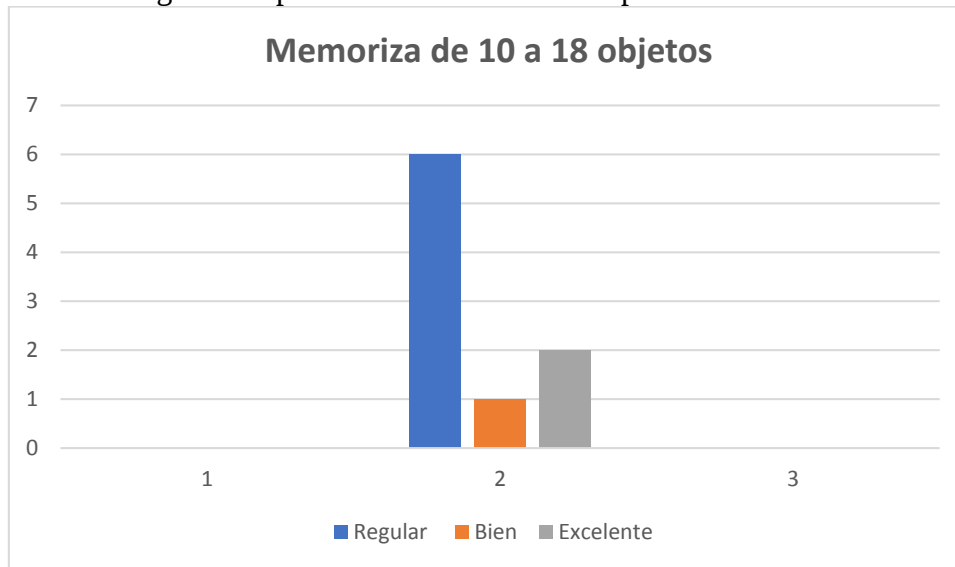
En el gráfico correspondiente a la segunda evaluación, es decir al cofre de los tesoros se puede observar el porcentaje de niños que logró realizar la actividad.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 5

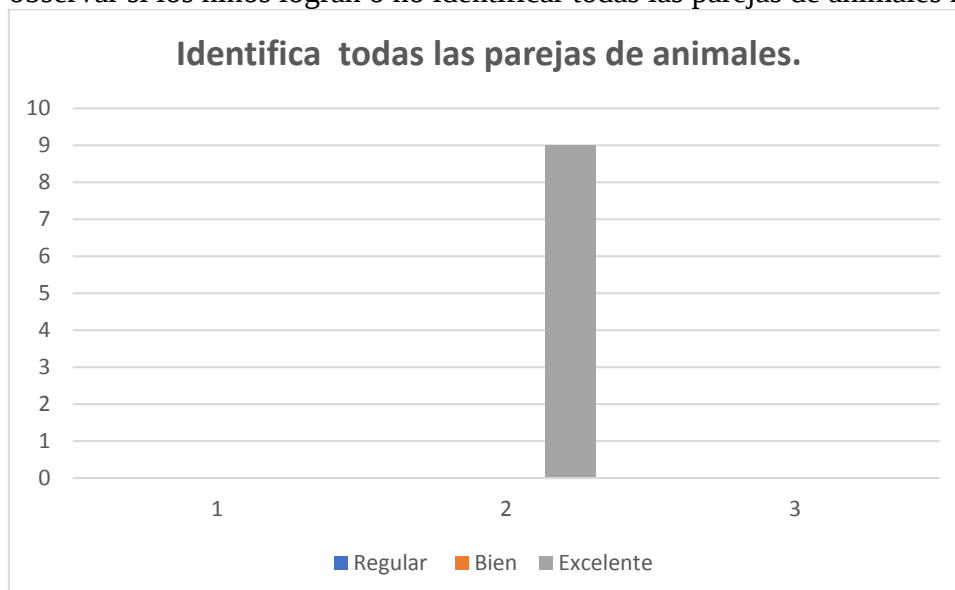
En el presente gráfico correspondiente a la segunda evaluación se puede evidenciar si los niños logran cumplir con el indicador correspondiente.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 6

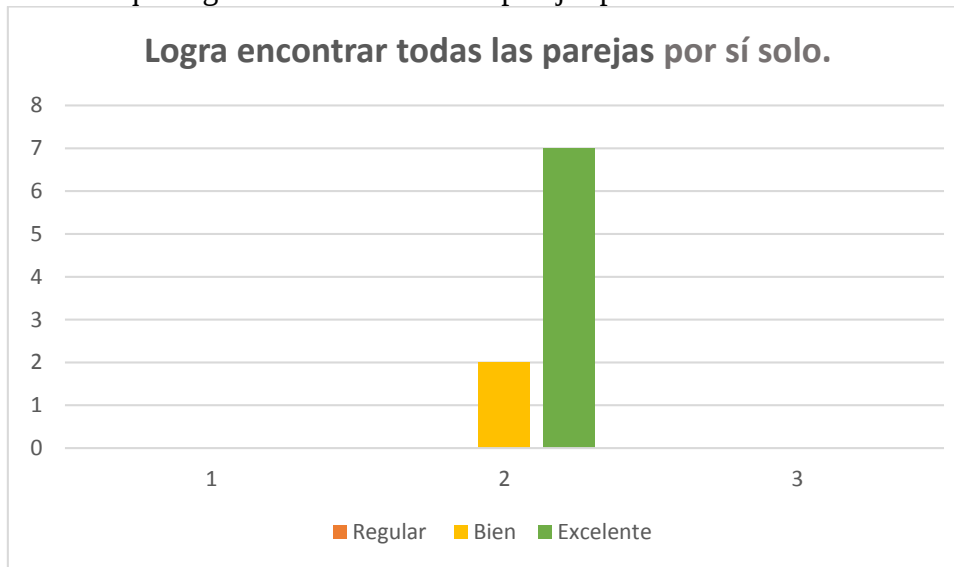
En relación al juego de memoria y correspondiente a la tercera evaluación, se puede observar si los niños logran o no identificar todas las parejas de animales marinos.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 7

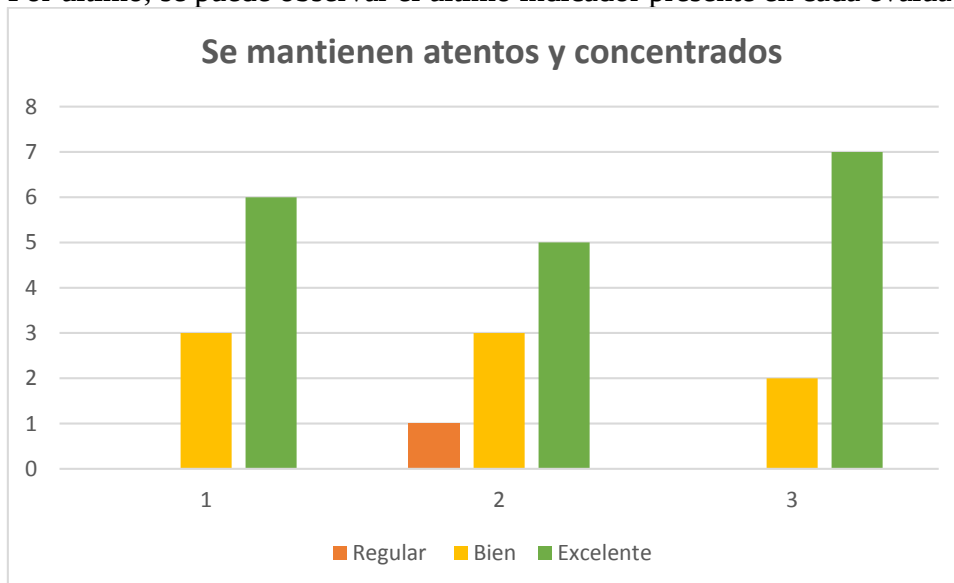
Se puede observar en el siguiente gráfico en relación al juego de memoria el porcentaje de niños que logró encontrar todas las parejas por sí solo.



Elaborado por la investigadora.

### Gráfico 8

Por último, se puede observar el último indicador presente en cada evaluación.



Elaborado por la investigadora.

## 4.2. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Tras haber recabado los datos, se procederá al análisis de los resultados de la investigación. La metodología para tal fin cuenta con un orden determinado: primero se discutirá sobre los hallazgos provenientes de la encuesta realizada a 19 docentes, en segundo lugar, se procederá a reflexionar en torno a los resultados identificados mediante las listas de cotejo utilizadas para obtener información del proceso de cada niño durante el periodo de aplicación de la propuesta, en tercera instancia, se procederá al análisis de las rúbricas que fueron utilizadas para las evaluaciones. Y para concluir se proporcionará una referencia panorámica sobre lo vivido durante el proceso investigativo y los resultados trascendentes derivados de él.

¿Qué opinan las docentes sobre la atención y concentración?

Los primeros datos obtenidos en el proceso de investigación fueron revelados después de generar la encuesta a 19 docentes parvularios de la institución Kínder Gym, especializadas en educación inicial. Frente a las preguntas vinculadas a la atención y concentración, a su relación con el aprendizaje significativo y al reconocimiento del *Brain Gym* como una estrategia útil para trabajar con los niños, se puede observar que no existe un verdadero conocimiento por parte de todo el personal académico con respecto al significado e implicaciones de la concentración en el proceso educativo. Esta falta de asertividad en sus respuestas haría pensar en la necesidad de un proceso constante de capacitación que genere las herramientas suficientes para contar con estrategias pedagógicas actualizadas que garanticen la calidad educativa en su gestión dentro del aula.

Por otra parte, la mayoría de las docentes considera que la atención es una función cognitiva importante para generar aprendizajes significativos, que son de suma importancia y esta representa un factor fundamental para llegar a una calidad educativa, pero se debe comprender todo el sentido de la palabra “aprendizajes significativos” los mismo que son aprendizajes que perduran toda la vida y no son momentáneos ni efímeros, es por ello que los docentes deben velar por proporcionar a sus alumnos herramientas que les permita desarrollarse adecuadamente en todos los diversos ámbitos del ser humano. Si se trabaja con niños desde la primera infancia y se les brindan las

condiciones adecuadas, tomando en cuenta el contexto, recursos, contenidos y valores, se contribuirá a construir aprendizajes sólidos que integren los conocimientos previos con los nuevos y los lleven a la práctica. Los niños han de experimentar el gusto por la investigación; ser curiosos ante nuevos conocimientos que se les presenta, es por ello que desde pequeños se debe motivarlos hacia la investigación y la disposición para aprender.

Aquí surge la siguiente interrogante: ¿cuántos de los aprendizajes de la escuela, colegio, y estudios superiores si fuera el caso, resultaron ser aprendizajes significativos y útiles en la vida? La respuesta puede resultar incómoda al evidenciar que la mayoría de dichos aprendizajes resultaron ser por memorización y vulnerables al olvido. Por ello el docente constantemente debe cuestionarse si los aprendizajes que facilita a sus alumnos, verdaderamente son útiles y necesarios, y de igual manera si las estrategias de aprendizaje son las adecuadas para abordar los diversos contenidos.

Es importante que los docentes no confundan estímulo con disposición o motivación por el aprendizaje, ya que son procesos muy distintos, pero necesarios en la educación y en la vida misma, los estímulos pueden ser distintos y con diferentes características, puesto que algunos estímulos servirán para captar la atención del alumno y otros dispersarán su atención, por ejemplo: estímulos auditivos, motores, visuales, sensoriales etc.

Y como se puede observar en la figura número 6, se comprueba con respecto a lo vivenciado por parte de la población en referencia (los docentes de la institución Kinder Gym) que, desde su experiencia, consideran el ruido y las Tic's como los factores que inciden mayormente en la falta de atención y concentración en los niños

En relación a la figura número 3, se aprecia la importancia de seleccionar un estímulo en primer momento para poder generar el proceso de atención y como se puede observar en la imagen 1 del capítulo II, la atención sigue un proceso sistemático con una serie de pasos, y el primero es seleccionar un estímulo, es por ello que en el ámbito educativo, los docentes están en la obligación de proporcionar estímulos que sean atractivos y del interés del alumno, puesto que la atención que presten los alumnos será en medida que los estímulos sean llamativos, pero ¿qué sucede cuando dichos estímulos no son interesantes para el receptor?, pues simplemente el alumno no le tomará la debida importancia y los conocimientos proporcionados por el docentes serán momentáneos,

mas no significativos, de tal manera que es el deber de los docentes buscar la forma a través de métodos, estrategias o recursos, que llamen la atención de sus alumnos para que los estímulos que pareciesen aburridos se vuelvan extraordinarios y divertidos en el aprendizaje.

En cuanto a la figura 4 se puede observar que aunque la mayoría de las docentes encuestadas considera que atención y concentración tienen significados diferentes, existe una minoría que determina que el significado es el mismo, en esta pregunta se solicitaba a las encuestadas que justificaran su respuesta, para lo cual se evidenció dominio del tema por parte de la mayoría, en donde se comentaba que atención es (poner interés en algo, enfocarse en una tarea o estímulo, se puede dar por un instante debido a un estímulo claro y bien definido y por el contrario concentración, permite la focalización en algo por periodos más prolongados). A pesar de ser conceptos distintos, van de la mano y en educación generar estos dos procesos cognitivos es clave para la construcción de conocimientos, como punto de partida los docentes no deben confundir estas dos definiciones que, aunque parezcan iguales no son similares en la práctica.

Sin embargo, una minoría de docentes no identifica verdaderamente los conceptos de atención y concentración al momento de distinguir su significado por separado, ya que los confunden, por ende, la importancia que le presten no será la adecuada en cuanto al aprendizaje. En educación a diario nos topamos con desconocimiento por parte de la comunidad educativa en varios conceptos, conocimientos, información, datos, etc., pero es deber de cada docente actualizar su información y constantemente auto educarse y no dejar de aprender.

En términos generales se habla sobre el *Brain Gym* como una forma de ayuda hacia los niños para mejorar el proceso de atención y concentración y de la kinesiólogía educativa como una forma de beneficiar el aprendizaje de los individuos, para lo cual las docentes mencionan que en algún momento han escuchado sobre el tema, y lo ven como una nueva estrategia de aprendizaje, al tratarse de Educación inicial, y en cualquier proceso de aprendizaje en el ámbito educativo destinado para cualquier grupo etario, se debe destacar que cada aprendizaje requiere primero de atención y concentración para comprender la información que recepta nuestro cerebro, y como se sabe, los niños aprenden a través del juego, es por ello que el movimiento es indispensable, puesto que

es esencial en el desarrollo de los niños desde su primera interacción con el mundo que los rodea.

Es así como el *Brain Gym* es una forma de integrar movimientos para favorecer a la integración del cerebro y proporcionar al niño una forma relajante y divertida a la vez para aprender, considerándolo como una estrategia que favorece en varios ámbitos del ser humano, a nivel integral y no únicamente a nivel de atención y concentración. En el presente estudio, durante la aplicación de *Brain Gym*, se pudo evidenciar que dichos movimientos favorecen ampliamente al proceso de enseñanza aprendizaje, tanto para docentes, alumnos, y también para los padres de familia, ya que se ven involucrados en el aprendizaje de sus hijos, siendo así una oportunidad de aprender.

Para concluir con el análisis de la encuesta es importante regresar y prestar atención a la figura número 9, en donde se aprecia que no todas las docentes conocen sobre *Brain Gym*, pero las docentes que lo han escuchado o lo han trabajado directamente, mencionan que (son ejercicios de relajación para trabajar el cerebro de manera íntegra, serie de movimientos que ayudan al aprendizaje, favorecen a las conexiones neuronales, es una nueva oportunidad de integrar los movimientos como una forma de aprendizaje), entre otras respuestas que se encuentran ampliamente relacionadas entre sí. Pese a no conocer a profundidad el *Brain Gym* ni lo que implica la kinesiología, todas las docentes concuerdan, en que favorece a la atención y concentración de los niños.

Ante estos resultados surgen algunas inquietudes: ¿es importante conocer el *Brain Gym* antes de permitir su aplicación en las aulas de clase? Y de igual manera ¿cómo se puede afirmar que una estrategia didáctica beneficia a la atención y concentración, sin antes conocerla?

Como se analizó con anterioridad, las docentes deben indagar, investigar y conocer sobre nuevas estrategias didácticas, antes de aplicarlas, ya que cada estrategia es distinta y su aplicación beneficiará ámbitos diversos del ser humano, por lo cual la aplicación de las estrategias será útil dependiendo las diversas características del grupo de estudiantes al que se las aplique, y tomando en cuenta que es lo que se quiere lograr en el aprendizaje.

## **¿El *Brain Gym* es una buena estrategia de aprendizaje para mejorar la atención y la concentración?**

En el transcurso de la aplicación y según se puede observar en los gráficos presentados en el capítulo III, luego de haberse programado los cuatro ejercicios básicos denominados “PACE” y adicional un quinto ejercicio de *Brain Gym* adaptado de manera lúdica y divertida para el disfrute de los niños, por el periodo de 4 meses, se distinguieron algunas fases fundamentales para su despliegue. La primera de ellas se denominó: Conociéndonos en el *Brain Gym*, en donde la meta principal fue que los niños identificaran los ejercicios básicos y los interiorizaran, para que en las próximas intervenciones los pudieran realizar por sí solos. En primera instancia, los alumnos reaccionaron de manera positiva a la intervención, aunque no todos lograron realizar los ejercicios, pero se notaron bastante motivados y entusiasmados, para la tercera intervención y para sorpresa de la investigadora, todos los niños ya conocían e interiorizaron todos los movimientos, y al preguntarles los nombres de cada movimiento los reconocían y verbalizaban correctamente, esto fue muy positivo debida a que se esperaba mayores intervenciones para que los alumnos lograran interiorizar los movimientos de *Brain Gym*.

La siguiente dinámica que seguirá el análisis se la realizará de tal manera que el lector pueda ir evidenciando los avances en el orden de presentación de los gráficos de las listas de cotejo, en donde primeramente se observará el debido análisis de los 4 gráficos en relación a los 4 ejercicios básicos “PACE”, y a continuación el quinto ejercicio que variaba en cada intervención, por lo cual se presentaron 24 gráficos con sus respectivos porcentajes que requieren de un análisis adecuado para comprenderlo de mejor manera.

La primera actividad “PACE” que los niños realizaron antes de empezar el día y las actividades de *Brain Gym* fue tomar agua, destacándola como la actividad principal ya que el agua favorece a la oxigenación del cerebro y consiguientemente de la vitalidad precisada por el cuerpo. Para ello siempre se dispuso de suficientes vasos de agua para los niños presentes en el aula de clase; todos los niños respondieron efectivamente y les agradaba tomar agua antes de su jornada. En el gráfico 1 se evidencia que en todo el proceso de aplicación de la propuesta el 100 % de niños tomó agua antes de cada

intervención, de tal manera que se volvió una costumbre y un hábito y desde entonces sigue formando parte inicial de su día.

El segundo ejercicio que se realizaba fueron los botones cerebrales que representa un ejercicio de energía que activa ambos hemisferios cerebrales y favorece a cruzar la línea central, lo cual beneficia en el ritmo de aprendizaje del individuo, en el grafico 2 se puede observar que sí existen momentos cuando no todos los niños lograban realizar el ejercicio, pero al concluir todas las intervenciones el 100% de los individuos los reconoció y los realizaron correctamente. En el transcurso del proceso, dos niños ocasionalmente no realizaban el procedimiento de los botones cerebrales, ya que se distraían con algún estímulo externo o jugaban entre ellos, y a pesar de la intervención de la docente no se lograba que volvieran a realizarlos y preferían realizar otra actividad. Este ejercicio requería de una respiración adecuada para mejores resultados, razón de lo cual se optó por realizar lo ejercicios con música de relajación y, algunas veces, fuera del aula para que los niños pudieran estar en contacto con la naturaleza, demostrando grandiosos resultados, ya que se relajaban al realizar los ejercicios.

A continuación, la marcha cruzada, que representa un ejercicio que requiere la movilidad de todo el cuerpo y cruzar de un lado al otro, es un movimiento de línea central que favorece la coordinación lateral lo cual beneficia en varios aspectos del individuo a nivel integral, puesto que se estimula la integración de los dos hemisferios cerebrales. Dicho ejercicio fue complejo en la primera intervención de tal forma que 6 niños, es decir el 67% del total no lograron realizar el ejercicio y únicamente dos individuos sí lo lograron. Para la segunda intervención, cuatro individuos lo lograron y para la tercera intervención ya fueron seis niños los que realizaban el ejercicio correctamente, de tal suerte que en la sexta intervención ya todos lograban realizar el ejercicio, cabe mencionar que fue un ejercicio complejo a nivel motriz pero los niños respondieron de modo positivo, únicamente se evidenció un caso (individuo 3) en el cual en todo el proceso hasta en la última etapa no se logró que realizara el ejercicio por sí solo y necesitó la ayuda de una docente para lograrlo.

El cuarto ejercicio “PACE” que se realizó fue el Gancho de hook y como se puede evidenciar en el gráfico 4 el avance fue progresivo, ya que no fue un ejercicio logrado a la primera por su grado de complicación, debido a que es un ejercicio que requiere de

cruzar brazos y entrelazar sus dedos y de igual manera se necesita cruzar las piernas para mejores resultados. Lo sorprendente en la primera intervención fue que la mitad del grupo consiguió realizar el movimiento, caso que no se esperaba que ocurriera, en la cuarta intervención ya la mayoría lo lograba y tan solo a un niño se le dificultaba (individuo 3), el mismo que mostró dificultad al momento de realizar los botones cerebrales, pero en la novena intervención el individuo en referencia también logró realizar el Gancho de Hooke por sus propios medios y permanecer por unos segundos, lo cual le causó entusiasmo y emoción.

Al comentarlo con la profesora titular, mencionó que dicho individuo tiene problemas de motricidad por tal razón se decidió realizar una adaptación del ejercicio, en la cual ya no debía entrelazar sus dedos y solo tenía que simular un abrazo a sí mismo y cruzar sus piernas, esto fue algo positivo puesto que al primer intento el niño demostró que podía realizarlo por sí solo, sintiéndose cómodo y relajado, de tal modo que en el transcurso de la aplicación se mantuvo dicho movimiento, cuyos beneficios fueron los mismos. En el gráfico se puede observar también que en ocasiones todos lo lograban y en otras intervenciones el pico disminuía debido a factores de distracción como estímulos externos que se presentaban, pero al final de la aplicación se evidenció que todos conocían los movimientos y lograban realizarlos.

Otra de las variables de las listas de cotejo que no cambiaba fue la técnica de respiración la cual se realizaba al terminar todos los ejercicios y representaba un momento de disfrute y relajación, ya que en cada intervención dos niños podían escoger o dar una idea para realizar la técnica, demostrando amplia creatividad e imaginación. Existían ideas como, por ejemplo: (inhalar como conejito, ardillas, ratoncitos, moviendo las piernas, acostados, cerrados los ojos, entre otras ideas y exhalar como tigre, cocodrilo, hipopótamo, osos, monos, gritando, despacio, etc). En el gráfico se evidencia que el 100% de los participantes sí logró realizarlo correctamente y ninguno demostró rechazo ni aburrimiento.

Se considera que la respiración al ser parte esencial de la vida, debido a que oxigena cada célula de nuestro cuerpo y es nuestra primera fuente de energía, todos deberían conocer cuál es la manera correcta de respirar y de igual forma complementar una adecuada respiración a ejercicios diarios que realiza el ser humano y que permitan

relajar el cuerpo y la mente, es por ello que la respiración es clave esencial de los ejercicios de *Brain Gym*.

Con respecto al criterio “en el transcurso de los 10 minutos intentan realizar todas las actividades” se evidencia que la minoría de los individuos y únicamente en ocasiones no demostraban interés al realizar los ejercicios, de tal modo que no intentaban realizarlos, ya que mencionaban que les parecía aburrido o se distraían con algún estímulo externo como, por ejemplo: ruido, juguetes, o simplemente por conversar con el amigo, es por ello que la investigadora optó por realizar los ejercicios “PACE” al exterior, permitiéndoles que se encuentren en contacto con la naturaleza y adicionándole música de relajación, lo cual fue un acierto, dado que los individuos se sentían más relajados y con más ganas de realizar los ejercicios. Cabe mencionar que dos individuos, los mismos que en ocasiones no lograban realizar el Gancho de hook y los botones cerebrales fueron quienes mostraron falta de atención y concentración. Es por eso que se empezó a trabajar límites y normas para que fuera más fácil reaccionar positivamente ante las instrucciones.

Por otra parte, al terminar los cuatro ejercicios “PACE”, se procedió a realizar el quinto consistente en adaptaciones de ejercicios de gimnasia cerebral donde el objetivo era integrar los dos hemisferios cerebrales y favorecer a las conexiones neuronales. Para tal propósito se efectuaron dichos ejercicios con una base lúdica y de disfrute de los niños, como una actividad inicial antes de empezar la jornada diaria. Es conveniente subrayar que se utilizó el mismo ejercicio por semana con diferente grado de complejidad, así durante el día martes los niños conocían y practicaban el ejercicio y el día jueves realizaban la misma actividad con diferentes recursos y mayor complejidad.

Como se señaló con anterioridad, el primer mes fue Conociéndonos en el *Brain Gym*, para concretarlo durante la primera semana se realizó el ocho perezoso con espuma (ver anexos planificación 1). En dicha actividad los niños disfrutaron y experimentaron a través de los sentidos, fue gratificante observar desde la primera aplicación, cómo los niños se mostraron motivados y abiertos a experimentar nuevas actividades, de tal modo que en el gráfico 7 se puede ver que el total de los niños que asistieron a clases lograron realizar el ocho perezoso siguiendo la direccionalidad correcta, es decir de derecha a izquierda. El día jueves por el contrario se realizó un ocho perezoso gigante con maskin que fue pegado en el patio (ver anexos planificación 2) dicha actividad fue la preferida

por los alumnos puesto que al finalizar las intervenciones se les preguntó ¿cuál actividad quisieran repetir? y fue la más mencionada. En dicha actividad, el individuo 3 no quiso integrarse y presentó problemas de conducta, no logró realizar el ejercicio efectivamente, cabe mencionar que no tuvo que ver la falta de capacidad del individuo, es por ello que en la repetición de la actividad se obtuvo resultados positivos por parte del 100 % de los niños. Estos datos se los puede evidenciar en el grafico 8 donde el 11% de los participantes, equivalente a uno de los participantes, no realizó la actividad y en el gráfico 30 que todos demuestran dominio en la actividad.

En la semana consecutiva, es decir el número dos, se planteó el ejercicio “doble garabateo” en donde se inició utilizando hisopos y témperas (ver anexos planificación). Al ser un ejercicio donde se necesitaba trabajar con ambas manos al mismo tiempo, se esperaba que los niños no logran realizarlo en la primera intervención, pero para asombro de las docentes y como se puede observar en el gráfico 9 únicamente un individuo no hizo el ejercicio, el mismo que no realizó el ocho perezoso como pista de carros, esto se debe al comportamiento. En virtud de lo observado, con el individuo 3 se planteó primero construir un vínculo fuerte para generar confianza entre las dos partes tanto docente como alumno, con el fin de mejorar la relación y la participación del individuo. Para el día jueves se realizó doble garabateo en un espacio más amplio y utilizando tizas (ver anexos planificación 4), a pesar de ser un ejercicio que ya lo realizaron con anterioridad y sus resultados fueron positivos se cree que al tratarse de un espacio y campo visual más amplio la complicación fue mayor, ya que debieron adaptarse al espacio, es por eso que en algunos casos primero utilizaban una mano y luego la otra, mas no ambas al mismo tiempo, es así como en el grafico 10 podemos observar que únicamente 3 personas lograron realizar el ejercicio.

Es digno de mencionar que el doble garabateo es un ejercicio que contribuye a mejorar la visión periférica, además de que resulta relajante, divertido y con grandiosos resultados a nivel de aprendizajes, debido a que ayudamos a desarrollar los dos hemisferios cerebrales, lo cual en un futuro resultará beneficioso en el ámbito académico.

En cuanto a la semana 3 se planteó el tema: “figura fonda” (ver anexos planificación 5) dicha actividad representa una habilidad en la cual se puede observar una figura específica que se encuentra confusa en un fondo distinto. Este ejercicio es muy útil

al momento de la atención y concentración, puesto que permite al individuo mejorar la habilidad de cambiar el centro de atención de manera adecuada y concentrarse en el estímulo que resulta relevante. En primer momento y tomando en cuenta la primera intervención de figura fondo la mayoría logró realizar la actividad con gran destreza y prestando mucha atención a las figuras que se encontraban frente a ellos, ver gráfico 11 para evidenciar el porcentaje de individuos que logro realizar la actividad.

En cuanto a la segunda intervención de figura fondo se evidencia un avance, ya que todos los individuos logran realizar la actividad de manera correcta y se divierten jugando con sus carros, el *plus* de esta actividad le proporciona un gran valor, puesto que se trabajó utilizando ambas manos, es así como un simple juego de carros resulta un gran aprendizaje, que beneficiará en su desarrollo.

En la semana 4 y siendo la última semana del mes “Conociéndonos en *Brain Gym*” se evidencian grandiosos avances y hallazgos por parte de la investigadora, ya que se observa cómo cada vez los individuos se muestran más atentos y concentrados en las actividades, lo cual fue el objetivo principal de la investigación, pero conforme avanzó la indagación se demuestra que el *Brain Gym* tiene amplios beneficios a nivel integral, condición que se va a seguir evidenciando mientras continúe la lectura del análisis y observe las actividades realizadas. En dicha semana se planteó realizar un ejercicio de *Brain Gym* “giros de cuellos” que únicamente es un movimiento el mismo que la mayoría logra realizar con un poco de complicación.

Al segundo mes se planteó el tema: Divirtiéndonos en el *Brain Gym* en donde el quinto ejercicio sorpresa resultaba cada vez un reto y un factor revestido de asombro para los niños.

Para la quinta semana las actividades que realizaron fueron direccionadas hacia las “competencias” (ver anexos planificación 9 y 10) resulta ser una actividad que llama la atención de los niños y disfrutaban al participar, en dichas actividades se evidencia que existe un desafío al intentar cambiar de mano al momento de trasladar las pelotas de plástico en una cuchara, pero a pesar de su complicación la mayoría logra finalizar la competencia.

Como resultado se puede afirmar que en actividades que parecen insignificantes y que no aportan valor alguno al nivel de aprendizaje, se puede evidenciar el desarrollo de ámbitos y áreas, como lateralidad, nociones básicas, motricidad gruesa, motricidad fina, coordinación etc. Y, de igual manera, son ejercicios acertados en cuanto al desarrollo, debido a que son la base de contenidos a presentarse progresivamente con desafíos que los individuos deben superar. Haciendo relación a una analogía, las bases representarán las columnas de una construcción.

Conforme continúan las actividades se puede verificar mayores desafíos, de tal modo que en la sexta semana se realiza “bombeo de pantorrilla” (ver anexos planificaciones 11 y 12) resulta una actividad muy llamativa y todos los participantes que asistieron lograron realizar y disfrutar de ella. Los alumnos se muestran más relajados al terminar la actividad, lo cual es positivo, puesto que estuvieron preparados para empezar el día y continuar con sus aprendizajes.

En la semana 7 se realizó el ejercicio balanceo de gravedad (ver anexos planificación 13), Al inicio de las actividades, los niños se mostraron atentos y concentrados en las indicaciones, no hubo interrupciones, se permitió desarrollar el juego imaginativo, trabajo en equipo, perseverancia y la confianza en sí mismos. Al terminar el ejercicio, los niños se mostraron relajados y motivados durante el transcurso del día.

En la semana 8, y siendo el tercer mes de aplicación, después de vacaciones de navidad se planteó la fase “Recordando el *Brain Gym*”, por tal motivo las intervenciones consintieron en realizar los ejercicios PACE en el exterior, en contacto con la naturaleza, para lo cual respondieron efectivamente y el 100% de los alumnos recordó los ejercicios con entusiasmo y ganas de realizar más actividades sorpresas.

En cuanto a la semana 9 se realizó el ejercicio la mecedora la cual fue adaptada en un ejercicio similar (ver anexos planificación 15 y 16). Se evidenció falta de concentración y atención por parte de dos individuos ya que no quisieron realizar algunos de los ejercicios iniciales por encontrarse jugando. Pero al momento de cumplir la competencia, todos los niños se mostraron entusiasmados y con ánimos de continuar, se percibe mayor atención y concentración por parte de la mayoría para realizar el ejercicio, aunque para algunos resultó muy complicado y les costaba mantener el equilibrio y la

fuerza. Al ser ejercicios que requieren mayor desafío se permitió a los niños que se plantearan metas y objetivos que les impulsara a ir en busca de lo que desean conseguir a través de la perseverancia.

En la semana 10 se realizaron obstáculos donde se requería gatear y reptar, se demostró que las competencias y los obstáculos fueron las actividades de mayor disfrute por parte de los niños, puesto que se mostraron animados y con mucha imaginación, ya que se dio la apertura de atravesar los obstáculos por segunda vez de la forma que ellos desearan; propusieron ideas y se imaginaron nuevas maneras para atravesar el camino, realizándolo de manera exitosa. Es digno recalcar y demostrar que el gateo es de suma importancia en el desarrollo del ser humano, pero constantemente se escucha entre los padres de familia que sus hijos caminaron omitiendo el gateo, lo cual causa emoción en los padres, debido a que piensan que el niño se está desarrollando más rápido ¿Cuán bueno es que los niños no gateen? El gateo representa una actividad que los niños realizan como proceso para empezar a caminar, favorece en el patrón cruzado, conexión de dos hemisferios, desarrollo del sistema vestibular, lateralidad, coordinación ojo mano, les ayuda a explorar el mundo que los rodea y en un futuro será la base para poder leer, escribir, etc.

La última semana del cuarto mes se realizó nuevamente el ocho perezoso con diferentes recursos (ver anexos planificación 20 y 21) para lo cual los niños demostraron dominar el tema y disfrutar del mismo.

Para finalizar, durante el quinto mes de aplicación nombrado “Lo he logrado”, puede apreciarse cómo el 100 % de los individuos realiza las actividades satisfactoriamente (v. gráficos 26-30). Este hecho demuestra que existe un avance en los niños en cuanto al dominio de las actividades y en el comportamiento. Los aprendizajes, según la referencia de la docente titular, fluyen de mejor manera. Dentro del aula, las interrupciones disminuyeron constantemente, se observaba que los niños estaban motivados y entusiasmados en cada actividad y se mostraban perseverantes en su mayoría. En lo concerniente a la atención y concentración se evidenciaron mejoras, ya que, durante el proceso, la investigadora pudo presenciar cambios dentro del aprestamiento para el aprendizaje, cambios que coinciden con el procesamiento estadístico de los datos recabados.

Uno de los principios básicos de la Educación Inicial es el desarrollo integral del niño mediante el juego. Respetar este principio determinó la planificación de actividades lúdicas complementarias para verificar-evaluar cómo iba consolidándose tanto el proceso de atención como el de concentración: bingo de animales de la granja, cofre de los tesoros, y, por último, tarjetas para juego de memoria.

A continuación, se analizarán los hallazgos relevantes en relación a la respuesta dada por cada uno de los niños que participaron de esta investigación.

Al planificar el juego del bingo de animales en la granja se procuró estar en consonancia con el contenido que estaba revisándose en la unidad de estudio. En esta actividad de evaluación hubo la necesidad de realizar una repetición debido a que en su momento existían estímulos externos que perjudicaban el resultado verdadero, es así como en la segunda aplicación se evidencia una mejora enorme, ya que hubo un entrenamiento previo que les resultó favorable. En dicha evaluación los individuos (1, 2, 3 y 7) no lograron permanecer atentos durante el bingo.

En la actividad denominada: El cofre de los tesoros se optó por crear un cofre donde se introdujo una serie de objetos variados, en total 24. El objetivo principal consistía en evaluar los niveles de atención y concentración puesto que cada participante debía abrir el cofre e ir sacando los objetos existentes e intentar memorizarlos, para posteriormente devolverlos al cofre.

El individuo 1 desde un inicio prestó atención a las instrucciones iniciales, se mostró atento y concentrado a pesar de existir distractores auditivos y visuales, comenzó sacando los objetos y ordenándolos en un círculo, y al volver a introducirlos y cerrar nuevamente la caja, logró recordar 9 objetos en total.

En el caso del individuo 2 se mantuvo atento y concentrado durante la actividad, empezó prestando atención a las instrucciones iniciales y al proporcionarle el cofre sacó los objetos rápidamente y los ordenó, se toma unos pocos segundos y volvió a guardarlos. Recordó un total de 6 objetos.

El individuo 3 comenzó entusiasmado y corriendo por todo el lugar, se le pidió sentarse y prestar atención a lo cual reaccionó positivamente. Luego de prestar atención a las instrucciones y concentrarse mientras observaba los objetos, identificó un objeto que cautivó su atención, y solicitó más tiempo, al momento de cerrar el cofre, únicamente logró mencionar 4 objetos, es importante destacar que al objeto que llamó su atención le proporcionaba diferentes calificativos, por ejemplo: globo con sonido bajito, globo suave, globo con carita feliz, globo bonito. Lo cual nos da a entender que se concentró únicamente en un objeto omitiendo el resto, es importante trabajar la atención y concentración, para que en un futuro logre identificar los estímulos relevantes.

Por su parte, el individuo 4 mantuvo una excelente atención y concentración durante toda la actividad, logró recordar un total de 18 objetos; fue quien obtuvo el mayor número de aciertos. Cabe mencionar que el lenguaje al no ser su fuerte, buscaba la manera de hacerse entender, por ello recurría a las señas, y lograba. De igual manera fue el individuo que prestó mayor atención a los detalles de las cosas.

El individuo 5 mantuvo atención y concentración desde el inicio de la actividad y logró recordar el total de 9 objetos.

Por otro lado, el individuo 6 permaneció atento y concentrado durante la actividad, pero logró recordar únicamente 7 objetos. Se cree que es importante seguir trabajando juegos de memoria.

El individuo 7 identificó todos los objetos del cofre y los sacó ordenadamente. Durante la actividad se evidenció que el individuo requiere de encontrarse en movimiento y al preguntarle sobre el objeto que recordaba, fue capaz de mencionar 8 objetos, se observó el interés de terminar la actividad rápidamente, por lo que no le prestó el debido interés.

El individuo 8 prestó atención a las instrucciones y se mantuvo concentrado durante toda la actividad, se tomó su tiempo para observar los objetos y logró recordar 15 objetos de 24, se mostró perseverante y quiso volver a jugar para intentar recordar el mayor número de objetos.

Para finalizar, el individuo 9 se desconcentró con frecuencia y le costó mantener su atención en la actividad, comentó temas familiares y mencionó que se sentía triste, se levantó, jugó con lo que se encontraba a su alrededor y por último expresó que “cuando juega se acuerda de las cosas del cofre” recordando el total de 11 objetos. En este caso en particular se evidencia que su falta de atención y concentración se debe a un factor externo el mismo que tiene que ver con su familia, lo cual se refleja en su comportamiento, y a pesar de ser el individuo que recepta mejor las instrucciones y las actividades, le cuesta mantener su concentración.

El juego de memoria fue una actividad consistente en mostrar tarjetas con sus respectivos pares idénticos por unos segundos y posteriormente voltearlas, con el objetivo de ir recordando las tarjetas y encontrando sus pares. En dicha actividad se evidenció mayor control en cuanto a la atención y concentración de los niños, debido a ello todos lograron emparejar las sus tarjetas, tomando en cuenta que cada individuo lo logró en diferentes periodos de tiempo.

El individuo 1 se tomó 10 segundos de su tiempo para observar las imágenes antes de voltearlas, logró emparejar todas las tarjetas en el periodo de 3 minutos con 22 segundos, sin presentar ningún tipo de distracción.

Por otra parte, el individuo 2 también se mostró atento y concentrado durante la actividad, antes de voltear las tarjetas se demoró un minuto observándolas detenidamente y en silencio, tardando 4 minutos con 16 segundos.

El individuo 3 se mostró inquieto y se observó la necesidad de estar en constante movimiento, le costó concentrarse, pero, al explicarle las instrucciones se mostró motivado y con ganas de realizar el ejercicio, en el transcurso empezó a levantar una misma tarjeta y le costó recordar el resto, de tal manera que se demoró el total de 6 minutos con 20 segundos. Es importante destacar que dicho individuo presenta problemas de atención, como se puede observar en el cofre de los tesoros, y de igual manera en el transcurso de todo el proceso. Como se mencionó con anterioridad, es importante seguir trabajando en su atención y concentración.

El individuo 4 prestó atención desde el primer momento y se concentró en las tarjetas que se le proporcionó, solo necesitó de 10 segundos para observarlas y en el transcurso de 1 minuto con 51 segundos logró emparejar todas las tarjetas siendo así el promedio de tiempo más corto entre el resto de sus compañeros.

Asimismo, el individuo 5 se mantuvo concentrado, atento y observó detenidamente sus tarjetas, logrando el período de 3 minutos con 16 segundos. Por otra parte, el individuo 6 prestó atención y se fijó en los detalles de las tarjetas, logró en 3 minutos con 45 segundos encontrar todas las parejas, mencionó que es un juego que le agradaba realizar.

El individuo 7 se demoró 10 segundos al momento de observar las imágenes y requirió de 4 minutos con 4 segundos para emparejar sus pares. El individuo 8 se tomó 1 minuto para observar todas las tarjetas, demostrando creatividad y disfrute durante el juego, ya que al ir obteniendo sus pares los ordenaba formando un círculo grande, lo cual le demoró al momento de reunir todas las parejas, logrando realizar el ejercicio en 5 minutos, sin presenciar ninguna distracción.

En relación al individuo número 9, se mostró atento, concentrado y precisó únicamente 10 segundos para observar todos los objetos, tardando el total de 4 minutos con 35 segundos debido a que se tomó su tiempo para ir ordenando las tarjetas. Como se puede evidenciar los juegos de memoria, además de favorecer la memoria, concentración, atención de los niños, benefician su desarrollo a nivel cognitivo y ejercitan el cerebro lo cual representa un beneficio.

El *Brain Gym* puede complementar sus ejercicios con actividades lúdicas fáciles de realizar por niños y por adultos. Sus aportes benefician al desarrollo integral de los individuos que lo practican.

#### **4.3. DATOS CURIOSOS DERIVADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

Probablemente se piense que el *Brain Gym* es una alternativa ajena al currículo de Educación Inicial, sin embargo, como se puede observar en la tabla 7 y al explorar las planificaciones puede verificarse que, con su inclusión en la práctica cotidiana del

proceso educativo, puede trabajarse el currículo oficial y beneficiar el desarrollo del individuo, entiéndase en este caso, el niño.

El individuo 9 se integró a la mitad de las intervenciones, por tal motivo no se le iba a tomar en cuenta en la investigación, pero para asombro de la investigadora, desde la primera participación en *Brain Gym* logró realizar todos los ejercicios. Debe acotarse que su condición etaria es mayor en meses al resto de niños participantes; sin embargo, desde el inicio se entusiasmó con los ejercicios y se encontraba abierto a realizarlos y aportar con ideas creativas.

## CONCLUSIONES

A manera de conclusión es importante destacar que los docentes alrededor del mundo se encuentran en el deber de proporcionar herramientas a sus alumnos, con el fin de generar aprendizajes significativos, es así cómo las estrategias y los métodos didácticos que se emplean resultan parte esencial en la educación, además de encontrarse estrechamente relacionadas con el logro de las metas y los objetivos propuestos, ya que representan la forma de abordar nuevos aprendizajes a través de procedimientos o pasos que se deben seguir, cabe mencionar que las estrategias deben ser coherentes y pertinentes al medio en el que se las desarrolla, de tal forma que sean útiles y necesarias para el alumno.

A diario se presentan varias incógnitas con respecto a la atención y concentración en los niños, pero se debe tomar en cuenta que el entorno en el que se encuentran expuestos está colmado de diferentes estímulos, novedades, y un sinnúmero de factores que afectan su atención, como por ejemplo: los factores externos que influyen enormemente en el desenvolvimiento y comportamiento, es así que resultará difícil para ellos enfocar su atención y concentración, siendo procesos cognitivos imprescindibles. Por lo tanto, se requiere de trabajo y dedicación por parte del alumno y del docente, con el fin de aportar al buen desarrollo del individuo y de beneficiar al aprendizaje significativo. Es digno mencionar que es la labor del docente identificar el estado de sus estudiantes, para proporcionarles herramientas y recursos que fomenten la seguridad y la confianza generando espacios de tranquilidad y paz.

La propuesta de estrategias didácticas relacionadas al *Brain Gym* para mejorar la atención y concentración tuvo resultados positivos en los niños de 4 a 5 años de edad, debido a que resultó ser una alternativa divertida y distinta dentro de las aulas de clase. Se observó una interacción entre cuerpo y mente que condujo a posteriores actividades de aprendizaje revestidas de eficiencia, eficacia y significado para los niños.

Los ejercicios de *Brain Gym* tienen un lineamiento básico que, según se ha observado, insiste en procesos de equidad, igualdad e inclusión para concretar los procesos de aprendizaje. Otra de las fortalezas identificadas es la conexión que puede llegar a establecerse entre los niños y los referentes adultos cercanos: en el desarrollo de

la investigación se vio cómo hubo casos de niños que enseñaron a sus padres algunos ejercicios aprendidos durante la experiencia desarrollada. Asimismo, tomar agua se tornó en un hábito en la mayoría de ellos.

El *Brain Gym* tiene grandes beneficios que aportan al desarrollo de los individuos. Asumirlo como una actividad extra a aquello que tienen que hacer los docentes será la primera creencia que deba desterrarse pues, según se ha evidenciado, su incorporación cotidiana da cuenta de intenciones por dinamizar los procesos educativos en estricto apego al fin que la Educación Inicial persigue: el desarrollo pleno e integral de los niños mediante procesos significativos, trascendentes que no descarten el juego y el movimiento como base de su consecución.

Impartir una nueva propuesta que se fundamente en la aplicación de estrategias didácticas que lleven consigo el propósito de ir generando un niño distinto, diferente, un niño más observador, participativo y soñador, es decir un niño del tercer tipo.

## RECOMENDACIONES

Se recomienda motivar y capacitar a los docentes en cuanto a nuevas estrategias didácticas que se puedan emplear en las aulas de clase, con el fin de contar con más alternativas que sean útiles al momento de proporcionar nuevos contenidos, sin dejar de lado el respeto hacia la individualidad de cada ser humano.

De igual manera se sugiere integrar la parte lúdica a los ejercicios de *Brain Gym* con el fin de volverlos más llamativos e interesantes para los niños, sin olvidar la relajación como parte fundamental para el inicio de nuevas actividades.

Es recomendable a su vez que los ejercicios de *Brain Gym* sea en conjunto (docentes-estudiantes) y se comience al iniciar la jornada diaria.

También es importante que los docentes investiguen más a profundidad y se interesen por el aprendizaje de sus alumnos, para que el mismo se torne de calidad y calidez en su práctica. Asimismo, se sugiere apertura docente a las ideas propuestas por los niños en la generación de las alternativas lúdicas formuladas, sin perder de vista el objetivo central que pretende la actividad planificada. Con toda seguridad esta construcción conjunta de las propuestas de *Brain Gym* resultará más atractiva y cercana a los intereses de los niños.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Battro.A., Fischer, K., & Léna, P. (2016). *Cerebro Educado Ensayo sobre la Neuroeducación*. . Barcelona , España : Gedisa.
- Braidot, N. (2014). Cómo funciona tu cerebro para Dummies Obtenido de [https://www.planetadelibros.com/libros\\_contenido\\_extra/28/27413\\_Como%20funciona%20cerebro%20DUMMIES.pdf](https://www.planetadelibros.com/libros_contenido_extra/28/27413_Como%20funciona%20cerebro%20DUMMIES.pdf)
- Camargo & Camelo. (2016). Aportes de la Gimnasia Cerebral al Desarrollo de la Atención en estudiantes 2º de Grado de Primaria del Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar ( tesis pregrado). Universidad Nacional de Colombia, Bogota.Obtenido de <https://repository.cinde.org.co/bitstream/handle/20.500.11907/1533/CamargoRodriguezCameloMoreno2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caamaño, C. (2018 ). *Claves para potenciar la atención / concentración* . Chile .
- Caraballo, A. (2018). *El tiempo de concentración de los niños según su edad*.
- Constitución de la Republica del Ecuador. (2011). Recuperado el 12 de 2018, de [https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4\\_ecu\\_const.pdf](https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf)
- Chávez, L. (2018). La Gimnasia Cerebral y el Desarrollo Viso-Motor en los Niños y Niñas de 4 años que Asisten a la Unidad Educativa "Semillas de Vida" de la Ciudad de la Latacunga. ( tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Obtenido de <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/28830/2/TESIS%20GIMNASIA%20CEREBRAL%20FINAL.pdf>
- Chunata,S. (Diciembre de 2015).Gimnasia cerebral en el desarrollo del aprendizaje cognitivo en los niños de educacion inicial II de la escuela "San Francisco de Asís" parroquia maldonado, Cantón riobamba, provincia de chimboraz, año lectivo 2013-2014 ( tesis de pregrado). Universidad Nacional de Chimborazo,Riobamba, Ecuador. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/2072/1/UNACH-FCEHT-TG-E.PARV-2015-000006.pdf>
- Dennison , P., & Dennison, G. (2006). *Brain Gym Aprendizaje de todo el cerebro* . Barcelona, España: RobinBook.
- De la Vega , C. (2018).Estrategias de Gimnasia Cerebral para Desarrollar la Concentración en Niños de 5 a 6 años, de la Unidad Educativa "Victor Manuel Guzmán", Ibarra"(tesis de maestria). Universidad Técnica del Norte, Ibarra, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/8271/1/PG%20663%20TESIS.pdf>
- Escobar , N. (2011). La medición del aprendizaje en la escuela. *Dialnet*.

- Ferré, M. (2016). Kinesiología Educativa en el segundo curso de Educación Primaria ( Universidad Internacional de La Rioja). Obtenido de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4282/FERRE%20MERCAD E%2C%20MARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Freire , P. (2007). *La educación como práctica de la libertad*. México: siglo veintiuno editores.
- Guerrero , A. (2016). La Generación de Experiencias de Aprendizaje, Tomando como Base la Psicomotricidad y la Educación por Medio del Movimiento para Niños de la Etapa Inicial con Déficit de Atención ( tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado el 11 de 06 de 2018, de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/11036/La%20generación%20de%20experiencias%20de%20aprendizaje%252c%20tomando%20como%20base%20la%20psicomotricidad%20y%20la%20educaci.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- González & Briseño. (2013). Aplicación de Ejercicios de Gimnasia Cerebral para Favorecer el Aprendizaje de las Multiplicaciones en Niños de 3ero de Primaria (tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Estado de México, México. Obtenido de [http://www.academia.edu/7904280/TESIS\\_COMPLETA](http://www.academia.edu/7904280/TESIS_COMPLETA)
- Juarez & Fuentes. (2018). La importancia de estimular las redes atencionales en la infancia. *Apuntes de psicología*.
- León, A. (2007). Qué es la educación . *Redalyc.org*.
- López & Fachelli. (2015). Metodología de la Investigación Social Cuantitativa. Barcelona, España: Creative Commons. Obtenido de [https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccua\\_a2016\\_cap2-3.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/caplli/2016/163567/metinvsoccua_a2016_cap2-3.pdf)
- López, A. (2012). Importancia de los Ejercicios de Gimnasia Cerebral en el Desarrollo de la Creatividad en los Niños y Niñas del Primer Año de Educación Básica de la Escuela Juan Bautista Palacios "LA SALLE" de la Ciudad de Ambato en el Periodo Lectivo 2010- 2011 ( tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Recuperado el 11 de 06 de 2018, de <http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/5636/1/TESIS%20EJERCICIOS%20DE%20GIMNASIS%20CEREBRAL.pdf>
- Medrano , T. (2014). *La atencion en las niñas y niños en el nivel de preescolar en la insitición educativa ternera del distrito de Cartagena* . Obtenido de <http://190.242.62.234:8080/jspui/bitstream/11227/2643/1/TESIS.pdf>
- Méndez, G. (2015). Obtenido de <http://equipo1neurociencias.blogspot.com/2015/08/>
- Ministerio de Educación. (2014). *Currículo de Educación Inicial* . Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp->

- Moscoso & Cancino. (2018). Obtenido de <http://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/vyh/article/view/728/651>
- Ortiz, A. (2015 ). *Neuroeducación ¿Cómo aprende el cerebro humano y cómo debderian enseñar los docentes?* Colombia : Ediciones U .
- Riofrío, M. (05 de 2013). El Uso de Gimnasia Cerebral como Estrategia de Movimiento en el Aula para Mejorar la Atención y Concentración en Clases de Niños de Tres Años: Un Estudio de caso ( tesis de pregrado). Universidad San Francisco de Quito, Quito, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/2196/1/106963.pdf>
- Sabater, V. (2018). Lobulos cerebrales: características y funciones. Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/lobulos-cerebrales-caracteristicas-y-funciones/>
- Shonkoff, J. (2012). *Neurobiología del desarrollo en la primera infancia*, Bostón, Estados Unidos.
- Toapanta , S. (2016). Gimnasia Cerebral en la concentración de los niños y nias del primer año de Educación General Básica de la Escuela "Republica del Brasil" Quito, Período 2015 -2016.
- UNESCO. (03 de 1990). *Declaración mundial sobre educación para todos*. Recuperado el 12 de 2018, de [http://www.unesco.org/education/pdf/JOMTIE\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/JOMTIE_S.PDF)
- UNESCO . (06 de 1994). Declaración de Salamanca. Recuperado el 12 de 2018, de [http://www.unesco.org/education/pdf/SALAMA\\_S.PDF](http://www.unesco.org/education/pdf/SALAMA_S.PDF)
- Vergara, C. (2017). Etapa Preoperacional. Actualidad en Psicología. Obtenido de <https://www.actualidadenpsicologia.com/que-es/etapa-preoperacional/>
- Wadsworth, B. (1992). *Teoría de piaget del Desarrollo cognitivo y afectivo* . México: Diana .
- Zalba,J. (2017).Respiración Nasal para la Correcta Oxigenación y Funcionamiento del Cerebro. CAP. Obtenido de <https://capdental.net/?p=7196>
- Zambrano & Del Val. (2017). La gimnasia cerebral como estrategia para desarrollar la psicomotricidad en niños y niñas. *Efdeportes*.

## **ANEXOS**

En el presente apartado se podrán observar los instrumentos que fueron utilizados para recolectar información primordial que aportó el desarrollo de la presente investigación, primero se presentará la encuesta, a continuación, el formato utilizado en la lista de cotejo y el respectivo formato de las rubricas. Para concluir se presentarán las planificaciones que corresponden a las estrategias propuestas, con su respectiva actividad, todo esto acompañado de fotografías que permitirán al lector tener una visualización amplia sobre lo que fue la propuesta.

**ANEXO 1: ENCUESTA**

**ENCUESTA**

**1.-**La siguiente definición hace referencia a:  
“la inhibición de la información irrelevante y la focalización de la información relevante, con mantenimiento de esta por períodos prolongados” (Ortiz, 2015; 78).

Atención

Concentración

**2.-** ¿Es importante la atención para generar aprendizajes significativos? Sí o No

SI

NO

**3.-** ¿Piensa usted que lo primero que se debe hacer para generar el proceso de atención es seleccionar un estímulo?

SI

NO

**4.-** ¿Cree usted que atención y concentración es lo mismo?, si su respuesta es (NO) justifique:

.....  
.....

**5.-** La siguiente definición hace referencia a:  
“la capacidad de seleccionar la información sensorial y dirigir los procesos mentales”(Ortiz, 2015: 76).

Atención

Concentración

**6.-** Según su consideración ¿Cuál es el factor que tiene mayor incidencia en la falta de atención y concentración en los niños de 4 a 5 años en una institución? tomando en cuenta el número 1 con menor incidencia y el número 5 mayor incidencia.

|                                               | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        |
|-----------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Exceso de estímulos visuales                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| ruido                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Tic´s                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Actividades con periodo de tiempo prolongados | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7.- ¿Cree que el *Brain Gym* o Gimnasia Cerebral ayudaría a los niños en su proceso de atención y concentración?

SI

NO

8.- Cree usted que el movimiento o la kinesiología educativa favorece al aprendizaje

SI

NO

9.- ¿Conoce sobre el *Brain Gym* o Gimnasia cerebral? Si su respuesta es (Sí) comente que es lo que conoce

SI

NO

## ANEXO 2: LISTA DE COTEJO

**Fecha:**

**Actividad:**

| Indicadores                                                                                        | 1  |    | 2  |    | 3  |    | 4  |    | 5  |    | 6  |    | 7  |    | 8  |    | 9  |    | Observaciones |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|---------------|
|                                                                                                    | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO | SI | NO |               |
| Inicia tomando agua.                                                                               |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| Realiza los movimientos de botones cerebrales                                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| Realiza el gancho de hook y se mantiene atento a la historia.                                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| Recrea el ejercicio de <i>brain gym</i> efectuado por la docente. 4 ejercicios básicos + mecedora. |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| Ejecuta los movimientos realizando una técnica de respiración guiada.                              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| Se evidencia mayor grado de atención y concentración en el transcurso del día                      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |
| En el transcurso de los 10" de <i>brain gym</i> intenta realizar todos los ejercicios.             |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |               |

### ANEXO3: RÚBRICAS

#### Bingo animales de la granja:

|   | Presta atención a todas las instrucciones |      |           | Identifica los animales. |      |           | Tapa con una ficha los animales en el momento adecuado |      |           | Se mantienen atentos y concentrados. |      |           |
|---|-------------------------------------------|------|-----------|--------------------------|------|-----------|--------------------------------------------------------|------|-----------|--------------------------------------|------|-----------|
|   | Regular                                   | Bien | Excelente | Regular                  | Bien | Excelente | Regular                                                | Bien | Excelente | Regular                              | Bien | Excelente |
| 1 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 2 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 3 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 4 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 5 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 6 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 7 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 8 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |
| 9 |                                           |      |           |                          |      |           |                                                        |      |           |                                      |      |           |

#### Cofre de los tesoros:

|   | Presta atención a todas las instrucciones |      |           | Memorizan de 5 a 9 objetos. |      |           | Memoriza de 10 a 18 objetos |      |           | Se mantienen atentos y concentrados. |      |           |
|---|-------------------------------------------|------|-----------|-----------------------------|------|-----------|-----------------------------|------|-----------|--------------------------------------|------|-----------|
|   | Regular                                   | Bien | Excelente | Regular                     | Bien | Excelente | Regular                     | Bien | Excelente | Regular                              | Bien | Excelente |
| 1 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 2 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 3 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 4 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 5 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 6 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 7 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 8 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |
| 9 |                                           |      |           |                             |      |           |                             |      |           |                                      |      |           |

**Juego de memoria:**

|   | Presta atención a todas las instrucciones |      |           | Identifica todas las parejas de animales. |      |           | Logra encontrar todas las parejas por sí solo. |      |           | Se mantienen atentos y concentrados. |      |           |
|---|-------------------------------------------|------|-----------|-------------------------------------------|------|-----------|------------------------------------------------|------|-----------|--------------------------------------|------|-----------|
|   | Regular                                   | Bien | Excelente | Regular                                   | Bien | Excelente | Regular                                        | Bien | Excelente | Regular                              | Bien | Excelente |
| 1 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 2 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 3 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 4 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 5 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 6 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 7 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 8 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |
| 9 |                                           |      |           |                                           |      |           |                                                |      |           |                                      |      |           |

## ANEXO 4: PLANIFICACIÓN 1

| DATOS INFORMATIVOS                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                      |                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                       | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                      |                                                                                                                               |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                              | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                      |                                                                                                                               |
| Objetivo                                                                                             | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                      |                                                                                                                               |
| Grupo de edad                                                                                        | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | N° de niños: 10                                                                                      |                                                                                                                               |
| Tiempo estimado                                                                                      | 10 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Fecha: 06 de noviembre del 2018                                                                      |                                                                                                                               |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 1                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                      |                                                                                                                               |
| Contenidos                                                                                           | ACTIVIDAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | RECURSOS Y MATERIALES                                                                                | Evaluación                                                                                                                    |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>-Ocho peresoso.<br><br>-Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u>DESARROLLO</u></p> <p>-Ocho perezoso: Los niños tendrán la posibilidad de realizar el ocho perezoso a la altura de su nariz utilizando espuma de afeitar y colorante, realizando de 4 a 5 repeticiones cambiando de dirección.</p> <p style="text-align: center;"><u>CIERRE</u></p> <p>-Para concluir los niños realizarán una técnica de respiración. Y comentarán cómo se sintieron realizando los movimientos del brain gym.</p> | -Agua<br>-Música de relajación.<br>-Espuma de afeitar.<br>-Colorante.<br>-Plástico o papel aluminio. | <p style="text-align: center;">TÉCNICA<br/>Observación</p> <p style="text-align: center;">INSTRUMENTO<br/>Lista de cotejo</p> |

## ANEXO 5: PLANIFICACIÓN 2

| DATOS INFORMATIVOS                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                       |                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                         | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                       |                                                                  |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                | Conociendonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                       |                                                                  |
| Objetivo                                                                                               | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                       |                                                                       |                                                                  |
| Grupo de edad                                                                                          | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | N° de niños: 9                                                        |                                                                  |
| Tiempo estimado                                                                                        | 10 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Fecha: 08 de noviembre del 2018                                       |                                                                  |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 2                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                       |                                                                  |
| Contenidos                                                                                             | ACTIVIDAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | RECURSOS Y MATERIALES                                                 | Evaluación                                                       |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>-. Ocho perezoso.<br><br>-Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><b><u>INICIO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul>                                                                                                                                                                                                               | -Agua<br>-Música de relajación.<br>-Maskin<br>-Marcadores.<br>-Carros | TÉCNICA<br>Observación<br><br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                        | <p style="text-align: center;"><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ocho perezoso: Para esta actividad se realizará un ocho invertido con maskin en el suelo de un patio amplio, en donde se podrá observar flechas como en una pista de carros, para que los niños tengan la posibilidad de dirigir sus carros por todo el ocho mientras gatean, y se divierten a la vez.</li></ul> |                                                                       |                                                                  |
|                                                                                                        | <p style="text-align: center;"><b><u>CIERRE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Para concluir los niños realizarán una técnica de respiración. Y comentarán cómo se sintieron realizando los movimientos del brain gym.</li></ul>                                                                                                                                                                    |                                                                       |                                                                  |

## ANEXO 6: PLANIFICACIÓN 3

| DATOS INFORMATIVOS                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                       |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |
| Objetivo                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día. |                                                                       |
| Grupo etario                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                     | N de niños: 9                                                         |
| Tiempo estimado                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10 minutos                                                                                                                                                                                                                                                     | FECHA: 12 Noviembre del 2018                                          |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 3                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                       |
| Contenidos                                                                                              | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Recursos y Materiales                                                                                                                                                                                                                                          | Evaluación                                                            |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>- Doble garabateo.<br><br>-Técnicas de respiración. | <p><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p><u>DESARROLLO</u></p> <p>-Doble garabateo: En esta actividad los niños tendrán la oportunidad de realizar garabatos utilizando sus dos manos tanto derecha como la izquierda, utilizando hisopos y temperas de distintos colores.</p> <p><u>CIERRE</u></p> <p>-Para concluir los niños realizarán una técnica de respiración. Y comentarán cómo se sintieron realizando los movimientos del brain gym.</p> | -Agua<br>-Música de relajación<br>-Pintura<br>-hisopos<br>-Cartulinas.                                                                                                                                                                                         | <p>TÉCNICA<br/>Observación</p> <p>INSTRUMENTO<br/>Lista de cotejo</p> |

## ANEXOS 7: PLANIFICACIÓN 4

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                           |                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                          | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                           |                                                                                                                               |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                 | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                           |                                                                                                                               |
| Objetivo                                                                                                | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                           |                                                                                                                               |
| Grupo etario                                                                                            | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | N de niños: 8                                             |                                                                                                                               |
| Tiempo estimado                                                                                         | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | FECHA: 15 Noviembre del 2018                              |                                                                                                                               |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No.4                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                           |                                                                                                                               |
| Contenidos                                                                                              | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Recursos y Materiales                                     | Evaluación                                                                                                                    |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>- Doble garabateo.<br><br>-Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><b><u>INICIO</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><b><u>DESARROLLO</u></b></p> <p>-Doble garabateo: Los niños tendrán la oportunidad de utilizar tizas en una pizarra trabajando con sus dos manos para realizar el doble garabateo, y los niños podrán ir borrando su creación con agua y esponjas.</p> <p style="text-align: center;"><b><u>CIERRE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Para concluir los niños realizarán una técnica de respiración. Y comentarán cómo se sintieron realizando los movimientos del brain gym.</li></ul> | -Agua.<br>-Música de relajación.<br>-Tizas.<br>-Esponjas. | <p style="text-align: center;">TÉCNICA<br/>Observación</p> <p style="text-align: center;">INSTRUMENTO<br/>Lista de cotejo</p> |

## ANEXO 8: PLANIFICACIÓN 5

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                          |                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                                               | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                          |                                                                                                                               |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                                      | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                          |                                                                                                                               |
| Objetivo                                                                                                                                                                     | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                          |                                                                                                                               |
| Grupo etario                                                                                                                                                                 | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | N de niños: 8                                                            |                                                                                                                               |
| Tiempo estimado                                                                                                                                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | FECHA: 20 Noviembre del 2018                                             |                                                                                                                               |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 5                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                          |                                                                                                                               |
| Contenidos                                                                                                                                                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Recursos y Materiales                                                    | Evaluación                                                                                                                    |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>-Disociación.<br><br>-Clasificación.<br><br>-Técnicas de respiración.<br><br>-Figura fondo.<br><br>-Cuadrado y triangulo | <p style="text-align: center;"><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u>DESARROLLO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Figura fonda (cuadrado y triangulo): Para esta actividad se procederá a dibujar un cuadrado de color azul y un triángulo sobrepuesto de color rojo.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u>CIERRE</u></p> <p>Luego de eso se les repartirá a los niños brochas con platos de pintura color rojo y azul, de allí ellos empezarán a recorrer con la brocha el contorno de la figura de acuerdo al color, a continuación, deberán realizar una figura con la mano derecha y la otra figura utilizando su mano izquierda.</p> <p>Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada.</p> | -Agua.<br>-Pintura.<br>-brochas.<br>-Bandejas.<br>-Música de relajación. | <p style="text-align: center;">TÉCNICA<br/>Observación</p> <p style="text-align: center;">INSTRUMENTO<br/>Lista de cotejo</p> |

## ANEXO 9: PLANIFICACIÓN 6

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                          |                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                     |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                          |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                            |                                              | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                          |                                |
| Objetivo                                                                                           |                                              | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                   |                                                                                                          |                                |
| Grupo etario                                                                                       |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | N de niños: 8                                                                                            |                                |
| Tiempo estimado                                                                                    |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | FECHA: 22 Noviembre del 2018                                                                             |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 6                                                                        |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                          |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                            | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Recursos y Materiales                                                                                    | Evaluación                     |
| -Lograr utilizar sus dos manos (izquierda y derecha) para trabajar los dos hemisferios cerebrales. | -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym. | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | -Agua.<br>-Masking.<br>-Pintura azul.<br>-Pintura roja.<br>-Carros de juguete.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                    | -Disociación.                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                          | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                    | -Clasificación.                              | <u>DESARROLLO</u><br><br>- Figura fonda (cuadrado y triángulo): Para esta actividad los niños empezarán a recorrer el contorno de las figuras con carros simulando una pista de carreras en la cual deberán conducir el carro sobre cada figura utilizando primero su mano izquierda y después su mano derecha, para finalizar deberán utilizar sus dos manos conduciendo un carro en cada mano al mismo tiempo. |                                                                                                          |                                |
|                                                                                                    | -Técnicas de respiración.                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                          |                                |
|                                                                                                    | -Figura fondo.                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                          |                                |
|                                                                                                    | -Cuadrado y triangulo                        | <u>CIERRE</u><br><br>- Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                          |                                |

## ANEXO 10: PLANIFICACIÓN 7

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                         | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                |
| Objetivo                                                                               | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                |
| Grupo etario                                                                           | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                     | N de niños: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                |
| Tiempo estimado                                                                        | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                     | FECHA: 22 Noviembre del 2018                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 7                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                | Contenidos                                                                                                                                                                                                                                                     | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Recursos y Materiales            | Evaluación                     |
| -Lograr los giros de cuello a través de la imitación de los movimientos de la docente. | -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.                                                                                                                                                                                                                   | <div>INICIO</div> <div><div>- Tomar agua.</div><div>- Botones cerebrales.</div><div>- Marcha cruzada.</div><div>- Gacho de hook.</div></div>                                                                                                                                                                                                                                                              | -Agua.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                        | -Giros de cuello.<br><br>-Técnicas de respiración.                                                                                                                                                                                                             | <div>DESARROLLO</div> <div>Giros de cuello: para realizar esta actividad los niños deberán inclinar su cabeza como si quisieran tocar las clavículas con su quijada, posteriormente deberán mover su cuello llevando a su cabeza de un hombro hacia el otro de izquierda a derecha y viceversa.</div> <div>CIERRE</div> <div><div>- Para concluir realizarán ejercicios de respiración guiada</div></div> |                                  | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 11: PLANIFICACIÓN 8

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                        |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                             |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                  |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                    |                                              | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |                                |
| Objetivo                                                                                                                                   |                                              | Conocer los ejercicios básicos del Brain Gym a través de la imitación y guía de la docente con el fin de cada niño interiorice los ejercicios y logre realizarlos con la práctica, a su vez les ayude en la concentración y atención en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  |                                |
| Grupo etario                                                                                                                               |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | N de niños: 8                    |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                            |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | FECHA: 22 Noviembre del 2018     |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 8                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                    | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Recursos y Materiales            | Evaluación                     |
| -Lograr los giros de cuello a través de la imitación de los movimientos de la docente, mientras se concentran en los sonidos que escuchan. | -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym. | <div>INICIO</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | -Agua.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                            | -Giros de cuello.                            | <div>DESARROLLO</div> <div>Para esta actividad los niños deberán recostarse sobre una alfombra y escuchar música de relajación en la cual se escucharán sonidos de la naturaleza como por ejemplo animales, ríos, cascadas, viento etc, acompañado de una historia creada por la docente en la cual los niños recrearan el paisaje con su imaginación, los niños mientras escuchan la historia y se relajan deberán mover su cabeza realizando los giros de cuello. Para finalizar los niños podrán expresar lo que sintieron y verbalizar que escucharon</div> |                                  | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                            | -Técnicas de respiración.                    | <div>CIERRE</div> <div><ul style="list-style-type: none"><li>- Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada</li></ul></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                  |                                |

## ANEXO 12: PLANIFICACIÓN 9

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                             |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                  |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                              |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                         |                                              | Me divierto en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |                                |
| Objetivo                                                                                                                                        |                                              | Identificar y realizar por si solos los ejercicios de brain gym integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                              |                                |
| Grupo etario                                                                                                                                    |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | N de niños: 8                |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                                 |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | FECHA: 22 Noviembre del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 9                                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                         | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Recursos y Materiales        | Evaluación                     |
| -Lograr atravesar los ochos perezosos entrelazados con equilibrio y respetando su turno, con el fin de trabajar el cerebro de manera integrada. | -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym. | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -Agua.<br>-Maskin.           | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                                 | -Motricidad gruesa.                          | <u>DESARROLLO</u><br><br>Competencias: Para realizar esta actividad se realizarán dos equipos los cuales se deberán trasladar uno por uno como una carrera de postas, ya que deberán esperar a que su compañero termine la pista para que el siguiente continúe, los niños deberán demostrar su equilibrio ya que no podrán salirse de las líneas de la pista realizada con maskin en donde se entrelazan líneas que se unan formando ochos perezosos. |                              | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                                 | -Equilibrio.                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                |
|                                                                                                                                                 | -Concentración                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |                                |
|                                                                                                                                                 | -Técnicas de respiración.                    | <u>CIERRE</u><br><br>- Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                              |                                |

# ANEXO 13: PLANIFICACIÓN 10

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                           |                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                          |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                           |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                 |                                              | Me divierto en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                           |                                |
| Objetivo                                                                                                                                                |                                              | Identificar y realizar por sí solos los ejercicios de brain gym integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                                                      |                                                           |                                |
| Grupo etario                                                                                                                                            |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | N de niños: 8                                             |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                                         |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | FECHA: 06 de diciembre del 2018                           |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 10                                                                                                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                           |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                                 | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Recursos y Materiales                                     | Evaluación                     |
| -Lograr atravesar los ochos perezosos entrelazados, trasladando pelotas de plástico en cucharas, con el fin de trabajar el cerebro de manera integrada. | -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym. | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                   | -Agua.<br>-Maskin.<br>-Cucharas de plástico.<br>-Pelotas. | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                                         | -Motricidad gruesa.                          | <u>DESARROLLO</u><br><br>-Competencias: para realizar esta actividad se realizarán dos equipos los cuales deberán trasladar pelotas de plástico con cucharas, en donde primero utilizarán su mano derecha y después su mano izquierda por la pista realizada en el suelo con líneas entrelazadas que se unen formando ochos perezosos. |                                                           | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                                         | -Equilibrio.                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                           |                                |
|                                                                                                                                                         | -Concentración                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                           |                                |
|                                                                                                                                                         | -Técnicas de respiración.                    | <u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                           |                                |

## ANEXO 14: PLANIFICACIÓN 11

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                     |                                                       | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                              |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                            |                                                       | Me divierto en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                              |                                |
| Objetivo                                                                           |                                                       | Identificar y realizar por si solos los ejercicios de <i>brain gym</i> integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                |
| Grupo etario                                                                       |                                                       | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | N de niños: 8                                |                                |
| Tiempo estimado                                                                    |                                                       | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | FECHA: 11 de diciembre del 2018              |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 11                                                       |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                            | Contenidos                                            | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Recursos y Materiales                        | Evaluación                     |
| -Realizar el ejercicio de Brain Gym (bombeo de pantorrilla) a través de la lúdica. | -Ejercicios iniciales básicos del Brian Gym.          | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -Agua.<br>-Maskin.<br>-Capas de superhéroes. | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                    | -Motricidad gruesa.<br><br>- Técnicas de respiración. | <u>DESARROLLO</u><br><br>Bombeo de pantorrilla: Los niños simularán convertirse en súper héroes y deberán simular el movimiento “bombeo de pantorrillas” al intentar mover las paredes del kínder, es así como un juego de trabajo en equipo y motivación se vuelve un ejercicio de <i>brain gym</i> .<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada |                                              | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 15: PLANIFICACIÓN 12

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                         |                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                     |                                                                                                           | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                         |                                                              |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                            |                                                                                                           | Me divierto en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                         |                                                              |
| Objetivo                                                                           |                                                                                                           | Identificar y realizar por si solos los ejercicios de <i>brain gym</i> integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                         |                                                              |
| Grupo etario                                                                       |                                                                                                           | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | N de niños: 8                                           |                                                              |
| Tiempo estimado                                                                    |                                                                                                           | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | FECHA: 13 de diciembre del 2018                         |                                                              |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 12                                                       |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                         |                                                              |
| Objetivo de aprendizaje                                                            | Contenidos                                                                                                | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Recursos y Materiales                                   | Evaluación                                                   |
| -Realizar el ejercicio de Brain Gym (bombeo de pantorrilla) a través de la lúdica. | -Ejercicios iniciales básicos del Brian Gym.<br><br>-Motricidad gruesa.<br><br>- Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u><b>INICIO</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u><b>DESARROLLO</b></u></p> <p>-Bombeo de pantorrilla: Para estos ejercicios se procederá a realizar una competencia entre dos equipos con tres integrantes, los cuales se convertirán en súper héroes, con súper fuerzas, los tres niños de cada equipo deberán mover una de las dos mesas que se encontraran sobre el césped y el equipo contrario deberá mover la mesa restante, hasta que uno de los dos equipos llegue a la meta.</p> <p style="text-align: center;"><u><b>CIERRE</b></u></p> <p>-Para concluir los ejercicios realizarán de respiración guiada</p> | -Agua.<br>-Maskin.<br>-Capas de superhéroes.<br>-Mesas. | TÉCNICA<br>Observación<br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 16: PLANIFICACIÓN 13

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                 |                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                 |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                       |                                              | Me divierto en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                 |                                |
| Objetivo                                                                                                                      |                                              | Identificar y realizar por si solos los ejercicios de <i>brain gym</i> integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                        |                                 |                                |
| Grupo etario                                                                                                                  |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | N de niños: 8                   |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                               |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | FECHA: 18 de diciembre del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 13                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                 |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                       | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Recursos y Materiales           | Evaluación                     |
| -Realizar el ejercicio de Brain Gym (Balanceo de gravedad), escuchando música de relajación y concentrándose en el ejercicio. | -Ejercicios iniciales básicos del Brian Gym. | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                            | -Agua.                          | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                               | -Motricidad gruesa.                          | <u>DESARROLLO</u><br><br>- Balanceo de gravedad: Esta será una actividad que se realizará al aire libre y con música de relajación ubicando los pies descalzos sobre el césped, próximamente los niños deberán realizar los cuatro ejercicios básicos del <i>brain gym</i> y adicional el balanceo de gravedad. | -Música de relajación.          | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                               | -Equilibrio.                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                 |                                |
|                                                                                                                               | - Técnicas de respiración.                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                 |                                |
|                                                                                                                               |                                              | <u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada                                                                                                                                                                                                                             |                                 |                                |

## ANEXO 17: PLANIFICACIÓN 14

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                             |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                     |                                                      | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                   |                             |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                            |                                                      | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                     |                             |                                |
| Objetivo                                                                                                                           |                                                      | Recordar los ejercicios de <i>brain gym</i> integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                               |                             |                                |
| Grupo etario                                                                                                                       |                                                      | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                  | N de niños: 8               |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                    |                                                      | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                  | FECHA: 08 de enero del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 14                                                                                                       |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                             |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                            | Contenidos                                           | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                   | Recursos y Materiales       | Evaluación                     |
| -Recordar los ejercicios de <i>Brain Gym</i> iniciales (PACE), escuchando música de relajación y concentrándose en los ejercicios. | -Ejercicios iniciales básicos del <i>Brain Gym</i> . | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                        | -Agua.                      | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                    | - Técnicas de respiración.                           | <u>DESARROLLO</u><br><br>- Después de las vacaciones de navidad y fin de año se realizaron los ejercicios de Brain Gym para identificar si los niños recordaban los movimientos.<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir realizarán los ejercicios de respiración guiada | -Música de relajación.      | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 18: PLANIFICACIÓN 15

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                         |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                              |                                                      | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                             |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                     |                                                      | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                |
| Objetivo                                                                                                                    |                                                      | Recordar los ejercicios de <i>brain gym</i> integrando la lúdica con el fin de ayudar a su atención y concentración en el transcurso del día.                                                                                                                                                                                                                                      |                             |                                |
| Grupo etario                                                                                                                |                                                      | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | N de niños: 8               |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                             |                                                      | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | FECHA: 10 de enero del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 15                                                                                                |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                     | Contenidos                                           | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Recursos y Materiales       | Evaluación                     |
| -Recordar los ejercicios de Brain Gym iniciales (PACE), escuchando música de relajación y concentrándose en los ejercicios. | -Ejercicios iniciales básicos del <i>Brain Gym</i> . | <p><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                | -Agua.                      | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                             | - Técnicas de respiración.                           | <p><u>DESARROLLO</u></p> <p>- Después de las vacaciones de navidad y fin de año se realizaron los ejercicios de <i>Brain Gym</i> para identificar si los niños recordaban los movimientos, pero esta vez se realizaron en el patio, en contacto con la naturaleza y la brisa del aire.</p> <p><u>CIERRE</u></p> <p>-Para concluir realizarán los ejercicios respiración guiada</p> | -Música de relajación.      | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 19: PLANIFICACIÓN 16

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                      |                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                              |                                              | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                      |                                                                  |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                     |                                              | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                      |                                                                  |
| Objetivo                                                                                                                                    |                                              | Realizar el ejercicio de <i>brain gym</i> llamado la mecedora escuchando música de relajación, en contacto con la naturaleza, para obtener mejores resultados.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                      |                                                                  |
| Grupo etario                                                                                                                                |                                              | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | N de niños: 8                        |                                                                  |
| Tiempo estimado                                                                                                                             |                                              | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | FECHA: 15 de enero del 2018          |                                                                  |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 16                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                      |                                                                  |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                     | Contenidos                                   | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Recursos y Materiales                | Evaluación                                                       |
| -Lograr el ejercicio (mecedora) en contacto con la naturaleza, para trabajar los dos lados del cuerpo y de esta manera integrar el cerebro. | -Mecedora.<br><br>- Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u><b>INICIO</b></u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u><b>DESARROLLO</b></u></p> <p>- Mecedora: en esta actividad los niños realizaron el ejercicio de la mecedora en el césped en contacto con la naturaleza y escuchando música de relajación.</p> <p style="text-align: center;"><u><b>CIERRE</b></u></p> <p>-Para concluir, los niños realizarán ejercicios de respiración guiada.</p> | -Agua.<br><br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación<br><br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 20: PLANIFICACIÓN 17

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                          |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                             |                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                               |                            | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                      |                            | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                             |                                |
| Objetivo                                                                                                                                     |                            | Realizar gateo boca arriba con el objetivo de trabajar las dos partes del cuerpo y a su vez del cerebro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                             |                                |
| Grupo etario                                                                                                                                 |                            | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | N de niños: 8               |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                              |                            | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | FECHA: 17 de enero del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 17                                                                                                                 |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                             |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                      | Contenidos                 | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Recursos y Materiales       | Evaluación                     |
| -Lograr trabajar con las dos partes del cuerpo coordinadamente, para trabajar los dos lados del cuerpo y de esta manera integrar el cerebro. | -Mecedora.                 | <u>INICIO</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -Agua.                      | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                              | -Motricidad gruesa.        | <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | -Música de relajación.      | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                              | - Técnicas de respiración. | <u>DESARROLLO</u><br><br>- Mecedora: en esta actividad los niños realizaron el ejercicio de la mecedora, pero con una adaptación, ya que debían imitar el gateo boca arriba es decir ubicándose como si fueran una mesa e intentando no topar su parte posterior en el suelo, a continuación, debían empezar a moverse en esa posición hasta llegar a la meta, para lo cual se realizó dos equipos y en el suelo se dibujó una línea recta con maskin que debían seguir hasta finalizar el camino.<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir los niños realizarán ejercicios de respiración guiada. |                             |                                |

## ANEXO 21: PLANIFICACIÓN 18

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                                    |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                          |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                                         |                                                                                                 | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                                |                                                                                                 | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |                                |
| Objetivo                                                                                                                                                               |                                                                                                 | Lograr atravesar obstáculos a través del gateo con el objetivo de trabajar las dos partes del cuerpo y a su vez del cerebro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                |
| Grupo etario                                                                                                                                                           |                                                                                                 | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | N de niños: 8                                                                                                            |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                                                        |                                                                                                 | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | FECHA: 24 de enero del 2018                                                                                              |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 18                                                                                                                                           |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                          |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                                                | Contenidos                                                                                      | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Recursos y Materiales                                                                                                    | Evaluación                     |
| -Lograr trabajar con las dos partes del cuerpo coordinadamente, para trabajar los dos lados del cuerpo y de esta manera integrar el cerebro, para un mejor desarrollo. | -Obstáculos.                                                                                    | <p style="text-align: center;"><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | -Agua.                                                                                                                   | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                                                        | -Motricidad gruesa.<br><br>-Coordinación.<br><br>-Equilibrio.<br><br>- Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u>DESARROLLO</u></p> <p>- <b>Obstáculos de gateo:</b> Para realizar esta actividad los niños debe atravesar unos obstáculos en los cuales deben ir gateando y reptando hasta concluir el circuito, aunque se trata de un circuito de obstáculos igual que la actividad anterior este circuito presenta mayor grado de complejidad, ya que además de ser más largo, tiene más obstáculos como por ejemplo: reptar debajo de sillas, gatear en una cuesta, bajarse una resbaladera, gatear atravesando ulas ulas, etc, en donde los niños deben demostrar mayor destreza con respecto a motricidad gruesa.</p> <p style="text-align: center;"><u>CIERRE</u></p> <p>Para concluir los niños realizaran ejercicios de respiración guiada.</p> | -Ulas ulas.<br>-Sillas.<br>-Lana.<br>-Masking.<br>-Mesas.<br>-Pelotas.<br>-Cuadrados de fomix.<br>-Música de relajación. | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 22: PLANIFICACIÓN 19

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                              |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                   |                            | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                             |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                          |                            | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                |
| Objetivo                                                                                                         |                            | Realizar los ejercicios de <i>brain gym</i> incluyendo el ocho perezoso mediante la lúdica y el movimiento con el objetivo de integrar el cerebro y favorecer a la atención y concentración de los niños.                                                                                                                                  |                             |                                |
| Grupo etario                                                                                                     |                            | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | N de niños: 8               |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                  |                            | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | FECHA: 29 de enero del 2018 |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 19                                                                                     |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                             |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                          | Contenidos                 | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Recursos y Materiales       | Evaluación                     |
| -Lograr caminar sobre el ocho perezoso dibujado con espuma en la dirección correspondiente, coordinando ojo pie. | -Ocho perezoso.            | <u>INICIO</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -Agua.                      | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                  | -Texturas.                 | <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul>                                                                                                                                                                                             | -Espuma de afeitar.         | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                  | -Motricidad gruesa.        | <u>DESARROLLO</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | -Música de relajación.      |                                |
|                                                                                                                  | -Coordinación.             | - Ocho perezoso: para realizar esta actividad los niños deben caminar sobre un ocho perezoso realizado con espuma en el césped, en donde podrán experimentar la textura con sus pies y además hacer trabajar sus dos hemisferios cerebrales, ya que deberán seguir la direccionalidad correcta del ocho perezoso (de izquierda a derecha). |                             |                                |
|                                                                                                                  | -Equilibrio.               | <u>CIERRE</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                             |                                |
|                                                                                                                  | - Técnicas de respiración. | -Para concluir, los niños realizarán ejercicios de respiración guiada.                                                                                                                                                                                                                                                                     |                             |                                |

## ANEXO 23: PLANIFICACIÓN 20

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                     |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                             |                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                          |                                                                                                      | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                             |                                                              |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                 |                                                                                                      | Recordando el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                             |                                                              |
| Objetivo                                                                                                                                |                                                                                                      | Realizar los ejercicios de <i>brain gym</i> incluyendo el ocho perezoso de manera creativa, mediante ejercicios de motricidad fina con el objetivo de integrar el cerebro y favorecer a la atención y concentración de los niños.                                                                                                                                                                                                                            |                                                             |                                                              |
| Grupo etario                                                                                                                            |                                                                                                      | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | N de niños: 8                                               |                                                              |
| Tiempo estimado                                                                                                                         |                                                                                                      | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | FECHA: 31 de enero del 2018                                 |                                                              |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 20                                                                                                            |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                             |                                                              |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                 | Contenidos                                                                                           | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Recursos y Materiales                                       | Evaluación                                                   |
| -Realizar el ocho perezoso simultáneamente sin levantar el pincel y utilizando varios colores que les permita imaginar diversas formas. | -Ocho perezoso.                                                                                      | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | -Agua.<br>-Pinturas<br>-Pinceles.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación<br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                         | -Texturas.<br><br>-Motricidad fina.<br><br>-Coordinación ojo mano.<br><br>- Técnicas de respiración. | <u>DESARROLLO</u><br><br>- Ocho perezoso: los niños deben realizar el ocho perezoso siguiendo la direccionalidad correcta (de izquierda a derecha) en la silueta realizada por la docente utilizando pinceles y acuarelas de diferentes colores, mientras se encuentran acostados en el suelo, en este ejercicio se trabaja sus dos hemisferios cerebrales<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir los niños realizarán ejercicios de respiración guiada. |                                                             |                                                              |

## ANEXO 24: PLANIFICACIÓN 21

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                                                       |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                               |                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                    | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                               |                                                              |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    | Lo he logrado.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                               |                                                              |
| Objetivo                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                    | Realizar los ejercicios de <i>brain gym</i> incluyendo los ochos perezosos entrelazados, con el objetivo de evidenciar si existe interiorización del ocho perezoso y su correcta direccionalidad, de igual manera trabajar el cerebro de manera integra a través del movimiento.                                                                                                                   |                                               |                                                              |
| Grupo etario                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                    | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | N de niños: 8                                 |                                                              |
| Tiempo estimado                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                    | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | FECHA: 05 de febrero del 2018                 |                                                              |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 21                                                                                                                                                              |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                               |                                                              |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                                                                   | Contenidos                                                                                                                         | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Recursos y Materiales                         | Evaluación                                                   |
| -Realizar el ocho perezoso entrelazados para evidenciar, coordinación ojo pie, equilibrio, trabajo en equipo a través del movimiento como herramienta para generar conexiones neuronales. | -Ocho perezoso.                                                                                                                    | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                               | -Agua.<br>-Masking.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación<br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |
|                                                                                                                                                                                           | -Motricidad gruesa.<br><br>-Coordinación ojo pie.<br><br>-Trabajo en equipo.<br><br>-Equilibrio.<br><br>- Técnicas de respiración. | <u>DESARROLLO</u><br><br>- <b>Ocho perezoso entrelazado:</b> para realizar este ejercicio es importante trazar en el suelo con maskin u otro material, varios ochos entrelazados con el fin de que cada niño camine encontrando el camino correcto y después todos los niños tomados de la mano.<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir los niños realizarán ejercicios de respiración guiada. |                                               |                                                              |

## ANEXO 25: PLANIFICACIÓN 22

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                      | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                |                                                              |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                      | Lo he logrado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                |                                                              |
| Objetivo                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                      | Realizar los ejercicios de <i>brain gym</i> incluyendo el ocho perezoso de manera lúdica y divertida para el trabajo con niños.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                              |
| Grupo etario                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                      | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | N de niños: 8                                  |                                                              |
| Tiempo estimado                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                      | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | FECHA: 07 de febrero del 2018                  |                                                              |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 22                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                              |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                                                                                                                                               | Contenidos                                                                                                                           | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Recursos y Materiales                          | Evaluación                                                   |
| -Realizar el ocho perezoso en el suelo utilizando materiales realizados por ellos mismo, valorando su trabajo y a su vez trabajar el <i>brain gym</i> de manera divertida.<br><br>-Evidenciar coordinación ojo, mano, pie, integrando los dos hemisferios cerebrales. | -Ocho perezoso.<br><br>-Motricidad gruesa.<br><br>-Coordinación ojo mano, pie.<br><br>-Equilibrio.<br><br>- Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u>DESARROLLO</u></p> <p>- <b>Ocho perezoso:</b> Los niños deberán regar con regaderas fabricadas por ellos mismo, un ocho perezoso que se encuentra trazado en el césped, en donde se evidencia que el césped está seco, los niños deberán recordar la direccionalidad correcta y regar el ocho perezoso, repetir este ejercicio 5 veces simultáneamente.</p> <p style="text-align: center;"><u>CIERRE</u></p> <p>-Para concluir los niños realizarán ejercicios de respiración guiada.</p> | -Agua.<br>-Botellas.<br>-Música de relajación. | TÉCNICA<br>Observación<br><br>INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 26: PLANIFICACIÓN 23

| PLANEACIÓN GENERAL DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE                                                                                                              |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                          |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Tema generador                                                                                                                                                   |                                                                                                 | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |                                |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                                                                          |                                                                                                 | Mi brain gym favorito                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                          |                                |
| Objetivo                                                                                                                                                         |                                                                                                 | Divertirse atravesando los obstáculos mediante el gateo, con el objetivo de trabajar las dos partes del cuerpo y a su vez del cerebro.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                          |                                |
| Grupo etario                                                                                                                                                     |                                                                                                 | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | N de niños: 8                                                                                                            |                                |
| Tiempo estimado                                                                                                                                                  |                                                                                                 | 15 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | FECHA: 29 de enero del 2018                                                                                              |                                |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 23                                                                                                                                     |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                          |                                |
| Objetivo de aprendizaje                                                                                                                                          | Contenidos                                                                                      | Actividad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Recursos y Materiales                                                                                                    | Evaluación                     |
| - Trabajar con las dos partes del cuerpo coordinadamente, para trabajar los dos lados del cuerpo y de esta manera integrar el cerebro, para un mejor desarrollo. | -Obstáculos.                                                                                    | <u>INICIO</u><br><br>- Tomar agua.<br>- Botones cerebrales.<br>- Marcha cruzada.<br>- Gacho de hook.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | -Agua.                                                                                                                   | TÉCNICA<br>Observación         |
|                                                                                                                                                                  | -Motricidad gruesa.<br><br>-Coordinación.<br><br>-Equilibrio.<br><br>- Técnicas de respiración. | <u>DESARROLLO</u><br><br>- <b>Obstáculos de gateo:</b> Para realizar esta actividad los niños debe atravesar unos obstáculos en los cuales deben ir gateando y reptando hasta concluir el circuito, aunque se trata de un circuito de obstáculos igual que la actividad anterior este circuito presenta mayor grado de complejidad, ya que además de ser más largo, tiene más obstáculos como por ejemplo: reptar debajo de sillas, gatear en una cuesta, bajarse una resbaladera, gatear atravesando ulas ulas, etc, en donde los niños deben demostrar mayor destreza con respecto a motricidad gruesa.<br><br><u>CIERRE</u><br><br>-Para concluir los niños realizarán ejercicios de respiración guiada. | -Ulas ulas.<br>-Sillas.<br>-Lana.<br>-Masking.<br>-Mesas.<br>-Pelotas.<br>-Cuadrados de fomix.<br>-Música de relajación. | INSTRUMENTO<br>Lista de cotejo |

## ANEXO 27: PLANIFICACIÓN 24

| DATOS INFORMATIVOS                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                       |                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema generador                                                                                         | Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                       |                                                                                                                               |
| Nombre de la experiencia de aprendizaje                                                                | Conociéndonos en el Brain Gym                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                       |                                                                                                                               |
| Objetivo                                                                                               | Recordar ejercicios de brain gym y divertirse a través del movimiento con el fin de ayudar a la concentración y atención de los niños.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                       |                                                                                                                               |
| Grupo de edad                                                                                          | 4 a 5 años                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | N° de niños: 9                                                        |                                                                                                                               |
| Tiempo estimado                                                                                        | 10 minutos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Fecha: 14 de febrero del 2018                                         |                                                                                                                               |
| PLANIFICACIÓN SEMANAL No. 24                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                       |                                                                                                                               |
| Contenidos                                                                                             | ACTIVIDAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | RECURSOS Y MATERIALES                                                 | Evaluación                                                                                                                    |
| -Ejercicios iniciales básicos del Brain Gym.<br><br>-. Ocho perezoso.<br><br>-Técnicas de respiración. | <p style="text-align: center;"><u>INICIO</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tomar agua.</li><li>- Botones cerebrales.</li><li>- Marcha cruzada.</li><li>- Gacho de hook.</li></ul> <p style="text-align: center;"><u>DESARROLLO</u></p> <p>Ocho perezoso: Para esta actividad se realizara un ocho invertido con maskin en el suelo de un patio amplio, en donde se podrá observar flechas como en una pista de carros, para que los niños tengan la posibilidad de dirigir sus carros por todo el ocho mientras gatean, y se divierten a la vez.</p> <p style="text-align: center;"><u>CIERRE</u></p> <p>Para concluir, los niños realizarán una técnica de respiración y comentarán cómo se sintieron realizando los movimientos del brain gym.</p> | -Agua<br>-Música de relajación.<br>-Maskin<br>-Marcadores.<br>-Carros | <p style="text-align: center;">TÉCNICA<br/>Observación</p> <p style="text-align: center;">INSTRUMENTO<br/>Lista de cotejo</p> |

## ANEXO 28: FOTOGRAFÍAS

|                                                                                     |                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| Semana 1: ocho perezoso                                                             | Semana 2: doble garabateo                                                            |
|    |    |
| Semana 3: figura fondo                                                              | Semana 4: giros de cuello                                                            |
|   |                                                                                      |
| Semana 5: competencias                                                              | Semana 6: bombeo de pantorrilla.                                                     |
|  |  |
| Semana 7: balanceo de gravedad:                                                     | Semana 8: recordando brain gym                                                       |
|                                                                                     |                                                                                      |
| Semana 9: mecedora                                                                  | Semana 10: obstáculos de gateo                                                       |
|  |  |

|                                                                                    |                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Semana 11: Ocho perezoso                                                           | Semana 12: Ocho perezoso entrelazado                                                |
|   |   |
| Semana 12: ocho perezoso                                                           | Obstáculo de gateo.                                                                 |
|  |  |