



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PROBLEMAS
DE APRENDIZAJE**

Programa de gimnasia cerebral para fortalecer la atención en niños de
primer grado de primaria, I.E 7226-562 UGEL 01, 2021

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
Maestra en Problemas de Aprendizaje

AUTORA:

Cubas Julca, Caterin Iweb (ORCID: 0000-0002-4361-7532)

ASESOR:

Dr. Garay Argandoña, Rafael Antonio (ORCID: 0000-0003-21562291)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Problemas de Aprendizaje

LIMA – PERÚ

2022

Dedicatoria

Dedico éste trabajo a Dios, quien me regala la vida para continuar con mis sueños, a mi familia, por el gran apoyo que me demuestran día a día, siendo mi motivo y mi fuerza; a mis abuelitos, mis ángeles que siempre están espiritualmente conmigo; a todos ellos que son la razón de mis logros profesionales.

Agradecimiento

En ésta investigación agradezco al asesor, el Dr. Rafael Antonio Garay Argandoña, así como a la Dra. Gisella Flores por el apoyo incondicional y guía constante en el desarrollo de la presente tesis. Asimismo, a la Institución Educativa “José Olaya Balandra 7226 -562”, de Vila María del triunfo, a la directora, profesores, estudiantes, padres de familia de dicha Institución por darme el permiso para realizar mi investigación, aplicación del instrumento y programa de acuerdo al contexto de emergencia sanitaria en que nos encontramos. Finalmente, a la Universidad Cesar Vallejo; porque me brinda la oportunidad de realizarme profesionalmente en éste mundo competitivo en beneficio de los niños, adolescentes y jóvenes.

Índice de contenidos

	Pg.
Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos	iv
Índice de tablas	v
Índice de gráficos y figuras.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	01
II. MARCO TEÓRICO.....	04
III. METODOLOGÍA.....	12
3.1 Tipo y diseño de investigación	12
3.2 Variables y operacionalización.....	13
3.3 Población, muestra, muestreo, unidad de análisis	13
3.4 Técnicas é instrumentos de recolección de datos.....	14
3.5 Procedimientos	16
3.6 Métodos de análisis de datos.....	16
3.7 Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS.....	17
V. DISCUSIÓN	29
VI. CONCLUSIONES	35
VII. RECOMENDACIONES	36
REFERENCIAS.....	37
ANEXOS	42

Índice de tablas

	Pg.
Tabla 1 Ficha técnica del instrumento de la atención.....	15
Tabla 2 Distribucion de frecuencias de variable dependiente “Atención”	17
Tabla 3 Distribucion de frecuencias de dimension “Focalizar la atención”...18	
Tabla 4 Distribucion de frecuencias de dimension “Mantener la atención”...19	
Tabla 5 Distribucion de frecuencias de dimension “Alternar la atención”	20
Tabla 6 Distribucion de frecuencias de dimension “Codificar la atención”... 21	
Tabla 7 Distribucion de frecuencias de dimension “Estabilizar la atención”. 22	
Tabla 8 Prueba estadística variable “Atencion” en GC y GE	23
Tabla 9 Prueba estadística de “Focalizar la atencion”	24
Tabla 10 Prueba estadística de “Mantener la atencion”	25
Tabla 11 Prueba estadística de “Alternar la atencion”	26
Tabla 12 Prueba estadística de “Codificar la atencion”	27
Tabla 13 Prueba estadística de “Estabilizar la atencion”	28
Tabla 14 Resumen de procesamiento de casos	47
Tabla 15 Prueba de fiabilidad del instrumento	47

Índice de gráficos y figuras

	Pg.
Figura 1. Gráfico de barras niveles de la “Atencion” Pretest y Postest	17
Figura 2. Gráfico de barras niveles de “Focalizar la atencion”	18
Figura 3. Gráfico de barras niveles de “Mantener la atencion”	19
Figura 4. Gráfico de barras niveles de “Alternar la atencion”	20
Figura 5. Gráfico de barras niveles de “Codificar la atencion”	21
Figura 6. Gráfico de barras niveles de “Estabilizar la atencion”	22

Resumen

La presente tesis tiene como problemática a la atención en los estudiantes de primer grado de primaria de I.E “José Olaya Balandra 7226 -562”. Cuyo objetivo general es determinar que el programa de gimnasia cerebral fortalece la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226-562 UGEL 01, 2021. Éste estudio es de tipo aplicada, donde el diseño es cuasi experimental. A su vez considera las siguientes variables: La gimnasia cerebral y la atención. Éste trabajo manipula la variable independiente, a través de un programa, la población es de 50 estudiantes, separados en grupo de control y grupo experimental, el muestreo es de tipo no probabilístico, para la evaluación de la variable dependiente que es la atención, se empleó el test de la atención, la cual fue construida en base a la literatura. Los resultados obtenidos mostraron la importancia que tiene la aplicación del programa gimnasia cerebral. De ésta manera se concluyó que el programa, denominado “Soy feliz ejercitando mi mente” fortalece la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226-562 UGEL 01, 2021, mostrando resultados favorables en las dimensiones de la atención.

PALABRAS CLAVE: *Programa gimnasia cerebral - “Soy feliz ejercitando mi mente”
– Atención*

Abstract

The present thesis has as a problem the attention in first grade students of the IE "José Olaya Balandra 7226 -562". Whose general objective is to determine that the brain gymnastics program strengthens the attention in first grade children of the IE 7226 -562 UGEL 01, 2021. This study is of an applied type, where the design is quasi-experimental. In turn, it considers the following variables: Brain gymnastics and attention. This work manipulates the independent variable, through a program, the population is 50 students, separated into a control group and an experimental group, the sampling is of a non-probabilistic type, for the evaluation of the dependent variable that is attention, it is used the attention test, which was constructed based on the literature. The results obtained showed the importance of the application of the brain gymnastics program. In this way it was concluded that the program, called "I am happy exercising my mind" strengthens the attention in first grade children, IE 7226 -562 UGEL 01, 2021, showing favorable results in the dimensions of care.

KEYWORDS: *Brain gymnastics program - "I am happy exercising my mind" - Attention*

I. INTRODUCCIÓN

Las mediciones a nivel mundial coinciden en que la atención es una problemática que se evidencia en todos los niveles de la escolaridad. La organización mundial de la salud, citado por Cardoza. (2018) “reporta que el 5% de la población padece el síndrome de déficit de atención (SDA), el cual es un mal en el que existe una alteración de los mecanismos de neurotransmisión, asimismo es un estilo de función del sistema nervioso central y que se debe dejar algunos mitos sobre ello”.

En el ámbito internacional, debido a ello, se precisa que un 3 a 7% es la frecuencia de casos con problemas de atención en la población de Chile. Según Cardo. (2005), citado en la Guía de apoyo técnico pedagógico NEE en el nivel parvularia (2008). Se afirma, que “existe ésta problemática a nivel nacional, por lo que los centros educativos o escuelas, deben ser ese lugar idóneo para generar oportunidades, donde se pueda desarrollar y fortalecer la atención. En este sentido en nuestro país, se observa que es muy frecuente éste caso en los estudiantes.

De la misma manera en el ámbito profesional y quehacer docente es necesario fortalecer la atención de los menores; para lo cual se requiere de mucho esfuerzo e interés tanto del docente, quién debe de buscar estrategias innovadoras, para mejorar dicho problema en sus estudiantes, asimismo es importante que la familia se comprometa y puedan apoyar durante todo éste proceso; ya que son agentes esenciales en su crecimiento académico. Debido a ello se puede mencionar que en la institución educativa “Jose Olaya Balandra”, se evidencia que en las aulas de primer grado los estudiantes presentan problemas en su atención, en consecuencia a ésta problemática los niños y niñas, se distraen con facilidad y no logran los aprendizajes esperados y más significativos, que les permita desenvolverse de una manera competente en el aula de clase, en su vida diaria y a lo largo de su escolaridad.

A partir de ésta realidad, el trabajo de investigación busca responder a la siguiente interrogante: ¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226-562 UGEL 01, 2021?

De la misma manera se plantea los problemas específicos, detallados a continuación: ¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en focalizar, en

mantener, alternar, codificar y estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226-562 UGEL 01, 2021?,

El presente estudio tiene justificación teórica; pues tiene sustento en base a autores y teorías, que señalaron sobre la atención y la gimnasia cerebral de manera clara y precisa. A su vez sirvió para otras investigaciones como antecedente o como base para seguir investigando y poder lograr mejores resultados. También se justifica en la práctica; ya que ésta investigación generó una trascendencia para la sociedad; fortaleciendo la atención en los niños de mencionada institución, donde se beneficiarios no solo ellos, sino toda la comunidad educativa, permitió ampliar los conocimientos y comprensión a los docentes sobre qué programas mejoran la atención y así poder aplicarlos en los estudiantes fortaleciendo su capacidad de atención y logrando mejores aprendizajes de manera integral, a su vez ayudó a resolver un problema real; puesto que la falta de atención, es un factor que podría llegar a frenar el aprendizaje e influir con el tiempo en el rendimiento académico. De la misma manera tiene justificación metodológica; esto debido a que con los resultados obtenidos se contribuyó como fuente inicial para nuevos estudios. De acuerdo con ello, se enriqueció la información en cuanto a las variables mencionadas, ampliando los conocimientos para poder llegar a una conclusión objetiva. Así también esta investigación es de tipo aplicada y su diseño cuasi experimental, se desarrolló un programa denominado gimnasia cerebral, el cual estuvo formado por un conjunto de actividades, rápidas, activas y placenteras que fortalecieron la atención y otros procesos mentales, perfeccionando el aprendizaje. De la misma manera se empleó un instrumento de evaluación para medir la atención. Por consiguiente ésta investigación facilitó un aporte significativo que será de gran utilidad para futuros estudios, pudiendo contribuir la comprensión de ésta y otras investigaciones.

En éste marco el objetivo general de ésta investigación es determinar que el programa de gimnasia cerebral fortalece la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021. A su vez se plantean los siguientes objetivos específicos: Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en focalizar, mantener, alternar, codificar y estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021.

De la misma manera la hipótesis general de ésta investigación es que el programa de gimnasia cerebral influye significativamente en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021. A su vez se plantean las siguientes hipótesis específicas: El programa de gimnasia cerebral influye significativamente sobre la dimensión de focalizar, mantener, alternar, codificar y estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021.

II. MARCO TEÓRICO

En el avance del proyecto, se llevó a cabo un recorrido por otras investigaciones que guardan relación con alguna de las variables abordadas y que sirven como referencia para el trabajo de investigación, entre los cuales tenemos antecedentes nacionales como internacionales que a continuación se detallan:

En cuanto a los antecedentes nacionales, Pando (2019) en Comas realizó un plan de acuerdo al nivel de atención. La investigación es de enfoque cuantitativo de diseño pre experimental; donde se encontró que hay diferencias considerables en el análisis de datos al comparar el puntaje promedio de atención antes y después de la aplicación del programa, ($p < 0.05$, media pre-test = 98.32, media pos-test = 152.02, $d = 2.373$). El estudio concluye, en que se pudo afirmar que la aplicación de éste plan cognitivo contribuye a perfeccionar el grado de atención en los educandos.

En relación a Dávila, L (2019) en Chiclayo efectuó un trabajo para comprobar la eficacia del programa gimnasia cerebral sobre la atención. El estudio fue de enfoque cuantitativo con diseño cuasi experimental, en el cual se concluyó que en base a los resultados con una significancia ($p, < 0,01$) se pudo notar que existió una mejoría en los casos presentados, luego de aplicarse a los escolares participantes de ésta estrategia.

De la misma manera Dávila (2019), en Lambayeque, llevó a cabo la investigación donde desarrollo estrategias didácticas para escolares de Cajamarca con el fin de aumentar la atención; cuyo trabajo es de diseño cuasi experimental, los resultados obtenidos indican que el 17 del 100% estudiantes se distraen con facilidad, así también que el 59% (10 estudiantes) no están atentos a la profesora cuando da recomendaciones, que 59% (10 escolares) se distraen con frecuencia durante las clases y que el 65% (11 niños) a veces prestan atención a la clase del profesor. Se concluyó que un grupo muestran déficit de atención, y se evidencia cuando se distraen con facilidad, juegan en clase, no participan, no prestan atención a lo que se le explica y por ende no comprenden a su profesora y que las estrategias metodológicas basada en la metodología cognitiva, ayudará a mejorar la atención.

En cuanto a Benites (2019) en Sullana, ejecutó la tesis en donde el objetivo fue la aplicación un programa relacionado al modelo para mejorar esta dificultad en dicha institución. El estudio es de enfoque cuantitativo y diseño pre experimental. Los resultados fueron que en Pre test el nivel de atención es Baja con el (57.1%) y después del Post Test es Alta con el (52.4%). El nivel de la concentración en los menores, en el Pre test es Baja con el (61.9%) y en el Post Test es Media con el (57.1%). En dicho estudio se concluyó que al aplicar el plan de estrategia de enseñanza aprendizaje tuvo una consecuencia favorable; ya que los menores han podido superar notablemente esas deficiencias.

Con respecto a Angulo y Montenegro (2017) en Trujillo desarrollaron la tesis sobre la influencia de los talleres de música en desarrollar la atención y concentración en grupo etario mencionado. El trabajo es de enfoque cuantitativo con diseño cuasi experimental. Los resultados fueron en el Pretest 25% de niños tienen nivel muy bajo en la concentración, el 68% bajo y el 7% medio. Después de aplicar el programa, los niveles bajo y muy bajo fueron el 0% y el medio 7% y alto el 93%. Concluyendo que la aplicación de dicha estrategia mejorando significativamente su aprendizaje en los estudiantes con esas falencias.

En el contexto internacional se identificó los siguientes antecedentes, Lema y Reino (2020) en Ecuador, realizaron el estudio donde se determinó la relación entre el déficit de atención y la comprensión lectora en los escolares de sexto. Por otro lado, éste trabajo tienen un enfoque cualitativo con diseño no experimental y se llega a la conclusión que las variables de estudio guardan relación estadísticamente significativa en los estudiantes, lo cual indica que a mayor nivel atencional mayor comprensión lectora; esto debido que se identificó al inicio estudiantes con un nivel bajo de atención en su proceso básico y no a la recopilación de información.

Por otra parte Quintana (2018) en Quito realizó una tesis donde se aplicó el método Doman para desarrollar la atención y concentración. El estudio es de enfoque cuantitativo y de diseño cuasi experimental. Se concluyó que el folleto informativo del método Doman, es una herramienta practica para que los profesores conozcan como desenvolver esta situación problemática de cada estudiante de una

forma divertida, de esta manera puedan conocer y sobre todo que sus estudiantes puedan lograr aprendizajes de calidad, favoreciendo su formación.

Mientras que Alarcón y Guzmán (2017) en Colombia implementaron una propuesta a través de actividades artísticas y lúdico- pedagógicas, con el fin de aumentar la atención de los niños del grado en mención. Tiene un enfoque cualitativo es una investigación acción. El 50% es decir 15 niños afirmaron que lo que hace que dejen de hacer la tarea es jugar. Éstos distractores desconcentran y hacen que su atención se enfoque en otras cosas y el 33% es decir 10 niños Siendo su atención regular a mala, donde para responder las preguntas de una lectura deben repasarla 3 veces y así llegar a interpretar. Se concluyó que la aplicación de esta propuesta pedagógica en el aula fue positiva, donde los escolares han estimulado y mantenido su atención.

Por otro lado, Villamil (2016) en Colombia realizó una tesis en donde estableció la relación entre atención, memoria y habilidades visoespaciales en los menores de 8 a 10 años. El diseño fue no experimental. Donde en los resultados no se obtuvieron correlaciones significativas En dicho estudio se confirma que no existe correlación entre ninguna de las tres combinaciones posibles de variables; pues según la edad, curso y género los datos que se obtuvo muestran que se cumple parcialmente una relación y que luego se diseñó un programa de intervención neuropsicológica para las variables.

Al mismo tiempo Toapanta (2016) en Quito realizó la gimnasia cerebral como una posibilidad para la concentración de los menores de primer año. El enfoque empleado es cuali- cuantitativo. Cuyo resultado el 79% a veces realizan diferentes ejercicios motores, el 10 % nunca. El 64% a veces disfrutan realizar los ejercicios en mención, el 11% nunca. El 60 % a veces participan en diferentes ejercicios motores de gimnasia cerebral, el 10 % nunca. El 62% a veces se relajan mientras realizan las acciones señaladas, el 8% nunca. El 67% a veces logran asimilar el conocimiento en la práctica, el 4% nunca. El 70% a veces logran la acomodación con la práctica, el 1% nunca. El 61% a veces aplican los saberes en situaciones similares, el 1% nunca. La conclusión, es que la mayoría de niños aplican ejercicios motores de gimnasia cerebral estimulando la concentración de manera que desarrollan los dos hemisferios estableciendo una conexión entre mente y cuerpo.

De la misma manera el presente proyecto de tesis tiene sustento teórico, que a continuación se precisa: En cuanto a la epistemología de la problemática investigada se considera que el enfoque que enmarca el trabajo de investigación sobre la atención, es el cognitivismo, quien contempla que la atención selecciona información más relevante; debido a que nuestra habilidad de procesamiento es ilimitada y que la cognición engloba distintos procesos importantes: como la atención, percepción, memoria, lenguaje y a su vez la inteligencia. De esta manera se menciona a Piaget con su teoría sobre el desarrollo cognitivo. Así también se detallan algunas teorías que sustentan la investigación. Aquí se plantea la teoría atencional Posner, Petersen y Raichle (1990) definida como un sistema de control conformada por tres redes atencionales: la posterior, encargada de la orientación, la anterior, cuya función es el control atencional y de alerta, así también la red de vigilancia, responsable producir y mantener el estado de alerta. Según lo citado por los autores, se puede mencionar que estas redes atencionales han sido sujetas a diversas modificaciones, pues se han ido investigando por otros autores como Mirsky dentro del campo experimental.

En cuanto a los conceptos de la atención, se considera. La atención es aspecto de los procesos psicológicos, y aparece en actividades encaminadas a ciertos objetos. Rubenstein (1982).

Se puede decir que la atención está relacionada con los procesos tanto psicológicos como psíquicos durante una actividad.

Se considera también la atención como parte de la percepción, donde un organismo opera en cualquier instante focalizando estímulos en relación a otros en el ambiente. Puente (1998, p.198).

La atención filtra información y destina recursos permitiendo la adaptación interna del sujeto con demandas externas que se presenten. Por ellos se considera un proceso discriminatorio y complejo. Reátegui (1999). Respecto a lo señalado por éste autor se puede decir que la atención es un proceso laberíntico que tamiza los datos, diferenciando demandas externas para la adaptación interior.

Este proceso psicológico está estrechamente relacionado con la selección, distribución y mantenimiento de la acción psicológica. López y García (2004, p.18).

En cuanto a lo mencionado por éste autor la atención es una etapa mental que permite tomar conciencia involucrando la clasificación, división y conservación de la acción psicológica.

Blázquez (2009) Capacidad mental de procesar adecuadamente la información, seleccionando diversas motivaciones, ideas y movimientos. En otras palabras, es un proceso complejo exacto y rápido ligado al comportamiento.

Tomando en cuenta, lo que señala éste autor, se entiende que la atención es una compleja facultad mental del individuo, que abarca subprocesos y la cual le permite procesar la información.

La atención orienta tareas al organismo y encéfalo a su vez es considerada cualidad del sistema nervioso. Kolb y Whishaw (2009).

Con referencia a lo señalado, la atención guarda relación con el sistema nervioso del organismo.

También podemos encontrar tipos de atención Dolores (2009). Según este autor tenemos dos formas. La atención espontánea, conocida también como natural, refleja, fisiológica, automática, depende esencialmente de estímulos del exterior y del interior, la cual informa lo que ocurre en el ambiente así como las reacciones fisiopatológicas del organismo. La atención voluntaria, conocida como dirigida o psicológica, Aquí juega un rol importante la voluntad, que permite la concentración de un objeto de forma sostenida regularmente en un tiempo prolongado. Siendo más notoria en investigadores, estudiantes que deben permanecer concentrados y atentamente vigilados. Se diferencian en que la espontánea es breve, mientras que la voluntaria se aplaza con en el tiempo, de manera que requiere una mayor concentración sobre el objetivo.

A su vez hay otros tipos, de acuerdo a la actividad cognitiva y selección de información.

Por lo tanto, la atención selectiva es atender y centrarse en un estímulo con más atención, ignorando información irrelevante. De esa manera el individuo se mantenga focalizado a la meta sin modificar objetivos internos. La atención sostenida, es una habilidad donde el individuo mantendrá el foco de atención siendo consciente de cualquier actividad que le rodea, a pesar de los estímulos, involucra la voluntad y motivación. En tanto la atención dividida, es la actividad donde los

mecanismos se ponen en marcha para dar respuesta a diversas cuestiones del ambiente. López y García (2004).

A su vez la atención tiene particularidades, una de ellas es la amplitud referida a la cantidad de información que el organismo asimila al mismo tiempo y eso depende del canal que utiliza, para poder retener más o menos estímulos, conociendo que ésta capacidad aumenta gradualmente con la ejercitación. Casajús (2009), en cuanto a la intensidad o tono atencional, es la cantidad de atención que se pone a un objeto, vinculado con el nivel de vigilancia y alerta del individuo. Por lo tanto, a mayor somnolencia se tendrá menor tono atencional y, por el contrario, a mayor alerta, mayor atención.

Mirsky (1989, 1996) Propone cuatro componentes de la atención: sostenida, focalización/ejecución, codificación y cambio atencional, según el modelo y metodología factorial. Su modelo se ajusta distintos autores como Mesulam, a su vez tienen importantes semejanzas con los de redes de Posner y Petersen. Cabe precisar que este estudio trata de explicar los procesos atencionales, en cuanto a la relación de la información clínica y experimental. Asimismo, se considera a Martínez (2013) toma algunos términos semejantes y se le agrega un componente, señalado por Calderón. Estos componentes atencionales son los siguientes:

Focalizar/ejecutar (focus) Capacidad de seleccionar y concentrar recursos atencionales o estímulo en una tarea pese a distractores.

Mantener o sostener (sustain) implica permanecer en una tarea respondiendo de manera activa e inhibiendo estímulos distractores no relevantes en periodos de tiempo determinados relevantes, sin perder estímulos.

Alternar o Cambio (shift) dirigir el foco de atención de manera flexible y eficaz de un estímulo complejo.

Codificar o Codificación (encode) Sostener en un breve tiempo la información cuando se realiza una tarea mental.

Estabilizar (stability) capacidad de conservar en un período de tiempo con la misma intensidad el esfuerzo atencional (Calderón, 2010).

En cuanto a los conceptos de la gimnasia cerebral, se puede mencionar algunos autores que lo definen, como: DENNINSON, Paul. (1994), quien expresa lo siguiente:

Es conocido también como Brain GYM, el cual es un conjunto de diversos ejercicios que crean conexiones cerebrales con el fin de estimular capacidades, así como generar armonía en el aspecto emocional, físico y mental, permitiendo resultados eficaces y de gran impacto. PAUL DENNISON y GAIL (Pág. 113-114). Estas actividades son simples, rápidos y eficientes, los cuales deben implementarse en las aulas; pues cuando el estudiante lo ejercita interrelaciona los dos hemisferios cerebrales, adiestrando la plasticidad cerebral, logrando un procesamiento integral de la información, aumentando destrezas específicas como, la atención, memoria, motricidad, coordinación y el lenguaje lingüístico.

Existieron muchas investigaciones relacionadas a la neurociencia entre el año 1969, donde se centraban en la corporalidad del sujeto. La cual permitió el desarrollo de la denominada gimnasia cerebral, tras la unión de varios ejercicios en las culturas occidentales como como el atletismo, danzas modernas y las orientales como el yoga, tai chi, entre otras. Tras esta propuesta condujo a la kinesiología que se centra en el estudio del movimiento muscular, que tiene como finalidad de restablecer la conectividad entre el cerebro y el cuerpo, de tal manera que fluya la energía y reduzca el estrés. De igual forma permite que haya una influencia entre los hemisferios cerebrales. Paul E. Dennison y Gail E. Dennison. (1994.)

La gimnasia cerebral es importante pues permite un buen equilibrio entre el cuerpo y el cerebro, de modo que la energía almacenada en nuestro organismo fácilmente fluya, previniendo el estrés, los bloqueos que pueden repercutir en problemas del aprendizaje en los estudiantes. (Pág. 10).

Vos Savant, Marilyn (2012) También ayudará a reconectar músculos y reflejos del cerebro de manera activa, para adquirir mejor un nuevo conocimiento, sin ningún bloqueo o estrés, además se sugiere realizar estos ejercicios en las mañanas de manera que el cerebro pueda estar operante para reaccionar en cualquier ambiente y a lo largo del día. A su vez es beneficioso; pues mejoran la motivación, atención y concentración, estimula el desarrollo de células madres, maximizando el aprendizaje (Pág. 27).

Desde otra perspectiva la gimnasia cerebral, refuerza y fortalece la actividad psicomotora del individuo, donde el cuerpo experimentará un aprendizaje desde la perspectiva kinestésica, enriqueciendo aspectos sociales, memoria y atención los cuales serán importantes para prevenir la enfermedad del Alzheimer.

Por otro lado, cabe señalar que la gimnasia cerebral tiene dimensiones importantes como lo señala DENNINSON, Paul. (1994): Una de ellas es la dimensión de lateralidad, que es el movimiento repetido de derecha e izquierda, otra de ellas es la dimensión de enfoque, en las actividades de ir hacia adelante y hacia atrás y viceversa, por último, tenemos a la dimensión de concentración, con movimientos de arriba y abajo, evitando bloqueos en los niños o algún problema de concentración. (Pág. 19-20)

Todo ello va permitir un óptimo aprendizaje, relacionando este proceso como parte del cambio, que potenciara las capacidades de modo que los individuos podrán resolver cualquier desafío presente a lo largo de la vida.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación: Landeau (2007) considera aspectos representativos como finalidad, fuentes de información, observación, amplitud y método de casos. Lo fundamental es poder fijar la estrategia de la misma debido a que hay elementos que varían según el tipo de estudio. (p.53).

Considerando ello, el siguiente estudio es de tipo aplicada; pues se enriquece de otras investigaciones para solucionar problemas, y que mediante la aplicación de un programa se manipulan las variables.

Diseño de investigación: Arnau (1995) “Plan de actuación que permitirá al investigador el recojo de información” (p.27).

- Diseño experimental: cuasi experimental.

Por ello el diagrama que le corresponde a este diseño es el siguiente:

GE: O1 x O2

GC: O3 O4

Dónde:

X: Experimento: Aplicación del “programa Gimnasia cerebral”.

GE: Grupo experimental: estudiantes de 1er grado B

GC: Grupo de control: estudiantes de 1er grado A

O1 O3 Recojo de datos antes de la aplicación del experimento cada grupo en forma simultánea, pre test.

O2 O4 Recojo de datos después de la aplicación del experimento de cada grupo en forma simultánea, post test.

3.2. Variables y operacionalización:

Definición conceptual de las variables

Variable independiente: Gimnasia cerebral

DENNINSON, Paul. (1994) “La Gimnasia Cerebral o Brain GYM es un conjunto de diversos ejercicios creados PAUL DENNISON y GAIL que tienen como objetivo estimular y desarrollar habilidades y capacidades cerebrales creando conexiones entre cerebro/cuerpo a través del movimiento, logrando armonía entre aspectos emocionales, físicos y mentales, obteniendo resultados muy eficientes y de gran impacto en quienes los practican”. (Pág. 113-114).

Variable dependiente: La atención

Blázquez (2009) Capacidad mental de procesar adecuadamente la información, seleccionando diversas motivaciones, ideas y movimientos. En otras palabras, es un proceso complejo exacto y rápido ligado al comportamiento.

Definición operacional de las variables

Variable dependiente: La atención

La atención se medirá mediante la observación a través de una lista de cotejo considerando las cinco dimensiones: focalizar, mantener, alternar, codificar y estabilizar.

3.3. Población, muestra, muestreo

Bravo (1998) “la población es un conjunto de unidades que se quiere estudiar pudiendo ser observadas individualmente” (p. 179).

Por tanto, ésta estuvo conformada por un total de 50 estudiantes de primer grado de primaria, distribuidos en tres secciones “A”, “B” y “C”, donde sus características son la edad que oscila entre 6 y 7 años y los problemas en la atención.

Criterios de inclusión: se consideran a los estudiantes de primer grado A y B.

Criterios de exclusión: Se excluirán a los estudiantes de las otras aulas del nivel primario.

Chávez (2007) la muestra es una representación de la población que permite ampliar los resultados. Mientras el muestreo es una agrupación de operaciones que realiza el indagador para escoger la muestra que integrará el estudio. (p.164)

Muestra: Está constituida por 30 niños distribuidos en dos aulas A y B.

Muestreo: Es del tipo no probabilístico intencional; pues se consideró a la sección “A” como grupo de control y la “B” fue experimental.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Arias (2006) “son las distintas formas o maneras de obtener la información” (p. 146).

Por ello, se empleará, la observación que según Hernández (2000) “es una herramienta eficiente de investigación social para recolectar información”. Que permitió conocer, describir y comprender los componentes de la atención, así como las situaciones que se produjeron en el transcurso del trabajo.

Para Romo-Martínez (2015) “Una lista de cotejo es un instrumento de verificación útil para la evaluación a través de la observación, en ella se enlistan las características, aspectos, cualidades, etcétera, acerca de las cuales interesa determinar” (p110). Por tanto, se utilizará el instrumento de lista de cotejo, en el cual se va a especificar aspectos importantes de la atención que tienen los escolares de primer grado de referida institución.

FICHA TÉCNICA:

Nombre:	Test de atención
Autor:	Caterin Iweb Cubas Julca
Año de edición:	2021
Dimensiones:	Focalizar Mantener Alternar Codificar Estabilizar
Ámbito de aplicación:	Niños y niñas.
Administración:	Colectiva e individual.
Duración:	Variable, entre 15 a 25 minutos, incluidas las instrucciones previas.
Objetivo:	Evaluar varios aspectos de la atención, en cuanto a sus dimensiones.
Validez:	El instrumento fue validado por tres expertos quienes concedieron un criterio favorable.
Confiabilidad:	Análisis de confiabilidad por prueba estadística. mediante el test U-Mann Whitney utilizando el software estadístico SPSS 25 y Microsoft Excel como una hoja de cálculo desarrollada para Windows.
Campo de Aplicación:	Niños y niñas de primer grado de primaria, UGEL 01 Focalizar Mantener
Aspectos a Evaluar:	Alternar Codificar Estabilizar

3.5. Procedimientos

Respecto a los procedimientos de ésta investigación, debido a la emergencia sanitaria, se realizó de forma virtual, para ello se empleó el aplicativo zoom así como otros aplicativos, las evaluaciones fueron realizadas de forma colectiva e individual, la prueba duró un aproximado de 15 a 25 minutos. Se llevó de manera formal mediante la emisión de una carta de presentación emitida por la Universidad Cesar Vallejo, dirigida a la directora de la IE para llevar a cabo la aplicación del instrumento. Luego en coordinación con la directora y docentes del grado se detalló tiempo de duración de la prueba, el trabajo que se realizaría y se determinó la fecha y horario para la administración del test.

3.6. Método de análisis de datos

Los resultados obtenidos de la aplicación se ingresaron a una base de datos para ser sometidos a análisis estadístico mediante el test U-Mann Whitney utilizando el software estadístico SPSS 25 y Microsoft Excel como una hoja de cálculo desarrollada para Windows. Seguido se ordenó la información, juntando los datos por dimensiones dentro de los rangos y categorías. Conseguidos los resultados se inició la interpretación de tablas y figuras en función de la variable de estudio y sus dimensiones. Por último, se procedió con el cruce de datos entre las dimensiones y la VSD para poder demostrar las hipótesis formuladas.

3.7. Aspectos éticos

En cuanto a ello, se ha cumplido distintos criterios, de la misma manera se ha continuado los códigos de ética de la universidad, en lo que a continuación se detalla: (1) se tomó en consideración la guía de elaboración de tesis de la UCV asimismo para la redacción se utilizó el estilo APA. (2) se respetó las ideas de los autores citados en la investigación (3) los autores fueron totalmente representativos, (4) autorización de la aplicación del instrumento, (5) consentimiento informado del progenitor (6) el carácter anónimo de la lista de cotejo para dar libertad a los menores (7) la aprobación del antiplagio Turnitin menor al 25% y (8) entrega de la declaración de autenticidad.

IV. RESULTADOS

5.2.1 Análisis e interpretación descriptiva

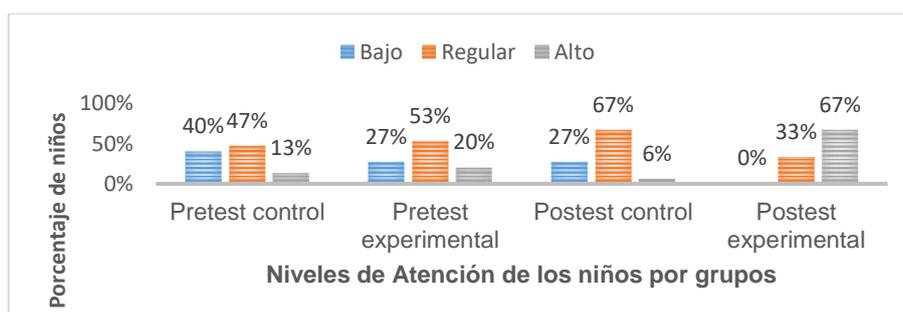
Tabla 1

Distribución de frecuencias en la “Atención”

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	6	40,0%	4	26,7%	4	26,7%	0	0,0%
Regular	7	46,7%	8	53,3%	10	66,7%	5	33,3%
Alto	2	13,3%	3	20,0%	1	6,7%	10	66,7%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia de la atención. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS

25



En la tabla 1 se observa que la utilización de la lista de cotejo “Pre test”: en el grupo de control un 40% de los niños se encuentran en nivel bajo, un 47% nivel regular y un 13 % alto; en el grupo experimental, un 27% nivel bajo y un 53% nivel regular y un 20 % nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la atención.

Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa de gimnasia cerebral” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 27% nivel bajo, un 67% nivel regular, y un 7% nivel alto; en el GE, un 0% tiene nivel bajo, un 33% nivel regular y un 67%, nivel alto.

Análisis e interpretación descriptiva de las dimensiones.

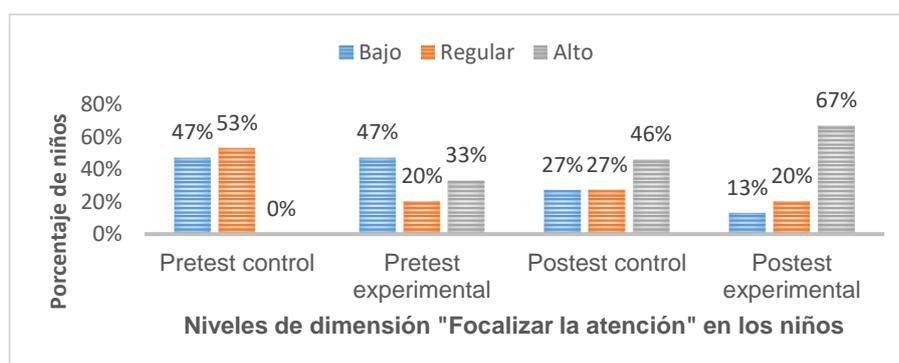
Tabla 2

Distribución de frecuencias en “Focalizar la atención”

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	7	46,7%	7	46,7%	4	26,7%	2	13,3%
Regular	8	53,3%	3	20,0%	4	26,7%	3	20,0%
Alto	0	0,0%	5	33,3%	7	46,7%	10	66,7%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia D1: focalizar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS

25



En la tabla 2 en el “Pre test” para evaluar la primera dimensión, indica que: en el grupo de control un 47% tienen un nivel bajo, un 53% nivel regular y un 0% nivel alto en atención; en el grupo experimental, un 47% nivel bajo, un 20% nivel regular y un 33% nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión focalizar la atención.

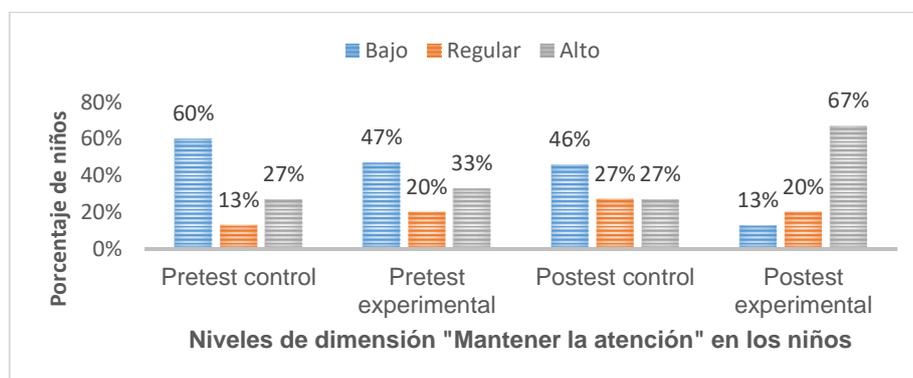
Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 27% nivel bajo, un 27% nivel de regular y 47% nivel alto; en el GE, en cambio, un 13% nivel bajo, un 20% nivel de regular y un 67% nivel alto.

Tabla 3*Distribución de frecuencias en “Mantener la atención”*

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	9	60,0%	7	46,7%	7	46,7%	2	13,3%
Regular	2	13,3%	3	20,0%	4	26,7%	3	20,0%
Alto	4	26,7%	5	33,3%	4	26,7%	10	66,7%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia D2: mantener. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS

25



En la tabla 3 en el “Pre test” para evaluar la segunda dimensión, indica que: en el grupo de control un 60% tienen un nivel bajo, un 13% nivel regular y un 27% nivel alto; en el grupo experimental, un 47% se encuentran en un nivel bajo, un 20% nivel regular y un 33 % nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión mantener la atención.

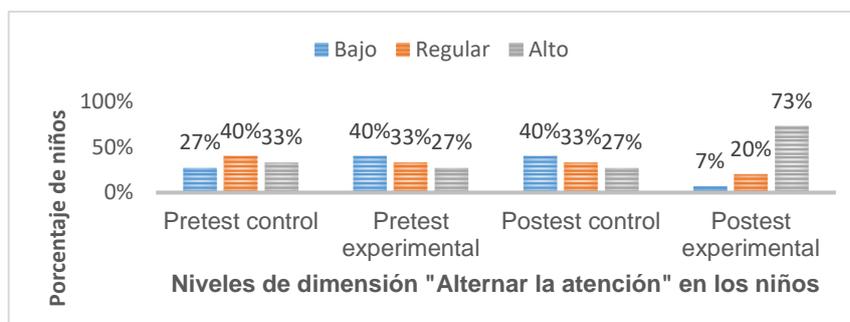
Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 47% tienen un nivel bajo, un 27% nivel de regular y un 27% nivel alto; en el GE, en cambio, se observa que un 13% se encuentran en nivel bajo, un 20% nivel regular y un 67% nivel alto.

Tabla 4*Distribución de frecuencias en “Alternar la atención”*

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	4	26,7%	6	40,0%	6	40,0%	1	6,7%
Regular	6	40,0%	5	33,3%	5	33,3%	3	20,0%
Alto	5	33,3%	4	26,7%	4	26,7%	11	73,3%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia D3: alternar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS

25



En la tabla 4 en el “Pre test” para evaluar la tercera dimensión, indica que: en el grupo de control un 27% de los niños se encuentran en nivel bajo, un 40% nivel regular y un 33% nivel alto; en el grupo experimental, un 40% se encuentran en un nivel bajo, un 33% nivel regular y un 27% nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión alternar la atención.

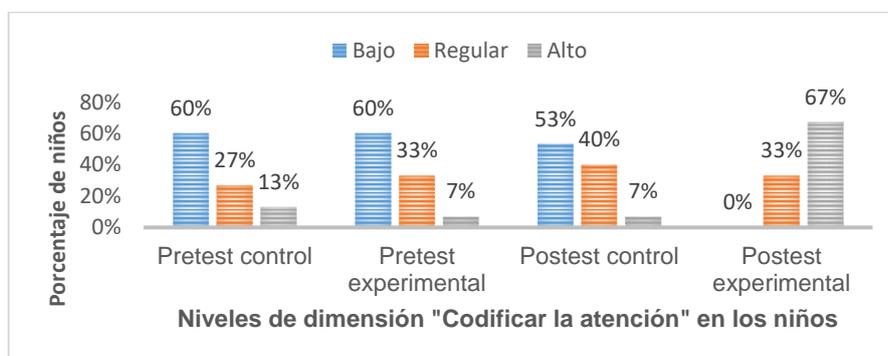
Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 40% de los niños se encuentran nivel bajo, un 33% nivel de regular y un 27% nivel alto; en el GE, en cambio, se observa que un 7% tienen un nivel bajo, un 20% nivel de regular y un 73% se encuentra en un nivel alto.

Tabla 5*Distribución de frecuencias en “Codificar la atención”*

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	9	60,0%	9	60,0%	8	53,3%	0	0,0%
Regular	4	26,7%	5	33,3%	6	40,0%	5	33,3%
Alto	2	13,3%	1	6,7%	1	6,7%	10	66,7%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia D4: codificar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS

25



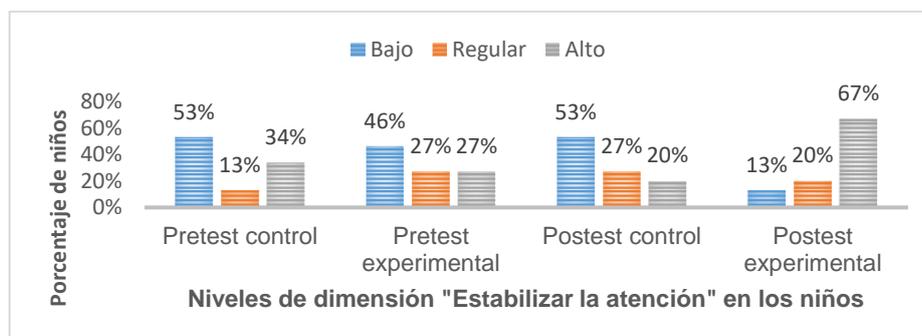
En la tabla 5 en el “Pre test” para evaluar la cuarta dimensión, indica que: en el grupo de control un 60% de los niños se encuentran en nivel bajo, un 27% nivel regular y un 13% en nivel alto; en el grupo experimental, un 60% se encuentran en nivel bajo, un 33% en nivel regular y un 7% nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión codificar la atención.

Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 53% se encuentran en nivel bajo, un 40% en nivel regular y un 7% nivel alto; en el GE, en cambio, se observa que un 0% se encuentran en nivel bajo, un 33% en nivel de regular y un 67% en nivel alto.

Tabla 6*Distribución de frecuencias en “Estabilizar la atención”*

	PRE TEST				POS TEST			
	Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias		Frecuencias	
	N_	% G.C	N_	% G.E	N_	% G.C	N_	% G.E
Bajo	8	53,3%	7	46,7%	8	53,3%	2	13,3%
Regular	2	13,3%	4	26,7%	4	26,7%	3	20,0%
Alto	5	33,3%	4	26,7%	3	20,0%	10	66,7%
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Nota. Frecuencia D5: estabilizar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25



En la tabla 6 en el “Pre test” para evaluar la quinta dimensión, indica que: en el grupo de control un 53% de los niños se encuentran en nivel bajo, un 13% en nivel regular y un 33% en nivel alto; en el grupo experimental, un 47% se encuentran en nivel bajo, un 27% en nivel regular y un 27% en nivel alto. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión estabilizar la atención.

Ahora; al aplicar el instrumento durante el “Pos-test” a los dos grupos, después del tratamiento “programa” solo al grupo experimental, se observan los siguientes resultados: en el GC, un 53% de los niños se encuentran en nivel bajo, un 27% en nivel de regular y un 20% en nivel alto; en el GE, en cambio, se observa que un 13% se encuentran en un nivel bajo, un 20% en nivel de regular y un 67% en un nivel alto.

5.2.2 Contrastación de Hipótesis:

Hipótesis general:

El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021.

Hipótesis estadísticas:

H0: El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en la atención en niños de primer grado de primaria

H1: El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 7

Prueba estadística variable "Atención"

	Pretest	Postest
U de Mann-Whitney	95,000	35,000
W de Wilcoxon	215,000	155,000
Z	-,795	-3,541
Sig. asintótica (bilateral)	,427	,000

Nota. Resultado. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 7 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es ($0,427 < 0,05$); en cuanto a la comparación de la "atención" en ambos grupos. Esto representa que antes de aplicarse el "programa", los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes en la "atención".

Por otro lado, en el Postest se observa que el nivel de significancia es ($0,000 < 0,05$); en cuanto a la comparación de la "atención". En razón se decidió rechazar la hipótesis nula (H_0), en otras palabras, el empleo del programa de gimnasia cerebral mejora los resultados de la atención de los niños.

Hipótesis específica 1:

H₀: El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en focalizar la atención en niños de primer grado de primaria

H₁: El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en focalizar la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 8

Prueba estadística dimensión "Focalizar la atención"

	Pre test	Pos test
U de Mann-Whitney	92,500	88,000
W de Wilcoxon	212,500	208,000
Z	-,902	-1,137
Sig. asintótica (bilateral)	,367	,255

Nota. Tabla D1: focalizar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 8 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es (0,367>0,05). Esto simboliza que antes de aplicarse el "programa", los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes.

Por otro lado, en el Postest se observa que el nivel de significancia es (0,255>0,05). En razón a los resultados reportados, se decidió aceptar la hipótesis nula (H₀), en otras palabras, la utilización del programa de gimnasia cerebral no mejora significativamente los resultados de la dimensión 1.

Hipótesis específica 2:

H₀: El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en mantener la atención en niños de primer grado de primaria

H₁: El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en mantener la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 9

Prueba estadística dimensión “Mantener la atención”

	Pretest	Posttest
U de Mann-Whitney	98,500	61,000
W de Wilcoxon	218,500	181,000
Z	-,642	-2,304
Sig. asintótica (bilateral)	,521	,021

Nota. Tabla D2: mantener. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 9 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es ($0,521 > 0,05$). Esto manifiesta que antes de aplicarse el “programa”, los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes.

Por otro lado, en el Posttest se observa que el nivel de significancia es ($0,021 < 0,05$). En razón a los resultados reportados, se decidió rechazar la hipótesis nula (H_0), en otras palabras, el uso del programa de gimnasia cerebral mejora significativamente los resultados de la dimensión 2.

Hipótesis específica 3:

H_0 : El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en alternar la atención en niños de primer grado de primaria

H_1 : El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en alternar la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 10*Prueba estadística dimensión “Alternar la atención”*

	Pretest	Postest
U de Mann-Whitney	97,000	53,500
W de Wilcoxon	217,000	173,500
Z	-,682	-2,663
Sig. asintótica (bilateral)	,495	,008

Nota. Tabla D3: alternar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 10 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es ($0,405 > 0,05$). Esto representa que antes de aplicarse el “programa”, los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes.

Por otro lado, en el Postest se observa que el nivel de significancia es ($0,008 < 0,05$). En razón a los resultados reportados, se decidió rechazar la hipótesis nula (H_0), en otras palabras, la utilización del programa de gimnasia cerebral mejora significativamente los resultados de la dimensión 3.

Hipótesis específica 4:

H_0 : El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en codificar la atención en niños de primer grado de primaria

H_1 : El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en codificar la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 11

Prueba estadística dimensión “Codificar la atención”

	Pretest	Postest
U de Mann-Whitney	109,500	25,000
W de Wilcoxon	229,500	145,000
Z	-,143	-3,861
Sig. asintótica (bilateral)	,886	,000

Nota. Tabla D4: codificar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 11 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es ($0,886 > 0,05$). Esto figura que antes de aplicarse el “programa”, los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes.

Por otro lado, en el Postest se observa que el nivel de significancia es ($0,000 < 0,05$). En razón a los resultados reportados, se decidió rechazar la hipótesis nula (H_0), en otras palabras, el empleo del programa de gimnasia cerebral mejora significativamente los resultados de la dimensión 4.

Hipótesis específica 5:

H_0 : El programa de gimnasia cerebral no influye significativamente en estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria

H_1 : El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria

Tabla 12*Prueba estadística dimensión “Estabilizar la atención”*

	Pretest	Postest
U de Mann-Whitney	111,000	52,000
W de Wilcoxon	231,000	172,000
Z	-,068	-2,691
Sig. asintótica (bilateral)	,946	,007

Nota. Tabla D5: Estabilizar. Fuente: Autoría propia con el programador SPSS 25

En la tabla 12 se aprecia que, en el Pretest el nivel de significancia es ($0,946 > 0,05$). Esto simboliza que antes de aplicarse el “programa”, los estudiantes del GC y GE no muestran diferencias significativas en cuanto a sus puntajes.

Por otro lado, en el Postest se observa que el nivel de significancia es ($0,007 < 0,05$). En razón a los resultados reportados, se decidió rechazar la hipótesis nula (H_0), en otras palabras, el uso del programa de gimnasia cerebral mejora significativamente los resultados de la dimensión 5.

V. DISCUSIÓN

El propósito fundamental de éste estudio fue determinar que la influencia del programa ejerce en la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01; tomando en cuenta para ello como muestra a 30 menores (de los cuales 15 conformaron el grupo de control y 15 el grupo experimental); se pudo encontrar en el resultado final de la prueba del post test con un nivel de confianza del 95%, el valor p -calculado= 0,427 mayor que el p -tabular= 0,05; a través de la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney lo que demuestra, que existe influencia de la variable independiente sobre la variable dependiente. Esto quiere decir, que el programa a través de la lateralidad, enfoque y concentración; tiende a influir en la atención de los niños por medio de sus dimensiones de focalizar, mantener, alternar, codificar y estabilizar.

Asimismo, fue muy valioso los aportes durante todo el proceso; pues se realizó en una crisis sanitaria por COVID-19; donde se tuvo que emplear diversas aplicaciones como el WhatsApp (video llamadas) para poder medir la atención así también el zoom, google meet para poder desarrollar las actividades propuestas en el programa, de la misma manera cabe resaltar la gran ayuda por parte de los padres. Sin duda, en toda ésta recolección de información, hubo algunos incidentes por la coyuntura en que nos encontramos, como es la conexión inestable, por lo que se trató en lo posible de buscar alternativas de solución, como videos grabados de las clases, ejercicios para reforzar en casa y constante comunicación e interrelación virtual con los estudiantes involucrados para poder consolidar ello. Del mismo modo, aunque fue tedioso encontrar estudios previos y actuales en cuanto a los relacionados con el tipo, diseño, variables, se pudo considerar la gran mayoría acordes con las variables, con el propósito de efectuar una correcta discusión de resultados.

Analizando los problemas que podrían presentar los escolares, se consideró la atención como uno de ellos y gracias a la teoría se pudo seleccionar adecuadamente sus indicadores e ítems, para lo cual se requirió de la minuciosa revisión a través del juicio de expertos; quienes lo consideraron aplicable y válido. Como resultado se evidencia la coherencia en conformidad con la literatura.

Según mi punto de vista, éste contexto tuvo un giro rotundo en la educación; puesto que los docentes, estudiantes, directores y toda la comunidad educativa, tuvo que ingeniarse de todos los recursos y medios posibles para poder brindar una educación de calidad pese a las falencias que se presentaron; por ello se valora el compromiso, participación y entusiasmo de los menores y sus padres; ya que con su apoyo se pudo obtener conclusiones y recomendaciones oportunas en ésta investigación.

Los descubrimientos más relevantes es que de acuerdo al análisis sobre el porcentaje de los niños en ambos grupos, se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Postest; sin embargo, en el experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 67% de nivel alto en atención de los estudiantes. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la atención. Ante lo referido se rechaza la hipótesis nula, y se acepta la hipótesis alterna; en consecuencia, la hipótesis de investigación es aceptada, por lo tanto, se puede afirmar que el “Programa de gimnasia cerebral” influye significativamente en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021.

Estos resultados obtenidos son corroborados por: Pando (2019) donde el análisis indicó que existió diferencias al comparar el puntaje promedio de atención antes y después de la aplicación del programa, con un gran tamaño del efecto ($p < 0.05$, media pre-test = 98.32, media pos-test = 152.02, $d = 2.373$). Lo cual permitió asegurar que el empleo del método cognitivo aumentar el nivel de éste problema en los participantes.

A su vez se observa que el 66 % (31), se ubica en nivel bajo de atención, lo que indica que tienden a distraerse, un 36, 2 % (17) de participantes se ubica en nivel promedio y un 63, 8 % (30) se ubican en el nivel alto. Después de la aplicación del tratamiento, se mostró un nivel de atención por encima del promedio que según la prueba de normalidad Shapiro-Wilk en la contratación de variable atención se aprecia un p valor mayor a 0.05, lo que indica que los datos de la variable ajustan

a la curva de distribución normal y después de la aplicación del programa se aprecia que p es menor a 0.05, lo denota que existen diferencias en el puntaje promedio de la atención del grupo experimental antes y después de la aplicación. Demostrando que los puntajes son significativamente más altos que en la evaluación pre prueba, lo cual confirma que la utilización del programa fue óptima. También Benites (2019) concluyó que los resultados antes del Pre test el nivel de atención es Baja con el (57.1%) y después del Post Test es Alta con el (52.4%). El nivel de la concentración en los estudiantes, antes del Pre test es Baja con el (61.9%) y después del Post Test es Media con el (57.1%).

Por su parte Angulo y Montenegro (2017) mencionó que en Pretest 25% de niños tienen nivel muy bajo en la concentración, el 68% bajo y el 7% medio. Y que después de aplicar el programa, los niveles bajo y muy bajo fueron el 0% y el medio 7% y alto el 93%. Concluyendo que la aplicación de dicha estrategia mejoró significativamente la falencia encontrada. Así también Dávila, L (2019) afirmó la eficacia del programa tras la diferencia notoria entre el pre test referido a la atención con un 89,3 % (bajo) y el 10,7% (medio) en relación al post test con un 7,1% (bajo) y 92,9% (medio). De igual manera Toapanta (2016) realizó la gimnasia cerebral como una alternativa para la concentración, y que en un alto porcentaje los niños realizan, disfrutan, participan, se relajan, logrando asimilar y acomodar la información de los diversos ejercicios motores de ésta estrategia, siendo favorable para estimular los dos hemisferios cerebrales y establecer una conexión entre mente y cuerpo para fortalecer la atención.

En función al primer objetivo específico se obtuvo de acuerdo al análisis, se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Postest; sin embargo, en el grupo experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 67% de nivel alto en la dimensión focalizar la atención de los estudiantes. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión focalizar la atención. Siendo sus porcentajes que tienen nivel bajo en el Pretest del de control un 47% y del experimental un 47% y en relación al porcentaje en Postest del grupo de control un 27% y del experimental, un 13%. Éstos hallazgos

puedo comparar con los ítems según Dávila (2019) quien señala que del 100% (17) siempre se distraen con facilidad cuando leen mostrando un alto porcentaje, también que el 59% (10) a veces están atentos cuando la profesora da recomendaciones, un 53% (9 estudiantes) se distraen con frecuencia durante las sesiones de clase. Se puede inferir que hay un porcentaje elevado; tal vez esta dimensión sea la más desapercibida; porque los resultados obtenidos evidencian un bajo nivel de la misma. Lo que significa considerar para una mejor observación y tratamiento.

Considerando resultados del segundo objetivo específico, de acuerdo al análisis del presente trabajo se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Posttest; sin embargo, en el grupo experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 67% de nivel alto en la dimensión mantener la atención de los niños. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión mantener la atención. Siendo sus porcentajes que tienen nivel bajo en el Pretest del grupo de control un 60% y del experimental un 47% y en relación al porcentaje en Posttest del grupo de control un 47% y del experimental, un 13%. Los hallazgos obtenidos puedo comparar con Alarcón y Guzmán (2017) quien menciona que el 50% (15) niños afirmaron que el juego es un distractor, que hace que se desconcentren enfocándose en otras cosas no relevantes influenciando en esta dimensión. El resultado se puede deducir que hay muchos factores que condicionan ésta dimensión; es por ello que se evidencia los porcentajes de niveles bajos comparándolos con otros estudios.

Tomando en cuenta los hallazgos del tercer objetivo específico, De acuerdo al análisis expuesto, se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Posttest; sin embargo, en el experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 73% de nivel alto en la dimensión alternar la atención de los niños. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión alternar la atención. Siendo sus porcentajes que tienen nivel

bajo en el Pretest del grupo de control un 27% y del grupo experimental un 40% y en relación al porcentaje en Posttest del grupo de control un 40% y del grupo experimental, un 7%. Puedo contrastarlo con Dávila (2019) quien manifiesta en concordancia con uno de los ítems ligado a ésta dimensión que un 71% (12) menores a veces participan en clase. Analizando los hallazgos encontrados existe un porcentaje bajo antes de aplicar una estrategia. Por lo cual se requiere considerar la metodología cognitiva o la desarrollada en ésta investigación aumentar los niveles en la tercera dimensión.

Prosiguiendo con el cuarto objetivo específico, De acuerdo al análisis expuesto, se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Posttest; sin embargo, en el experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 67% de nivel alto en la dimensión codificar la atención de los niños. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión codificar la atención. Siendo sus porcentajes que tienen nivel bajo en el Pretest del grupo de control un 60% y del experimental un 60% y en relación al porcentaje en Posttest del grupo de control un 53% y del experimental, un 0%. En la misma línea de discusión puedo comprobarlos con Dávila (2019) donde hace mención que el 41% a veces escuchan con atención la clase para poder seguir alguna indicación, ésto en referencia a un ítems asociado a ésta dimensión. Por lo que se infiere; que hay elementos que pueden influenciar; y que tomando en cuenta la aplicación del programa, se puede fortalecer ésta dimensión.

Finalizando con el quinto objetivo específico, De acuerdo al análisis expuesto, se puede apreciar un cambio en los resultados de ambos grupos; en el de control se evidencia un avance moderado respecto al resultado obtenido en el Pretest con respecto al Posttest; sin embargo, en el grupo experimental se aprecia una mejora significativa en los niños, teniendo un 67% de nivel alto en la dimensión estabilizar la atención de los niños. Se puede apreciar que, en ambos grupos, como resultado del Pretest, que en su mayoría los niños muestran un bajo nivel en la dimensión estabilizar la atención. Siendo sus porcentajes que tienen nivel bajo en el Pretest del grupo de control un 53% y del experimental un 47% y en relación al

porcentaje en Posttest del grupo de control un 53% y del experimental, un 13%. Éstos hallazgos pueden compararse con Alarcón y Guzmán (2017) quien señala que el 33% (10) niños su atención es regular a mala en cuanto a un ítem relacionado a esta dimensión. Ya que para responder preguntas de un texto deben repasarla tres veces es decir requieren un esfuerzo mental para poder hacer una interpretación. Se puede decir que se puede observar porcentajes bajos y que de cierta manera la utilización de propuestas lúdicas, artísticas así como el programa empleado se puede fortalecer notoriamente esta dimensión.

De este modo en cierta medida hay estudios que complementan la información sobre las variables presentes en este trabajo. Como lo indica Villamil (2016) quien consideró una de ellas y que enriqueció esta indagación. A su vez Quintana (2018); quien refirió que un 60 % de docentes no aplica un método o estrategia para favorecer la atención; pero que si el 67% tiene las ganas de capacitarse. Entonces, sin duda los estudios previos y teorías presentes tienen una influencia benéfica.

En definitiva, al analizar los resultados, y corroborados por otras investigaciones confirmamos que el uso del “Programa de gimnasia cerebral” en el trabajo pedagógico de los docentes influye significativamente en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226 -562 UGEL 01, 2021

VI. CONCLUSIONES

Primera: Se llegó a la conclusión que la utilización sistemática del programa de gimnasia cerebral afecta positivamente en la mejora de la atención en los niños; entonces, tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es menor que el p-tabular (nivel de significancia 0,05) nos permite, afirmar que existe una influencia significativa de la aplicación del programa de gimnasia cerebral sobre la atención.

Segunda: Se llegó a la conclusión que la utilización del programa de gimnasia cerebral no tiene influencia significativa significativamente en “focalizar la atención”; tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es mayor que el p-tabular.

Tercera: Se llegó a la conclusión que la utilización del programa de gimnasia cerebral tiene una influencia significativa en “mantener la atención”; tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es menor que el p-tabular.

Cuarta: Se llegó a la conclusión que la utilización del programa de gimnasia cerebral tiene una influencia significativa en “alternar la atención”; tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es menor que el p-tabular.

Quinta: Se llegó a la conclusión que la utilización del programa de gimnasia cerebral tiene una influencia significativa en “codificar la atención”; tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es menor que el p-tabular.

Sexta: Se llegó a la conclusión que la utilización del programa de gimnasia cerebral tiene una influencia significativa en “estabilizar la atención”; tomando en cuenta los resultados obtenidos al aplicar el test U de Mann Whitney donde el p-valor es menor que el p-tabular.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda a la directora de la institución educativa; tener en consideración aplicar éste programa, en las aulas de primaria, así como en los otros niveles de la E.B.R tomando en cuenta las características y necesidades de los estudiantes; ya que se ha demostrado su efectividad en la presente investigación.

Segunda: Se recomienda a la directora que capacite a los docentes con nuevas y diversas estrategias que permitan a los estudiantes mejorar la focalización de su atención, de manera que lo puedan practicar constantemente.

Tercera: Se recomienda a la directora que prepare a los docentes en el adecuado empleo de los ejercicios propuestos en este programa, ya que han ayudado en fortalecer el mantenimiento de la atención, por ser actividades activas y motivadoras.

Cuarta: Se recomienda a la directora que faculte a los docentes respecto a la utilización de los ejercicios para alternar la atención de los escolares, a fin de que puedan responder de manera favorable en cualquier ámbito de su vida.

Quinta: Se recomienda a la directora que instruya a los docentes para que puedan ejecutar correctamente los ejercicios con los niños de manera que se siga fortaleciendo la codificación de la atención de modo que recuerden y no olviden cualquier información.

Sexta: Se recomienda a la directora que condicione a los docentes afianzando los conocimientos sobre la aplicación adecuada de los ejercicios propuestos con el objeto de garantizar el fortalecimiento de estabilizar la atención, de la misma forma incentivar a los padres para reforzar en casa a su hijos e hijas y se puedan lograr mejores resultados.

REFERENCIAS

- Aguilera, F. C., Jiménez, A. & González, D. (2016) Atención. *Revista*, (s/f). <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/43731798/atencion-with-cover-page-v2.pdf> (d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net)
- Alarcón, E. C. & Guzmán, M. L. (2017). *Potenciar la atención y concentración de los estudiantes de grado 2 de la escuela Isabel de castilla a través de actividades artísticas y lúdico-pedagógicas.*
- Almeida, M. O. & Ayvar, Y. (2014). *La influencia de la gimnasia cerebral en el aprendizaje de los niños de 5 años de la sección " responsables" de la Institución educativa Inicial N°392" Iris Del Pino"-Ayacucho 2014.*
- Almeida, A. V. & Pavón, M. T. (2013). *Estudio del déficit de atención en los estudiantes de los octavos años del colegio nacional Ibarra. Guía de orientación metodológica para docentes (Bachelor's thesis).*
- Álvarez, L., González, P., Núñez, J. C., González, J. A., Álvarez, D., & Bernardo, A. (2007). *Desarrollo de los procesos atencionales mediante «actividades adaptadas». Papeles del psicólogo, 28(3), 211-217.*
- Amores, J. N. (2016). *Los videos musicales infantiles y su influencia en la atención, concentración y lenguaje en los niños de 3 a 5 años de la Escuela de educación básica Pio López del barrio Huachi La Libertad del cantón Ambato en la provincia de Tungurahua (Bachelor's thesis, Universidad Tècnica de Ambato. Facultad de Ciencias Humanas y de la Educaciòn. Carrera de Educación Parvularia).*
- Andino, M. J. (2019). *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 (Bachelor's thesis, PUCE-Quito).*
- Anguera, M. T., Arnau, J., Ato, M., Martínez, R., Pascual, J. & Vallejo, G. (1995). *Métodos de investigación en psicología. Madrid: síntesis.*

- Angulo, L. N., & Montenegro, M. F. (2017). *Influencia de los talleres musicales en el desarrollo de la atención y concentración en los niños de 4 años del jardín de niños n° 215 de la ciudad de trujillo en el año 2014.*
- Aprendiendo Matemáticas (2012). *Etapas del desarrollo cognitivo según Piaget.*
<https://aprendiendomatematicas.com/etapas-de-desarrollo-cognitivo-segun-piaget/>
- Benites, D. (2019). *Programa de Estrategias de Enseñanza Aprendizaje para mejorar la atención y concentración en los estudiantes de Segundo Grado de Educación Primaria de la IE N° 20534 "Señor Cautivo de Ayabaca-Sullana.*
- Bravo, P. (1998). *Enfoque en la metodología cualitativa: sus prácticas, de investigación. Métodos de investigación en psicopedagogía.*
- Carballo, S. (1978). Fases del proceso Enseñanza-Aprendizaje. *Revista Educación, 49-57.* <https://bit.ly/3BLh5W8>
- Conislla, S. R. & Francia, R. L. (2014). *El programa "Yo aprendo" sobre atención en los estudiantes de 6° grado de primaria de la Institución Educativa Privada "Jesús Niño" de Carabayllo-2014.*
- Davila, M. E. (2019). *Estrategias didácticas para mejorar la atención en los estudiantes en el área de comunicación del 5° grado "A" de la Institución Educativa N° 82041puylucana, distrito Baños del Inca, provincia Cajamarca-2013-2014.*
- Dávila, L. D. C. (2019). *Programa de gimnasia cerebral para mejorar la atención en estudiantes del nivel primario de una institución educativa privada de Chiclayo.*
- Fernández, A. (2014). Neuropsicología de la atención. Conceptos, alteraciones y evaluación. *Revista argentina de neuropsicología, 25(1), 1-28.*
<https://bit.ly/3h6xI4T>
- Figueroa, M. (2013). *Evaluación conductual y psicofisiológica de la impulsividad y su relación con el trastorno por déficit atencional con hiperactividad (TDAH). Universidad de Granada.*

- Funes, M. J. & Lupiáñez, J. (2003). *La teoría atencional de Posner: una tarea para medir las funciones atencionales de Orientación, Alerta y Control Cognitivo y la interacción entre ellas. Psicothema, 260-266.*
- García, M. R. (2006). *Valoración del control atencional como marcador cognitivo del inicio de la enfermedad de Alzheimer. Jaén: Universidad de Jaén.*
- Godoy, P., González, S. & Verdugo, M. (2007). *Guía de apoyo técnico-pedagógico: necesidades educativas especiales en el nivel de educación parvularia. Problemas de atención y concentración.*
- Gómez, A. I. H. (2012). *Procesos psicológicos básicos. México: Red Tercer Milenio.*
- Hernández, V. S. (2021). *Programación neurolingüística y gimnasia cerebral como herramienta para el fortalecimiento psicológico y emocional en adultos mayores (Bachelor's thesis).*
- Huancas, S. M. (2018). *Programa De Gimnasia Cerebral Para Optimizar El Aprendizaje Significativo Del Idioma Inglés En Los Estudiantes De Segundo Grado "A" De Educación Primaria De La IE "Innovaschool" Pimentel-2016.*
- Juárez, C. S., Escoto, M. D. C. & Rodríguez, G. (2017). *Estrategias atencionales y rendimiento académico en estudiantes de educación superior.*
- Lara, L., Tovar, L. K. & Martínez, L. S. (2016). *Aprendizaje significativo y atención en niños y niñas del grado primero del colegio Rodrigo Lara Bonilla.*
- Lema, J. N. & Reino, J. F. (2020). *Déficit de atención y la comprensión lectora en la unidad educativa "Riobamba", periodo abril-agosto 2019" (Bachelor's thesis, Riobamba).*
- Loezar, L. G. P. (2020). *Integración Sensorial en niños/as con Síndrome de Déficit Atencional de escuelas públicas chilenas. Atenas, 1(49), 36-52.*
- Madrid, A. A. (2019). *Atención y logros de aprendizaje en estudiantes de cuarto ciclo en una institución educativa de Querecotillo-2019.*
- Mellado, M. B., Martínez, L. N. & Tello, F. P. H. (2013). *Procesos atencionales implicados en el Trastorno por Déficit Atencional con Hiperactividad (TDAH). Convergencia educativa, (2), 9-19.*

- Menéndez, E. L. (2003). *Modelos de atención de los padecimientos: de exclusiones teóricas y articulaciones prácticas*. *Ciência & saúde coletiva*, 8, 185-207.
- Mirsky, A. F. (1996). *Trastornos de la atención: Una perspectiva neuropsicológica*.
- Morales, N. Y. (2016). *Asociación entre calidad atencional y atención sostenida con las habilidades de análisis visual*.
- Morales, R. (2010). *Exploración neuropsicológica del funcionamiento ejecutivo y atención selectiva visual en niños escolares de 7 a 9 años*. *Repositorio Nacional Conacyt*.
- Moreno, A. C. (2020). *Mejora de la atención mediante mindfulness*.
- Neurología, S. (2011). *Revista chilena de psiquiatría y neurología de la infancia y adolescencia*.
https://www.sopnia.com/wpcontent/uploads/2021/06/Revista%20SOPNIA_201112.pdf
- Ortiz, E. C. Q. (2020). *Plan de formación docente para la gestión pedagógica en el área de posgrado*. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(1).
- Pando, D. M. (2019). *Efectos de un Programa Cognitivo en el Nivel de Atención de Estudiantes del Primer Año de Nivel Secundaria de la Institución Educativa Fe y Alegría N.º 10 Collique, Comas*.
- Prado, L. & Rafael, L. G. (2018). *Influencia del taller de música clásica para mejorar la atención en los niños de 2 años del CEE: "Rafael Narvárez Cadenillas" Trujillo-2017*.
- Quintana, M. B. (2018). *Desarrollar atención y concentración en niños y niñas de 3 años de edad a través de la aplicación del método doman. Folleto informativo dirigido a docentes del cdi guagua" San José" ubicado en el distrito metropolitano de quito, año 2018 (Bachelor's thesis)*.
- Quiroz, M. R. (2013). *Brain gym, gimnasia cerebral*. *Revista Digital EOS Perú*, 1(2), 17-23. *Vista de Brain gym, gimnasia cerebral | REVISTA DIGITAL EOS PERÚ (revistaeos.net.pe)*

- Riofrío, M. C. (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 (Bachelor's thesis, Quito, 2013).*
- Rojas, C. A. (1905). *Funciones ejecutivas y educación: Comprendiendo habilidades clave para el aprendizaje. Ediciones UC.*
- Romo, JE. (2015) La lista de cotejo como herramienta para la lectura crítica de artículos de investigación publicados. *Rev Enferm IMSS, 23(2).*
<https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2015/eim152h.pdf>
- Rúa, A. P. & Mendoza, A. T. (2016). *La atención y la concentración de los niños y niñas en el preescolar (Doctoral dissertation, Universidad de Cartagena).*
- Teoría, F. B. J. (2000). *Metodología de la investigación. Lima-Perú. Edt. UNMSM.*
- Tirapu, J., García, A., Luna, P., Roig, T. & Pelegrín, C. (2008). Modelos de funciones y control ejecutivo (II). *Revista de neurología, 46(12).*
<https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53349568/modelos-de-funciones-y-control-ejecutivo-ii-with-cover-page-v2.pdf?>
- Toapanta, S. P. (2016). *Gimnasia cerebral en la concentración de los niños y niñas del primer año de Educación General Básica de la Escuela República del Brasil, Quito, Período 2015-2016 (Bachelor's thesis, Quito: UCE).*
- Tuesta, A. Y. (2017). *Relación entre la atención y el rendimiento académico en estudiantes de segundo grado de nivel primario de una institución educativa no estatal de LIMA Metropolitana.*
- Villamil, A. M. (2016). *Relación entre atención, memoria visual y habilidades visoespaciales en niños de Educación Primaria (Master's thesis).*

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: “Programa de gimnasia cerebral para fortalecer la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021”

AUTOR: Caterin Iweb Cubas Julca

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES			
<p>Problema general:</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en focalizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en mantener la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en alternar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en codificar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p> <p>¿Cómo influye el programa de gimnasia cerebral en estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021?</p>	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar que el programa de gimnasia cerebral fortalece la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en focalizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en mantener la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en alternar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en codificar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Determinar la influencia del programa de gimnasia cerebral en estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en el fortalecimiento de la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en focalizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en mantener la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en alternar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en codificar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p> <p>El programa de gimnasia cerebral influye significativamente en estabilizar la atención en niños de primer grado de primaria, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021.</p>	Variable 1: gimnasia cerebral			
			Dimensiones	Indicadores	Ítems5	Niveles o rangos
			Variable 2: la atención			
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Niveles o rangos
			<ul style="list-style-type: none"> Focalizar Mantener Alternar Codificar Estabilizar 	<p>Concentrar los recursos atencionales.</p> <p>No presta atención a otros estímulos distractores.</p> <p>Permanecer en una tarea de manera activa en un tiempo relevante.</p> <p>Reaccionar e inhibir posibles respuestas a estímulos no relevantes.</p> <p>Cambiar foco de atención de un estímulo complejo a otro.</p> <p>Flexibilidad e eficacia de cambiar el foco de atención.</p> <p>Mantener una información durante un período breve de tiempo mientras se realizan los procesos mentales.</p> <p>Mantener con la misma intensidad el esfuerzo atencional.</p>	<p>Observa detenidamente lo presentado.</p> <p>Selecciona y procesa la información relevante en una actividad.</p> <p>Presta atención a estímulos ambientales.</p> <p>Dirige con facilidad ante un estímulo en su entorno.</p> <p>Participa en una actividad de manera activa.</p> <p>Dirige un objeto designado.</p> <p>Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción en una tarea.</p> <p>Muestra posibles respuestas a estímulos irrelevantes en una tarea.</p> <p>Participa en conversaciones con diferentes personas.</p> <p>Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.</p> <p>Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.</p> <p>Permite varios estímulos y filtra los no deseados logrando cambiar el foco atencional.</p> <p>Recupera información o responde sobre una consigna.</p> <p>Tiene dificultad para organizar sus actividades.</p> <p>Sigue instrucciones para terminar las tareas.</p> <p>Olvida las órdenes o actividades diarias.</p> <p>Permanece realizando el ejercicio durante un período de tiempo.</p> <p>Es capaz de realizar tareas que le demandan esfuerzo.</p> <p>Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.</p> <p>Muestra fuerza mental para realizar una tarea.</p>	<p>Si= 1</p> <p>NO= 0</p> <p>Escala nominal</p>

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA A UTILIZAR
<p>TIPO: Aplicativa</p> <p>DISEÑO: cuasi experimental</p> <p>MÉTODO: Hipotético deductivo</p>	<p>POBLACIÓN: Un total de 50 niños de primer grado de primaria de las secciones "A", "B" Y "C" de la I.E 7226 -562.</p> <p>TIPO DE MUESTRA: Es una muestra no probabilística intencional.</p> <p>TAMAÑO DE MUESTRA: Estará constituida por 30 niños, divididos en dos secciones, 15 de la sección "A" (grupo de control) y 15 niños de sección "B" (grupo experimental).</p>	<p>Variable 1: gimnasia cerebral</p> <p>Técnicas: no</p> <p>Instrumentos: no</p> <p>Autor: Año: Monitoreo: Ámbito de Aplicación: Forma de Administración:</p> <hr/> <p>Variable 2: la atención</p> <p>Técnicas: observación</p> <p>Instrumentos: lista de cotejo</p> <p>Autor: Caterin Iweb Cubas Julca</p> <p>Año: 2021 Monitoreo: virtual Ámbito de Aplicación: virtual /distancia Forma de Administración: zoom/ video llamada colectiva e individual.</p>	<p>DESCRIPTIVA: Organización de datos mediante tablas de frecuencias porcentuales; presentación de la información mediante gráfico de barras. Se utilizó el SPSS 25 y EXCEL.</p> <p>INFERENCIAL: Contrastación de hipótesis a través del test no paramétrico para variables cualitativas ordinales U de Mann Whitney para dos grupos independientes; se utilizó para eso el software estadístico SPSS 25</p>

Anexo 2: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
LA ATENCIÓN	Blázquez (2009), la atención es la capacidad mental de procesar adecuadamente la información, seleccionando diversas motivaciones, ideas y movimientos. En otras palabras, es un proceso complejo exacto y rápido ligado al comportamiento.	La atención se medirá mediante la observación a través de una lista de cotejo considerando las cinco dimensiones de ésta variable: focalizar, mantener, alternar, codificar y estabilizar.	• Focalizar	Concentrar los recursos atencionales.	Observa atentamente la ficha de imágenes diversas que se le presenta.	Si= 1 NO= 0 Escala Nominal
				No presta atención a otros estímulos distractores.	Selecciona y procesa la información relevante cuando tacha las imágenes iguales que observa en la primera ficha.	
					Presta atención a estímulos ambientales.	
			• Mantener	Permanecer en una tarea de manera activa en un tiempo relevante.	Persiste en una actividad de manera activa.	
				Reaccionar e inhibir posibles respuestas a estímulos no relevantes.	Olvida un objeto designado.	
					Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción cuando realiza la segunda ficha de modelos diferentes.	
			• Alternar	Cambiar foco de atención de un estímulo complejo a otro.	Participa en conversaciones con diferentes personas.	
					Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.	
				Flexibilidad e eficacia de cambiar el foco de atención.	Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.	
			• Codificar	Mantener una información durante un período breve de tiempo mientras se realizan los procesos mentales.	Percibe varios estímulos separando los no deseados logrando cambiar el foco atencional cuando realiza la ficha de trabajo encontrando diferencias.	
					Recupera información o responde, cuando se le presentan distintas imágenes, donde recordará lo presentado antes.	
					Tiene dificultad para organizar sus actividades.	
			• Estabilizar	Mantener con la misma intensidad el esfuerzo atencional.	Sigue instrucciones para terminar la actividad de la cuarta ficha de trabajo "recuerdo lo que observo"	
					Olvida los útiles o actividades diarias.	
					Permanece realizando el ejercicio durante un periodo de tiempo (10 min)	
Evita realizar tareas que le demanden esfuerzo.						
					Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.	
					Muestra fuerza mental para realizar la quinta ficha de trabajo "buscando la letra y número"	

Anexo 03: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE LA ATENCIÓN

N°	ÍTEMS	SÍ	NO
1	Observa atentamente la ficha de imágenes diversas que se le presenta.		
2	Selecciona y procesa la información relevante cuando tacha las imágenes iguales que observa en la primera ficha.		
3	Presta atención a estímulos ambientales.		
4	Se distrae con facilidad ante un estímulo en su entorno cuando se realiza la primera ficha de trabajo.		
5	Persiste en una actividad de manera activa.		
6	Olvida un objeto designado.		
7	Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción cuando realiza la segunda ficha de modelos diferentes.		
8	Retrae posibles respuestas a estímulos irrelevantes cuando realizó la segunda ficha de trabajo.		
9	Participa en conversaciones con diferentes personas.		
10	Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.		
11	Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.		
12	Percibe varios estímulos separando los no deseados logrando cambiar el foco atencional cuando realiza la ficha de trabajo encontrando diferencias.		
13	Recupera información o responde, cuando se le presentan distintas imágenes, donde recordará lo presentado antes.		
14	Tiene dificultad para organizar sus actividades.		
15	Sigue instrucciones para terminar la actividad de la cuarta ficha de trabajo "recuerdo lo que observo"		
16	Olvida los útiles o actividades diarias.		
17	Permanece realizando el ejercicio durante un periodo de tiempo (10 min)		
18	Evita realizar tareas que le demanden esfuerzo.		
19	Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.		
20	Muestra fuerza mental para realizar la quinta ficha de trabajo "buscando la letra y número"		

Anexo 04: Fiabilidad del instrumento

RESULTADOS SPSS 25

INTRUMENTO: LISTA DE COTEJO

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	30	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	30	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,717	20

Anexo 05: Certificado de validez de contenido del instrumento



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE: La Atención

N°	Dimensiones/Items	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	DIMENSIÓN 1: Focalizar							
1	Observa atentamente lo presentado.	X		X		X		
2	Selecciona y procesa la información relevante en una actividad.	X		X		X		
3	Presta atención a estímulos ambientales.	X		X		X		
4	Distrae con facilidad ante un estímulo en su entorno.	X		X				
	DIMENSIÓN 2: Mantener							
5	Persiste en una actividad de manera activa.	X		X		X		
6	Olvida un objeto designado.	X		X		X		
7	Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción en una tarea	X		X		X		
8	Retrae posibles respuestas a estímulos irrelevantes en una tarea.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 3: Alternar							
9	Participa en conversaciones con diferentes personas.	X		X		X		
10	Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.	X		X		X		
11	Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.	X		X		X		
12	Percibe varios estímulos y filtra los no deseados logrando cambiar el foco atencional.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 4: Codificar							
13	Recupera información o responde sobre una consigna.	X		X		X		
14	Tiene dificultad para organizar sus actividades.	X		X		X		
15	Sigue instrucciones para terminar las tareas.	X		X		X		
16	Olvida los útiles o actividades diarias.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 5: Estabilizar							
17	Permanece realizando el ejercicio durante un periodo de tiempo.	X		X		X		
18	Evita realizar tareas que le demanden esfuerzo.	X		X		X		
19	Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.	X		X		X		
20	Muestra fuerza mental para realizar una tarea.	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (x) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dr./Mg: Mg. Lissette Johana Layme Blas DNI: 41684532

Especialidad del validador: Mg En Psicología Mención Problemas de Aprendizaje.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

10 de noviembre del 2021

.....
LISSETTE LAYME BLAS
 Mg. Problemas de Aprendizaje
 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

N°	Dimensiones/Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
	DIMENDIÓN 1: Focalizar							
1	Observa atentamente lo presentado.							¿Qué?
2	Selecciona y procesa la información relevante en una actividad.							Especificar qué actividad
3	Presta atención a estímulos ambientales.	x		x		x		
4	Distrae con facilidad ante un estímulo en su entorno.							Corregir para que sea claro
	DIMENDIÓN 2: Mantener							
5	Persiste en una actividad de manera activa.	x		x		x		
6	Olvida un objeto designado.							
7	Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción en una tarea	x		x		x		
8	Retrae posibles respuestas a estímulos irrelevantes en una tarea.							Especificar qué actividad
	DIMENDIÓN 3: Alternar							
9	Participa en conversaciones con diferentes personas.	x		x		x		
10	Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.							
11	Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.	x		x		x		
12	Percibe varios estímulos y filtra los no deseados logrando cambiar el foco atencional.	x		x		x		Importante la edad del niño.
	DIMENDIÓN 4: Codificar							
13	Recupera información o responde sobre una consigna.	x		x				Corregir para que sea claro indicando la actividad.
14	Tiene dificultad para organizar sus actividades.	x		x		x		
15	Sigue instrucciones para terminar las tareas.	x		x		x		
16	Olvida los útiles o actividades diarias.	x		x		x		
	DIMENDIÓN 5: Estabilizar							
17	Permanece realizando el ejercicio durante un periodo de tiempo.	x		x		x		Poner el tiempo promedio
18	Evita realizar tareas que le demanden esfuerzo.	x		x		x		
19	Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.	x		x		x		
20	Muestra fuerza mental para realizar una tarea.							Falta claridad y pertinencia. Poner emociones, comportamiento positivo, etc.

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

Opinión de aplicabilidad: Aplicable () Aplicable después de corregir (x) No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Norma Shuay Maravi..... DNI: 19911015....

Especialidad del validador: Psicología Educativa- Problemas de aprendizaje.....

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

.....13.....de.....11.....del 2021

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
CPs.P.11987

N°	Dimensiones/Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
DIMENSIÓN 1: Focalizar								
1	Observa atentamente la ficha de imágenes diversas que se le presenta.	x		x		x		
2	Selecciona y procesa la información relevante cuando tacha las imágenes iguales que observa en la primera ficha.	x		x		x		
3	Presta atención a estímulos ambientales.	x		x		x		
4	Se distrae con facilidad ante un estímulo en su entorno cuando se realiza la primera ficha de trabajo.	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: Mantener								
5	Persiste en una actividad de manera activa.	x		x		x		
6	Olvida un objeto designado.	x		x		x		
7	Responde a estímulos irrelevantes mostrando distracción cuando realiza la segunda ficha de modelos diferentes.	x		x		x		
8	Retira posibles respuestas a estímulos irrelevantes cuando realizó la segunda ficha de trabajo.	x		x		x		
DIMENSIÓN 3: Alternar								
9	Participa en conversaciones con diferentes personas.	x		x		x		
10	Da una respuesta ante varios estímulos complejos que percibe.	x		x		x		
11	Se adapta rápidamente ante un estímulo complejo de su entorno.	x		x		x		
12	Percibe varios estímulos separando los no deseados logrando cambiar el foco atencional cuando realiza la ficha de trabajo enfocando diferencias.	x		x		x		
DIMENSIÓN 4: Codificar								
13	Recupera información o responde, cuando se le presentan distintas imágenes, donde recordará lo presentado antes.	x		x		x		
14	Tiene dificultad para organizar sus actividades.	x		x		x		
15	Sigue instrucciones para terminar la actividad de la cuarta ficha de trabajo "recuerdo lo que observo"	x		x		x		
16	Olvida los útiles o actividades diarias.	x		x		x		
DIMENSIÓN 5: Estabilizar								
17	Permanece realizando el ejercicio durante un periodo de tiempo (10 min)	x		x		x		
18	Evita realizar tareas que le demanden esfuerzo.	x		x		x		
19	Actúa antes de que se termine de formular una pregunta.	x		x		x		
20	Muestra fuerza mental para realizar la quinta ficha de trabajo "buscando la letra y número"	x		x		x		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): El instrumento posee suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable () Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dr. Ramírez Ríos Alejandro DNI: 07181553 Especialidad del validador: Dr. En Ciencias de la Educación

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota: Suficiencia, se dio suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión. Lima, 15 de noviembre del 2021



FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE

Anexo 06: Base de datos

RESULTADOS DEL INSTRUMENTO GC PRE TEST

RESULTADO DE INSTRUMENTO_GC_PRETEST (1) [Vista protegida] - Excel

Inicio ses.

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?

A1

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
1		Item 01	Item 02	Item 03	Item 04	Item 05	Item 06	Item 07	Item 08	Item 09	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	SUMA
2	estudiante 01	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	4
3	estudiante 02	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16
4	estudiante 03	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	8
5	estudiante 04	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	10
6	estudiante 05	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	8
7	estudiante 06	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	4
8	estudiante 07	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	6
9	estudiante 08	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	11
10	estudiante 09	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	6
11	estudiante 10	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	7
12	estudiante 11	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	12
13	estudiante 12	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	5
14	estudiante 13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	15
15	estudiante 14	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	6
16	estudiante 15	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	11

RESULTADOS DEL INSTRUMENTO GC POS TEST

RESULTADO DE INSTRUMENTO_GC_POST TEST [Vista protegida] - Excel

Inicio ses.

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?

A1

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
1		Item 01	Item 02	Item 03	Item 04	Item 05	Item 06	Item 07	Item 08	Item 09	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	SUMA
2	estudiante 01	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	6
3	estudiante 02	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	14
4	estudiante 03	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	9
5	estudiante 04	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	11
6	estudiante 05	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	9
7	estudiante 06	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	6
8	estudiante 07	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	8
9	estudiante 08	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	12
10	estudiante 09	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	6
11	estudiante 10	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	8
12	estudiante 11	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	11
13	estudiante 12	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	6
14	estudiante 13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	13
15	estudiante 14	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	7
16	estudiante 15	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	11

RESULTADOS DEL INSTRUMENTO GE PRE TEST

RESULTADO DE INSTRUMENTO_GE_PRETEST (1) [Vista protegida] - Excel																						
Inic. ses.																						
Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?																						
A1																						
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
1		item 01	item 02	item 03	item 04	item 05	item 06	item 07	item 08	item 09	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	SUMA
2	estudiante 16	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	7
3	estudiante 17	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	9
4	estudiante 18	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	4	
5	estudiante 19	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	8
6	estudiante 20	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	12
7	estudiante 21	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	8
8	estudiante 22	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	14
9	estudiante 23	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	15
10	estudiante 24	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	7
11	estudiante 25	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	7
12	estudiante 26	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	5	
13	estudiante 27	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	15
14	estudiante 28	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	6	
15	estudiante 29	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	7
16	estudiante 30	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	5	

RESULTADOS DEL INSTRUMENTO GE POS TEST

RESULTADO DE INSTRUMENTO_GE_POST TEST [Vista protegida] - Excel																						
Inic. ses.																						
Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?																						
A1																						
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
1		item 01	item 02	item 03	item 04	item 05	item 06	item 07	item 08	item 09	item 10	item 11	item 12	item 13	item 14	item 15	item 16	item 17	item 18	item 19	item 20	SUMA
2	estudiante 16	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	13
3	estudiante 17	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	12
4	estudiante 18	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	9
5	estudiante 19	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	11
6	estudiante 20	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	14
7	estudiante 21	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	12
8	estudiante 22	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	14
9	estudiante 23	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16
10	estudiante 24	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	12
11	estudiante 25	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	14
12	estudiante 26	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	12
13	estudiante 27	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17
14	estudiante 28	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	11
15	estudiante 29	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	10
16	estudiante 30	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	9

DATA SPSS25 GC - GE PRE TEST

DATA GC_GE PRETEST (1).sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

25: ITEM03_GC

Visible: 66 de 66 variables

	ITEM01_GC	ITEM02_GC	ITEM03_GC	ITEM04_GC	ITEM05_GC	ITEM06_GC	ITEM07_GC	ITEM08_GC	ITEM09_GC	ITEM10_GC	ITEM11_GC	ITEM12_GC	ITEM13_GC	ITEM14_GC
1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1
3	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0
4	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0
5	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0
6	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0
7	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0
8	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0
9	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
10	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0
11	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1
12	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1
14	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0
15	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0

DATA GC_GE PRETEST (1).sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

25: ITEM03_GC

Visible: 66 de 66 variables

	ITEM15_GC	ITEM16_GC	ITEM17_GC	ITEM18_GC	ITEM19_GC	ITEM20_GC	ITEM01_GE	ITEM02_GE	ITEM03_GE	ITEM04_GE	ITEM05_GE	ITEM06_GE	ITEM07_GE	ITEM08_GE
1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0
2	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1
3	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0
4	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0
5	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1
6	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1
7	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1
9	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0
10	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
11	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
12	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1
13	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1
14	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0
15	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1

DATA SPSS25 GC - GE POS TEST

DATA GC_GE POSTEST.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 66 de 66 variables

	ITEM01_GC	ITEM02_GC	ITEM03_GC	ITEM04_GC	ITEM05_GC	ITEM06_GC	ITEM07_GC	ITEM08_GC	ITEM09_GC	ITEM10_GC	ITEM11_GC	ITEM12_GC	ITEM13_GC	ITEM14_GC
1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1
2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1
3	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0
4	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0
5	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0
6	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
7	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0
8	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0
9	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0
10	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0
11	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1
12	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
13	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1
14	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0
15	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0

DATA GC_GE POSTEST.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 66 de 66 variables

	ITEM15_GC	ITEM16_GC	ITEM17_GC	ITEM18_GC	ITEM19_GC	ITEM20_GC	ITEM01_GE	ITEM02_GE	ITEM03_GE	ITEM04_GE	ITEM05_GE	ITEM06_GE	ITEM07_GE	ITEM08_GE
1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
3	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1
4	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1
6	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1
7	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1
8	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
9	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0
10	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1
11	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1
12	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
13	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
14	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0
15	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1



"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para mujeres y hombres"
"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 3 de noviembre de 2021
Carta P. 1163-2021-UCV-VA-EPG-F01/J

Licenciada
Nilda Huarcaya Inga
Directora
I.E José Olaya Balandra 7226- 562

De mi mayor consideración:

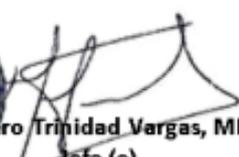
Es grato dirigirme a usted, para presentar a CUBAS JULCA, CATERIN IVEB; identificada con DNI N° 46921574 y con código de matrícula N° 7002488799; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRA, se encuentra desarrollando el trabajo de investigación titulado:

"Programa de gimnasia cerebral para fortalecer la atención en los niños de primer grado de primaria de la I.E José Olaya Balandra 7226-562 del distrito de Villa María del triunfo, 2021"

Con fines de investigación académica, solicito a su digna persona otorgar el permiso a nuestra estudiante, a fin de que pueda obtener información, en la institución que usted representa, que le permita desarrollar su trabajo de investigación. Nuestra estudiante investigador CUBAS JULCA, CATERIN IVEB asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de haber finalizado el mismo con la asesoría de nuestros docentes.

Agradeciendo la gentileza de su atención al presente, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Osmero Trinidad Vargas, MBA
Jefe (e)
Escuela de Posgrado
UCV FILIAL LIMA
CAMPUS LIMA NORTE

Anexo 08: Oficio de respuesta de la Institución Educativa: "José Olaya Balandra" 7226-562



INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 7226-562
"JOSÉ OLAYA BALANDRA"



"Decenio de la igualdad de oportunidades para mujeres y hombres 2020-2027"
"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

OFICIO N° 08 -2021/UGEL01/LE.7226-562-JOB

SEÑOR:

OMMERO TRINIDAD VARGAS

Jefe de Escuela de PostGrado UCV Filial Lima Campus Lima Norte

ASUNTO : *Respuesta a la Carta P. 1163-2021-UCV-VA-EPG-F01/J*

De mi especial consideración:

Tengo el agrado de dirigirme con la finalidad de saludarlo cordialmente y a la vez, hacer de su conocimiento que el Señorita CUBAS JULCA, CATERIN IVEB con documento de identidad No 46921574, estudiante del programa de MAESTRÍA EN PROBLEMAS DE APRENDIZAJE de la Universidad Cesar Vallejo, ha sido aceptado por nuestra Institución Educativa para realizar el trabajo de investigación titulado: "Programa de gimnasia cerebral para fortalecer la atención en los niños de primer grado de primaria de la LE José Olaya Balandra 7226-562 del distrito de Villa María del triunfo, 2021" .

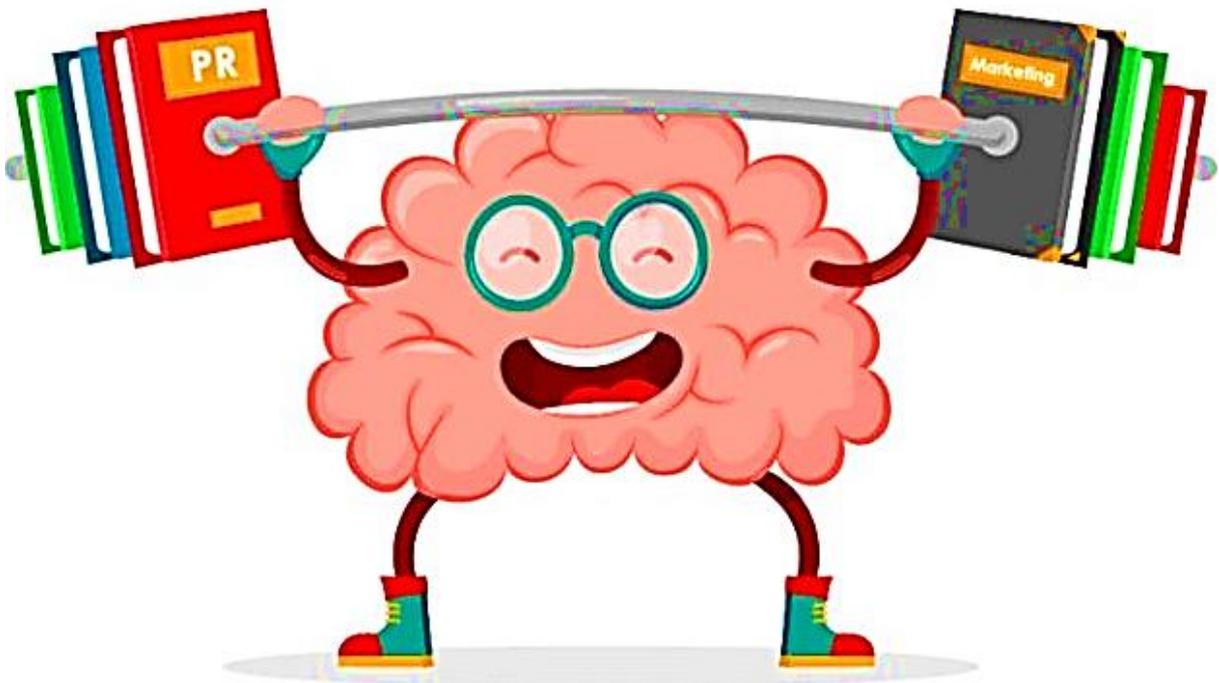
Sin otro en particular me valgo de la oportunidad para expresarle mi especial consideración y estima.

Atentamente.

LIC. NILDAHUARCAYAINGA
Directora I.E. 7226-562 - JOB

**Programa de gimnasia cerebral
para fortalecer la atención en los niños de
primer grado de primaria**

“Soy feliz ejercitándo mi mente”



Br. Caterin Iweb Cubas Julca

2021

“PROGRAMA DE GIMNASIA CEREBRAL PARA FORTALECER LA ATENCIÓN EN NIÑOS DE PRIMER GRADO DE PRIMARIA, I.E 7226- 562 UGEL 01, 2021”

I. Datos informativos:

- Poblacion beneficiaria: Institución Educativa José Olaya Balandra 7226 -562 del distrito de Villa María del Triunfo.
- N° total de asistentes: 15 estudiantes.
- N° de actividades a desarrollar: 10 sesiones
- Tiempo de actividad: 45 minutos por sesión
- Duración del programa: 1 mes
- Responsable: Caterin Iweb cubas Julca

II. Antecedentes:

Los estudiantes están inmersos en distintas situaciones afrontando cargas económicas, socio- emocionales, que repercuten en el contexto académico, generando un bajo rendimiento en su proceso de aprendizaje; si bien son factores que influyen, tambien se ha podido observar que presentan problemas en su atención, la cual conlleva a que se distraigan con facilidad, a que tengan frustración, estrés y esto imposibilita el desarrollo fructífero en la construcción de su aprendizaje.

Es debido a ello que los docentes juegan un rol muy crucial; para frenar ésta problemática, y eso lo harán posible con estrategias innovadoras, progresivas y acordes a cada necesidad de los niños. Por ello que mediante la metodología conocida como Brain Gym, se busca estimular las dimensiones de enfoque, lateralidad y concentración, en las actividades propuestas.

En consecuencia, se ha visto oportuno diseñar un programa de gimnasia cerebral, para fortalecer la atención en los niños de primer grado de la Institución educativa José Olaya balandra; pues con las distintas actividades de movimiento que forman parte del mismo, se activaran los hemisferios cerebrales (las neuronas); permitiendo un mejor funcionamiento y por ende una mayor atención.

III. Objetivo general:

Fortalecer la atención mediante el programa de gimnasia cerebral en los estudiantes de primer grado de primaria de la Institución Educativa José Olaya Balandra 7226 - 562.

IV. Meta:

Se espera que la gran mayoría de estudiantes de mencionada Institución que participan en éste programa fortalezcan su atención.

V. Estrategias metodológicas:

Actividades previas

Antes del desarrollo de la actividad, se iniciará con una dinámica; la cual permitirá que los niños se motiven y estén activos para seguir con la ejecución de los ejercicios centrales.

Actividades centrales

En esta secuencia de actividades se desarrollará los ejercicios de gimnasia cerebral en un período de 45 minutos.

Actividades finales

En esta etapa se pondrá énfasis en la celebración; la cual es importante como cierre de actividad para reafirmar los nuevos aprendizajes asimismo en la integración de los niños.

VI. Cronograma:

N°	DENOMINACIÓN	FECHA	DURACIÓN
1	Conozco y aprendo sobre la Gimnasia cerebral	22/11	45 minutos
2	Interiorizando mi PACE	26/11	45 minutos
3	Ejercitamos los botones del cerebro	29/11	45 minutos
4	Practicamos las marchas cruzadas	03/12	45 minutos
5	Nos movemos como animales	06/12	45 minutos
6	Me divierto al trazar y representar	08/12	45 minutos
7	Me estiro y atiendo mejor	10/12	45 minutos
8	Cuerpitos en movimiento	13/12	45 minutos
9	Jugamos formando el ocho	15/12	45 minutos
10	Clausura Del Programa De Gimnasia Cerebral: “Soy feliz ejercitándo mi mente”	17/12	45 minutos

VII. Recursos:

Internet

Zoom

Video llamada

WhatsApp

YouTube

Audios

Láminas de ejercicios de Gimnasia cerebral.

VIII. Evaluación:

En cuanto a la evaluación general será mediante el test U- Mann Whitney utilizando el software estadístico SPSS 25 y Microsoft Excel como una hoja de cálculo desarrollada para Windows, con la finalidad de evaluar la atención de los niños de primer grado de mencionada Institución.

SESIÓN 1: “CONOZCO Y APRENDO SOBRE LA GIMNASIA CEREBRAL”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Conocer las actividades de la gimnasia cerebral y su importancia.</p>	<p>BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN</p> <p>Se les dará la bienvenida a los niños, enviándoles de manera virtual, unos stickers con su nombre.</p> <p>ACTIVIDAD PREVIA:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada: " ¡Qué divertida presentación!!" la responsable realiza las indicaciones, que consiste en que cada estudiante piensa en un animal que comienza por la misma letra de su nombre, por ejemplo: (hola yo soy milagros y mi animal es el mono), seguido el otro estudiante hace lo mismo, pero además debe decir de sus compañeros que ya se han presentado, por ejemplo: (carlos diría, yo soy carlos y mi animal es el cocodrilo, ella es milagros y su animal es el mono) y así sucesivamente hasta completar, en el caso que alguien se equivoque, empezara de nuevo (de cero) hasta completar, el ultimo dirá todos los nombres de sus compañeros.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Stickers con nombres</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Se conversará con los niños sobre el objetivo del programa que participaran, asimismo se realizará una breve y clara explicación del programa y actividades en general a desarrollar.</p> <p>Se mostrará un video de gimnasia cerebral (Brain Gym)</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Video de Brain Gym (YouTube) Brain Gym o gimnasia cerebral - YouTube</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños envían un abrazo virtual y gritan: ¡lo logramos! ¡Si pudimos! Al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>



Marcha Cruzada

ACTIVO



Parte I



Parte II

Gancho

POSITIVO



Botones del Cerebro

CLARO

ENERGÉTICO



Beber Agua

SESIÓN 2: "INTERIORIZANDO MI PACE"

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral.</p> <p>ACTIVIDAD PREVIA:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada: " Los colores" la responsable realiza las indicaciones, que consiste en lo siguiente: la responsable dirá un color a cada niño, y luego dirá algunas acciones que deben realizar según el color designado, los rojos saltan, los amarillos aplauden, los verdes gritan, los azules se ríen y los morados silban. Lo realizaran de manera lenta y luego más rápida).</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Manchas de colores</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños observaran y escucharan el video conocido como PACE, seguido se pide la participación de ellos y se socializa sobre de que trata y porque es importante "el PACE, es importante conocer como se siente nuestro cuerpo, nuestro cerebro debe estar preparado con cuatro ejercicios: tomar agua, botones del cerebro, marcha cruzada y ganchos de Cook).</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Video de PACE PACE: Ejercicios de gimnasia cerebral - YouTube GAbby VidAI PACE Brain Gym - YouTube Lámina del PACE</p>
	<p>¡CELEBRALO!</p> <p>Cada niño expresa de manera libre como se sintió y que logro de la actividad. Al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>

ENCUENTRA TU PACE

**E
N
E
R
G
E
T
I
C
O**



BEBER AGUA

**C
L
A
R
O**



BOTONES DEL CEREBRO

**A
C
T
I
V
O**



MARCHA CRUZADA

**P
O
S
I
T
I
V
O**



GANCHOS POSITIVOS

SESIÓN 3: “EJERCITAMOS LOS BOTONES DEL CEREBRO”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada:” Secuencia de manos” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños realizaran movimientos con sus manos siguiendo una secuencia (abrirán una mano y la otra la cerraran al mismo tiempo de manera alterna, luego tocaran con el dedo pulgar cada uno de los dedos de la mano en orden) Lo realizaran en distinta velocidad de manera lenta y luego más rápida.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet (adivinanza) Lámina de manos</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños antes de iniciar con los ejercicios del PACE, recordarán los cuatro ejercicios para preparar el cerebro: tomar agua, botones del cerebro, marcha cruzada y ganchos de Cook.</p> <p>Luego realizaran los ejercicios de botones (botones del cerebro, botones del equilibrio, botones del espacio, botones de tierra) presentes en la lámina que se les mostró y también conocerán sus beneficios.</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Agua Lámina de los botones Botones del espacio - YouTube Gimnasia cerebral “Botones de la tierra” - YouTube Botones del cerebro - YouTube BOTONES DE EQUILIBRIO - YouTube Hojas bond Lapiceros Colores Plumones</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Cada niño expresa de manera libre los cambios y sensaciones que experimento su cuerpo. Al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>



BOTONES DE TIERRA



BOTONES DE ESPACIO



SESIÓN 4: “PRACTICAMOS LAS MARCHAS CRUZADAS”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada: “Manos en movimiento” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños tocarán con una mano la nariz y con otra mano tocarán la oreja y van cambiando al tiempo cuando aplaudan una vez. Lo realizaran de manera lenta y luego más rápida.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Lamina de mano, nariz y oreja.</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños realizarán diferentes trazos de manera libre en una hoja bond usando los dedos de las manos y temperas del color que prefieran. Seguido recordarán los cuatro ejercicios para preparar el cerebro: tomar agua, botones del cerebro, marcha cruzada y ganchos de Cook.</p> <p>Seguido observaran la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral a realizar en la sesión y escucharan el nombre de cada uno de ellos (marcha cruzada, mecedora, marcha cruzada en el suelo, respiración del vientre, beber agua y lo ejecutarán.</p> <p>Marcha cruzada - Ejercicios para el manejo de ansiedad y estrés infantil - YouTube</p> <p>Ejercicio la Mecedora lateral - Valeria Farfán - YouTube</p> <p>#24 GIMNASIA CEREBRAL Y RESPIRACIÓN - YouTube</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Hoja bond Temperas Agua Lámina de los ejercicios Alfombra, tapete, colchoneta, tela, etc.</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños abrazan algún familiar que los acompaña y al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>

MARCHA CRUZADA



MARCHA CRUZADA EN EL SUELO





LA MECEDORA



ACTIVA EL CEREBRO PARA

Habilidad para trabajar en el campo central

Concentración

Aptitudes para el estudio

Destreza de la visión izquierda y derecha

Facilidad para sentarse correctamente en una silla

Coordinación mano-ojo

APLICACIONES EN LA ENSEÑANZA

Trabajo con máquinas:

computadores

vehículos de motor.

BRAIN GYM
International

MECEDORA



SESIÓN 5: “NOS MOVEMOS COMO ANIMALES”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral que les ayudara a desarrollar su imaginación y creatividad.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada: “El rey manda” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: la responsable dirá: el rey manda que traigan unos lentes, el rey manda que traigan un sombrero o gorro, el rey manda que traigan una mascarilla, el rey manda que traigan una chalina, luego de haber encontrado todo lo solicitado, la responsable dice el rey manda que se pongan todo lo que han encontrado de manera que se estarán caracterizándose y luego se moverán libremente.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Objetos de casa.</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños conocerán la forma correcta de relajarse y como debemos respirar, Seguido recordarán los ejercicios del PACE (pasivo, activo, claro y energético).</p> <p>Luego observaran la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral a realizar en la sesión, las cuales se nombrarán (elefante, giros del cuello, el búho, energizador a fin de que se familiaricen y lo aprendan, cuando se les menciones como lo deben ejecutar.</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Agua Lámina del PACE Lámina de los ejercicios</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños compartirán su experiencia de la sesión, responderán como se sintieron, que les gusto más y por qué, si les pareció difícil o fácil y al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>

ELEFANTE



GIROS DEL CUELLO



EL BUHO



ENERGETIZADOR

SESIÓN 6: “ME DIVIERTO AL TRAZAR Y REPRESENTAR”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral que les ayudara a desarrollar su imaginación, creatividad y atención.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizaran una dinámica denominada: “Buscando mi laberinto” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños dibujaran con ayuda de un lápiz un laberinto en una hoja bond, seguido se les pedirá que se dibujen ellos mismo donde inició su laberinto, luego con ayuda de su dedo índice y témpera empezarán a delinear desde donde terminaron hacia su dibujo.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Hoja bond L�piz Plumón grueso /T�mpera</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los participantes tendrán el reto de realizar el sonido de una vocal por un minuto.</p> <p>Los niños recordarn y practicarán los ejercicios del PACE (pasivo, activo, claro y energético).</p> <p>Luego observaran la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral que van a practicar en la sesión, las cuales son los siguientes: doble garabato, bostezo energético, gorro de pensar, puntos positivos.</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Agua Lámina del PACE Hoja bond Dos colores o dos lápices Lámina de los ejercicios</p>
	<p>�CELEBRALO!</p> <p>Los niños expresarn como se sintieron y porque se sintieron asi y al finalizar tos juntos repiten “lo logramos, somos los mejores”, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas Música clásica</p>



DOBLE GARABATO



BOSTEZO ENERGÉTICO



GORROS DE PENSAR

SESIÓN 7: “ME ESTIRO Y ATIENDO MEJOR”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizarán una dinámica denominada: “La marioneta” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: la responsable dirá: soy una marioneta muy divertida y me gusta mover mi cabeza, todos los niños repiten la frase y mueven la parte de su cuerpo que se haya mencionado como si fueran unas marionetas, a continuación otro niño dice la misma frase pero le agrega otra parte del cuerpo, de modo que se van incorporando las partes del cuerpo, en una secuencia lógica (cabeza, cuello, hombros, hasta llegar a los pies).</p>	10 MINUTOS	Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Foto de marioneta
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños practicarán el PACE, realizando los cuatro ejercicios para preparar el cerebro: tomar agua, botones del cerebro, marcha cruzada y ganchos de Cook.</p> <p>Luego se procederá a ejecutar los ejercicios de la gimnasia cerebral, que se encuentran en la lámina mostrada a los niños, las cuales son: activación del brazo, flexores del pie, balanceo de gravedad, bombeo de pantorrilla, conector, asimismo se mostrara unos videos de los ejercicios presentados, a fin de que se familiaricen, aprendan y lo practiquen.</p>	30 MINUTOS	Voz Agua Lámina del PACE Lámina de los ejercicios Videos:
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños compartirán una palabra positiva, la cual lo repetirán todos juntos y al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación en la sesión.</p>	5 MINUTOS	Voz Gestos/sonidos/miradas



SESIÓN 8: “CUERPITOS EN MOVIMIENTO”

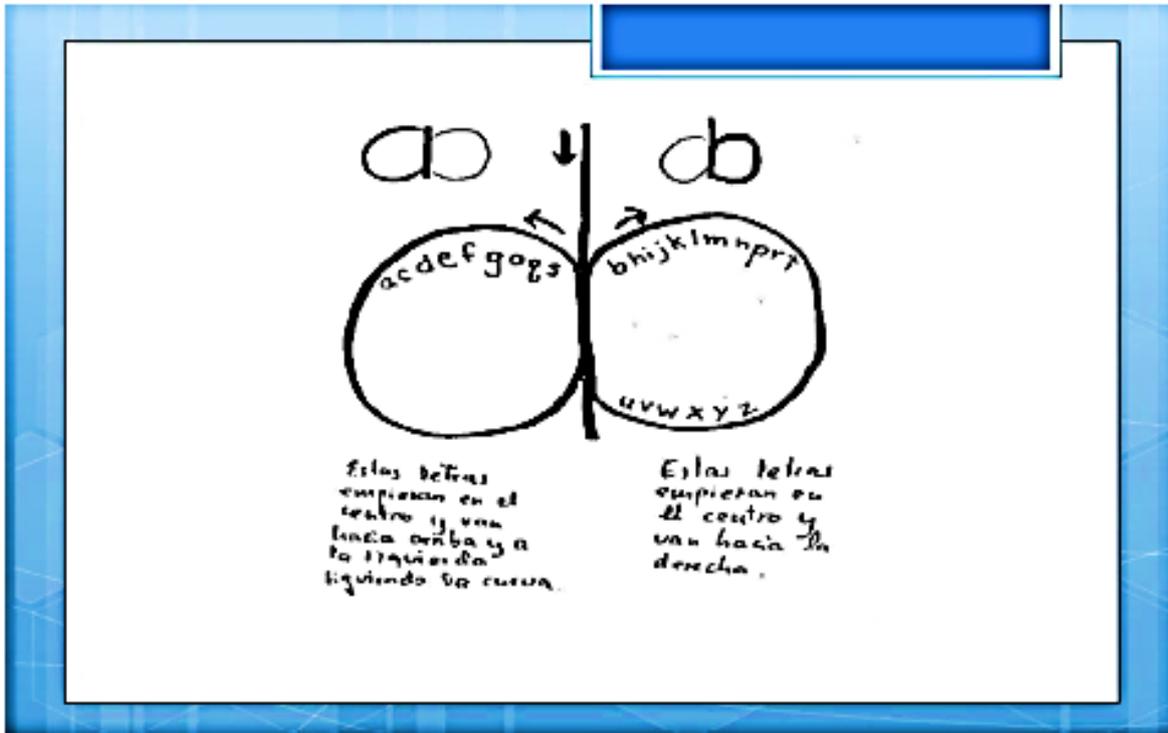
OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral que les permitirá desarrollar las tres dimensiones.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizarán una dinámica denominada: “Baila con tu amigo invitado” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños bailarían una canción que escuchan, realizando diversos movimientos con su cuerpo, seguido cuando terminen de bailar se le pedirá que inviten a un amigo (un familiar o un peluche, un muñeco, etc), y tendrán que bailar con el invitado.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet Canción de movimiento Muñeco, peluche o algún familiar.</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños recordarán los ejercicios del PACE (pasivo, activo, claro y energético) y practicarán los cuatro ejercicios para estimular su cerebro.</p> <p>Luego observarán la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral a realizar en la sesión, los cuales son: piensa en una X, marcha cruzada con globo y respiración de vientre.</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Agua Lámina del PACE Lámina de los ejercicios Videos: Globos de colores</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños escucharán una música clásica y realizarán respiraciones y al finalizar aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>



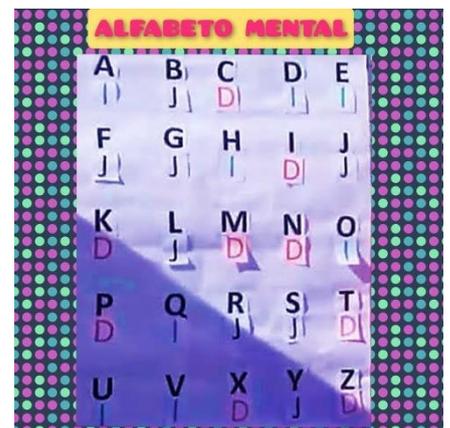
SESIÓN 9: “JUGAMOS FORMANDO EL OCHO”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
<p>Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.</p>	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral que les permitirá desarrollar las tres dimensiones.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizarán una dinámica denominada: “Dibujos al aire” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños observarán a la responsable quien dibujará distintos objetos, animales, figuras, letras, números, etc, desde los más fácil a lo más complicado, los niños tendrán que estar atentos y adivinar los dibujos realizados.</p>	<p>10 MINUTOS</p>	<p>Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet</p>
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños practicarán el juego del abecedario mental con el fin de integrar los dos hemisferios del cerebro, para lo cual se les enseñará la imagen del abecedario, donde en cada letra estará colocado la (D, que significa, derecha), (la J, que significa, juntos), (la I, que significa izquierda), seguido ellos observarán y pronunciarán la letra y realizaran el movimiento del brazo de acuerdo a lo que significa cada letra; por ejemplo, cuando vean la letra A, dirán A y levantarán el brazo, izquierdo, seguido dirán B y levantarán los dos brazos, luego C y levantarán el brazo derecho y así sucesivamente según el abecedario presentado. Seguido recordarán los ejercicios del PACE (pasivo, activo, claro y energético).</p> <p>Luego observaran la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral a realizar en la sesión, las cuales se nombrarán, a fin de que lo aprendan y lo practiquen, éstos son: ocho alfabético, ocho perezoso.</p>	<p>30 MINUTOS</p>	<p>Voz Agua Lamina del abecedario mental Lámina del PACE Lámina de los ejercicios Videos:</p>
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños compartirán su experiencia de la sesión y al finalizar todos realizarán un grito mudo y fuerte, celebrando el esfuerzo de su participación.</p>	<p>5 MINUTOS</p>	<p>Voz Gestos/sonidos/miradas</p>

OCHO ALFABÉTICO



OCHO PEREZOSO



SESIÓN 10: CLAUSURA DEL PROGRAMA DE GIMNASIA CEREBRAL: “SOY FELIZ EJERCITÁNDO MI MENTE”

OBJETIVO	ACTIVIDAD	TIEMPO	MATERIALES/R ECURSOS
Desarrollar ejercicios dinámicos que ayuden a fortalecer la atención.	<p>BIENVENIDA</p> <p>Se da la bienvenida a los niños y se les agradece por su participación en el programa gimnasia cerebral que les permitirá desarrollar las tres dimensiones y se agradecerá por su asistencia.</p> <p>ACTIVIDADES PREVIAS:</p> <p>Los niños realizarán una dinámica denominada: “hablo sin hacer sonido” la responsable brinda las indicaciones, que consiste en lo siguiente: los niños tendrán que estar atentos, observando la palabra que la responsable les comunicará a través de la pantalla.</p>	10 MINUTOS	Voz Zoom, meet, video llamada (WhatsApp) Internet
	<p>ACTIVIDAD CENTRAL:</p> <p>Los niños empezarán realizando una actividad llamada: “Sigo las indicaciones” donde los niños van a dibujar de acuerdo a lo que la responsable le indique, por ejemplo: en el centro de la hoja van a dibujar una casa, a lado derecho de la casa te vas a dibujar, arriba de la casa vas a dibujar unos pajaritos, al lado izquierdo de la casa vas a dibujar un árbol, debajo del árbol...seguido recordaran los ejercicios del PACE (pasivo, activo, claro y energético).</p> <p>Luego observaran la lámina de los ejercicios de la gimnasia cerebral a realizar en la sesión, las cuales se nombrarán (con el objetivo de que lo aprendan y practiquen, los cuales son: ocho perezoso, doble garabato, búho, marcha cruzada, energizador).</p>	30 MINUTOS	Voz Hoja bond Lápices Colores Plumones Agua Lámina del PACE Lámina de los ejercicios
	<p>¡CELÉBRALO!</p> <p>Los niños responderán a las preguntas: ¿Qué aprendieron? ¿Cómo se sintieron? ¿Qué les gusto de las actividades realizadas durante el programa?, al finalizar todos dicen: “lo logramos” y aplauden todos, celebrando el esfuerzo de su participación.</p> <p>*se le entrega a cada niño un diploma y una sorpresa, por su participación en el programa y por su esfuerzo.</p>	5 MINUTOS	Voz Gestos/sonidos/miradas Sorpresa/ diploma
	Al finalizar se realiza la aplicación del post test de la atención a los que participaron. SE DA CLAUSURA AL PROGRAMA: “SOY FELIZ EJERCITANDO MI MENTE”		Test de atención (post test)

OCHO PEREZOSO

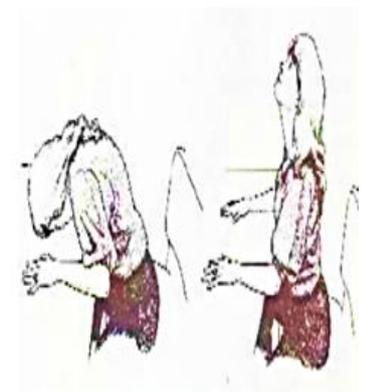


DOBLE GARABATO

EL BUHO



MARCHA CRUZADA

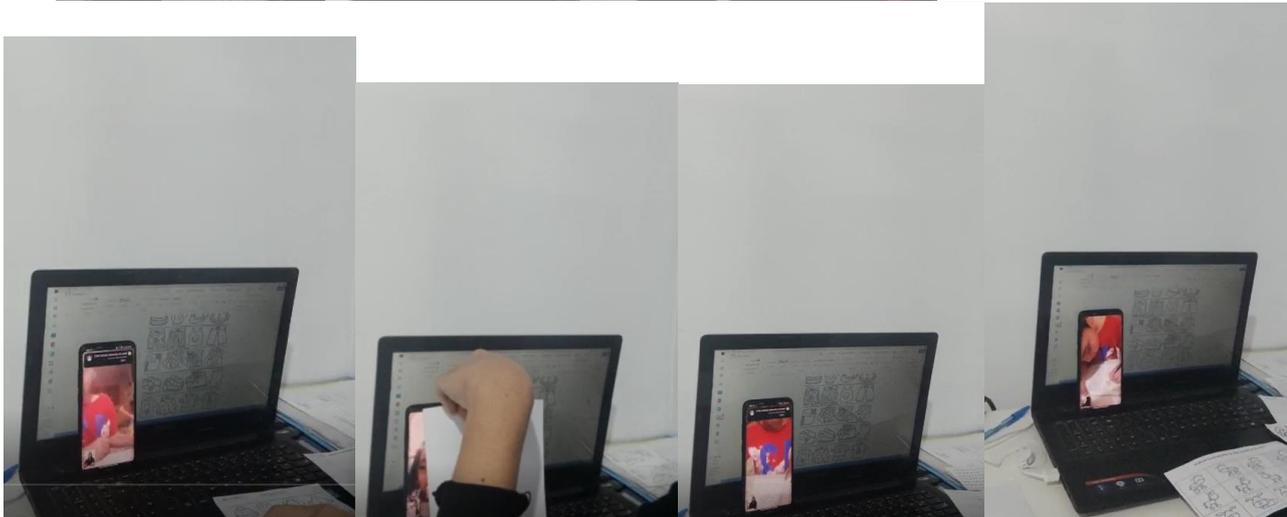
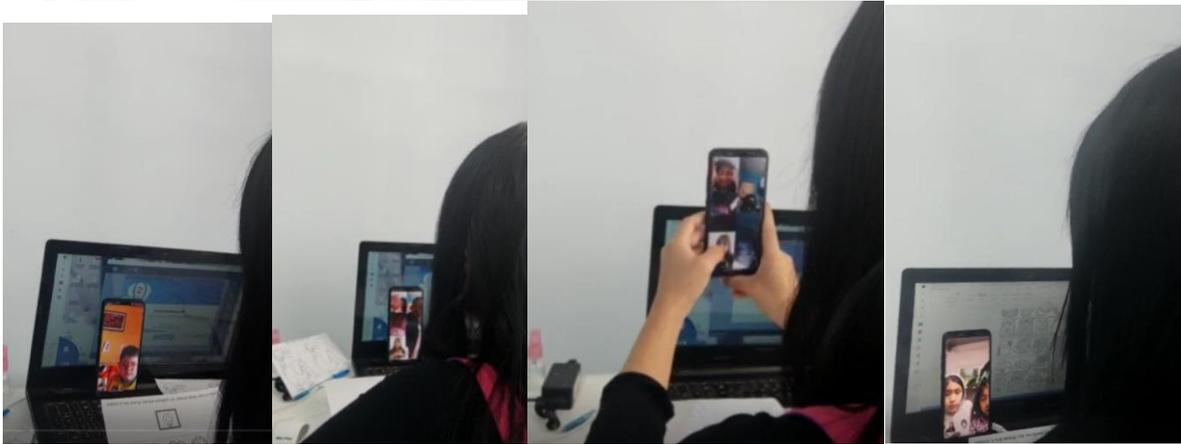
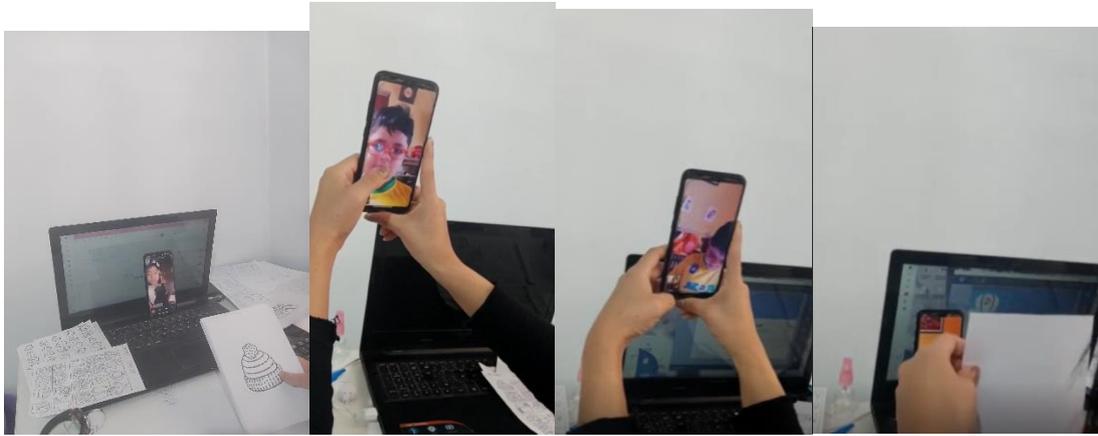


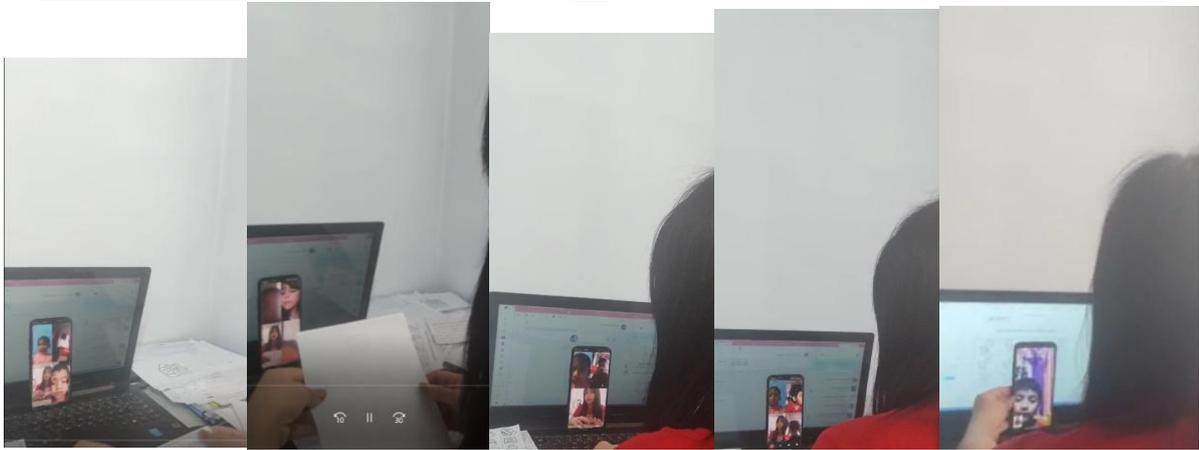
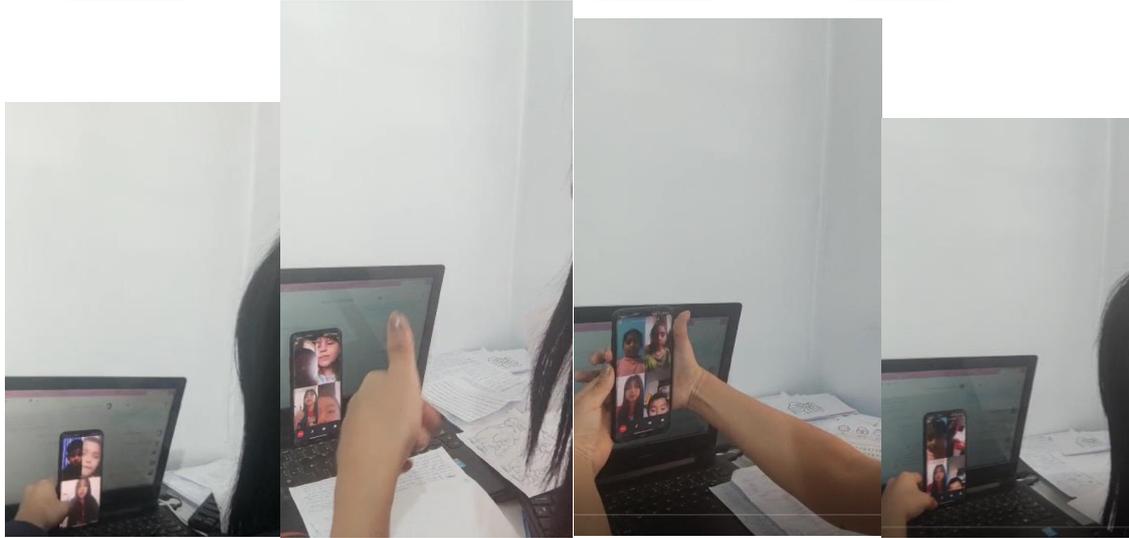
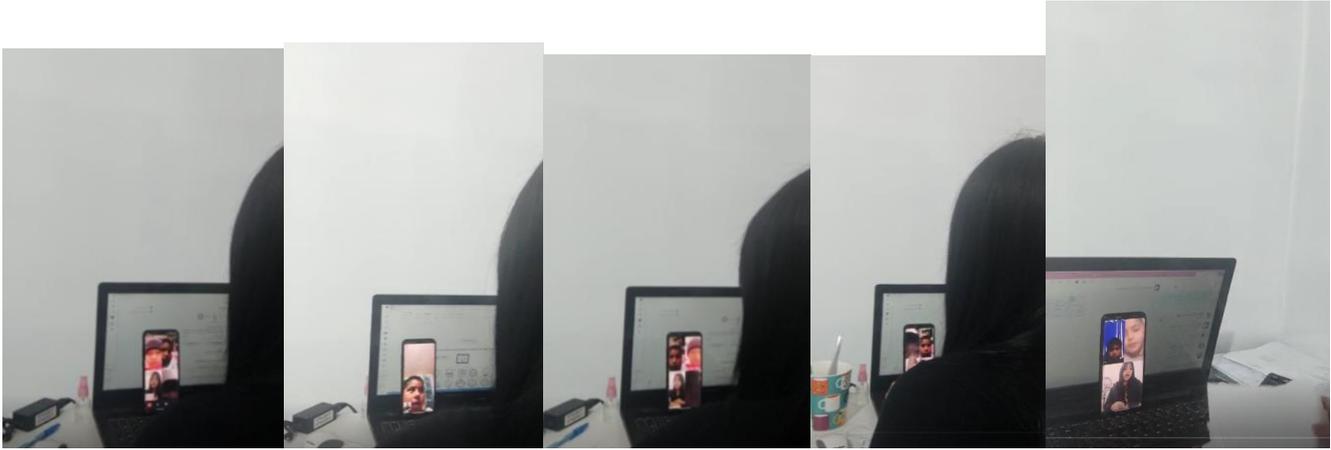
ENERGETIZADOR

Ar
11

Anexo 10: Evidencias Fotográficas

EVIDENCIAS PRETEST GRUPO CONTROL Y EXPERIMENTAL





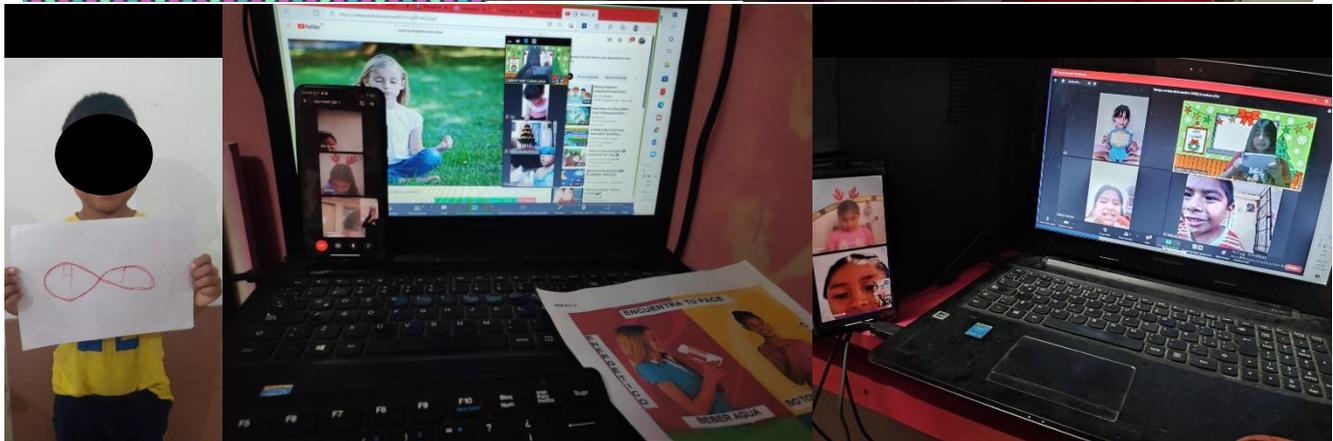
EVIDENCIAS POSTEST GRUPO CONTROL Y EXPERIMENTAL

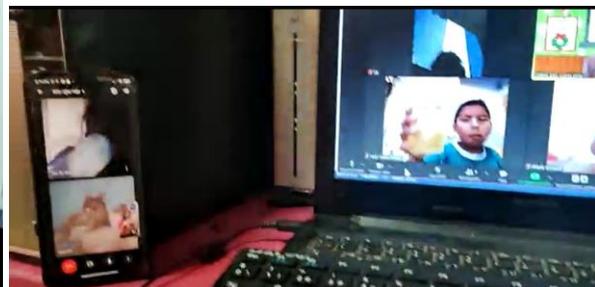


EVIDENCIAS CLAUSURA- ENTREGA DE DIPLOMA Y SORPRESA



EVIDENCIAS APLICACIÓN DEL PROGRAMA “SOY FELIZ EJERCITÁNDO MI MENTE”







EVIDENCIAS SESIONES Y VIDEOS DE EJERCICIOS

