



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL

Programa del Mindfulness para el desarrollo de las
habilidades sociales en infantes de 4 años, Lima-2022.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Educación Inicial

AUTORAS:

Riveros Morales, Milushka Antuaneth (orcid.org/0000-0003-4782-1853)

Espinal Prado, Flor de Maria Elizabeth (orcid.org/0000-0002-8431-1417)

ASESORA:

Dra. Michca Maguiña, Mary Hellen Mariela (orcid.org/0000-0001-7282-5595)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

LIMA - PERÚ

2022

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación lo dedicamos en primer lugar a Dios que fue el principal inspirador y la fortaleza para continuar en este proceso para lograr obtener nuestro título. A nuestros padres, por su apoyo incondicional, por su amor y por llegar hasta aquí, gracias a ustedes hemos logrado convertirnos en lo que somos. Ha sido un orgullo y privilegio ser sus hijas, son los mejores padres.

Agradecimiento

Agradezco
a la universidad
César Vallejo y a
las docentes de
proyecto de
investigación por sus
enseñanzas

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	ii
Agradecimiento.....	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	iv
ÍNDICE DE TABLAS	v
ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS	vi
Resumen	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN.....	10
II. MARCO TEÓRICO	12
III. MÉTODO.....	20
3.1 Tipo y Diseño de investigación.....	20
3.2. Operacionalización de las Variables.....	20
3.3. Población, muestra y muestreo	21
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección datos.....	22
3.5. Procedimientos.....	22
3.6. Métodos de Análisis de datos.....	23
3.7. ASPECTOS ÉTICOS:	23
IV RESULTADOS.....	24

V DISCUSIÓN	37
VI. CONCLUSIONES.....	40
VII RECOMENDACIONES.....	43
REFERENCIAS	44
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Frecuencias y porcentajes de la variable habilidades sociales</i>	<i>24</i>
<i>Tabla 2: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades básicas .</i>	<i>25</i>
<i>Tabla 3: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades avanzadas</i>	<i>26</i>
<i>Tabla 4: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos</i>	<i>27</i>
<i>Tabla 5: Frecuencias y Porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a las alternativas a la agresión en infantes de 4 años de inicial en la medición pre test y post test.</i>	<i>29</i>
<i>Tabla 6: Rangos habilidades sociales</i>	<i>30</i>
<i>Tabla 7 Estadísticos de prueba habilidades sociales</i>	<i>30</i>
<i>Tabla 8: Rangos habilidades básicas</i>	<i>31</i>
<i>Tabla 9: Estadísticos de prueba habilidades básicas</i>	<i>32</i>
<i>Tabla 10: Rangos habilidades avanzadas</i>	<i>32</i>
<i>Tabla 11: Estadístico de prueba habilidades avanzadas</i>	<i>33</i>
<i>Tabla 12: Rangos de habilidades relacionadas a los sentimientos.....</i>	<i>34</i>
<i>Tabla 13: Estadísticos de prueba de habilidades relacionadas a los sentimientos</i>	<i>34</i>
<i>Tabla 14: Rangos habilidades relacionadas a las alternativas de agresión.....</i>	<i>35</i>
<i>Tabla 15: Estadísticos de prueba relacionadas a las alternativas a la agresión.....</i>	<i>36</i>

ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

<i>Figura 1: Frecuencias y porcentajes de la variable habilidades sociales ...</i>	<i>24</i>
<i>Figura 2: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades básicas</i>	<i>25</i>
<i>Figura 3: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades avanzadas</i>	<i>27</i>
<i>Figura 4: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a los</i>	<i>28</i>
<i>Figura 5: Frecuencias y Porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a las alternativas a la agresión</i>	<i>29</i>

Resumen

Esta indagación tuvo como objetivo principal determinar la influencia del programa del Mindfulness en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de una institución educativa, Lima, 2022 se empleó como metodología el enfoque cuantitativo, con un diseño pre experimental en niños de 4 años, empleando como técnica la observación y como instrumento la ficha de observación. Se empleó, la prueba Wilcoxon dando como resultado que el empleo de programa mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades sociales con un P-valor de 0.705 mayor al 0.05, por ello se rechazó la hipótesis alterna. Sin embargo, en lo que respecta a la dimensión habilidades relacionadas alternativas a la agresión se probó que el programa de mindfulness influye de manera positiva con un valor de 0,014 menor a 0,05 por ende se aceptó la hipótesis del investigador. Asimismo, se recomienda que los padres practiquen esta técnica de meditación en sus hijos y que los futuros investigadores estudien estas variables.

Palabras clave: Destrezas sociales, mindfulness, infantes

Abstract

This investigation has as its main objective to determine the influence of the Mindfulness program on the development of social skills in infants of an educational institution, Lima, 2022. The quantitative approach was used as a methodology, with a pre-experimental design in 4-year-old children, using as a technical observation and as an instrument the observation sheet. The Wilcoxon test was used, giving as a result that the use of the mindfulness program does not influence the development of social skills with a P-value of 0.705 greater than 0.05, therefore the alternative hypothesis was rejected. However, with regard to the dimension of skills related to alternatives to aggression, it was proven that the mindfulness program influences positively with a value of 0.014, less than 0.05, therefore the researcher's hypothesis was accepted. Likewise, it is recommended that parents practice this meditation technique on their children and that future researchers study these variables.

Keywords: Social skills, mindfulness, infants

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos años los niños se tuvieron que adaptar a usar herramientas digitales debido al COVID 19, generando que estén continuamente frente a una tableta, computadora o equipo para realizar sus clases virtuales. Debido a ello perdieron la comunicación con niños de su misma edad. Según Carrizalez y Gaitán (2021) menciona que las destrezas de interacción son maneras de relacionarse con los semejantes que generan relaciones con otros individuos sanas y auténticas.

En efecto, a nivel internacional Unicef (2022) menciona referente a las destrezas de interacción, sirven para solucionar dificultades, dialogar de forma efectiva y expresar con precisión las emociones, ideas y tomar acción para mantener conexiones firmes y duraderos. Unicef Argentina (2021) Fundamenta que, tras la pandemia los infantes de edad preescolar han tenido que vivir aislados y con muy poca interacción, en dicha investigación se estableció que el 38.56% están iniciando el aprendizaje de aptitudes sociales. Por otro lado, el 42% de los menores tenían perturbadoras alteraciones a la hora de dormir, así mismo el 15% de los niños reflejaban una dificultad en relación a la comunicación.

Por otra parte, a nivel nacional, en la investigación de Suarez y Quispe (2018) fundamentan que en la ciudad de Huancavelica (Perú), se observó el nivel de progreso de habilidades sociales en infantes, donde evaluaron a niños de preescolar y llegaron a determinar tras un cuestionario el nivel en el que estaban los niños respecto a sus habilidades tanto cognitivas, emocionales y de conducta saliendo como resultado bajo 0%, regular 27% y por último alto 73%. Cabe indicar que el proceso de tener una interacción social favorable en niños de preescolar, comienza a una edad temprana, como en estados de juegos con niños de su misma edad y sobre todo el uso de materiales didácticos, los cuales propician un mayor aporte en el desarrollo de sus destrezas de interacción. Palacios (2021) mencionan que se observaron que existen dificultades de atención y desarrollo de habilidades sociales, donde las prácticas dinámicas realizadas formaron un instrumento útil y dinámico de apertura que admite a los infantes a analizar y conectarse con su interna forma

de ser paulatinamente, donde florece el discernimiento más que la contención. Como resultado de esta comprensión que la investigación de situaciones internas, utilizando como práctica el mindfulness, posibilita de que estos sean paradigmas como prácticas concretas de enseñanza entendidos como una representación de conexión con los semejantes.

A nivel local se observó que los infantes de 4 años de una I.E, tras el retorno a clases presenciales presentaron problemas de empatía, falta de atención, y problemas para interactuar con otros niños de la misma edad, problemas de conducta agresiva lo que ocasiona conflictos e interrupciones, retrasando el desarrollo de la clase.

Por lo tanto, el problema en general fue ¿Cómo influye el programa del Mindfulness en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de una institución educativa? y los problemas específicos son ¿Qué efectos tiene programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa?, ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa?, ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades relacionadas a los sentimientos en infantes de una institución educativa?, ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa?

Ante esta problemática, el mindfulness podría ser una opción de solución para desarrollar las habilidades de interacción de los infantes, según Naranjo (2020) fundamenta que esta técnica otorga beneficios en la educación como la autorregulación, gestión de emociones, empatía, lo que ayuda al alumno a interactuar con sus compañeros mostrando un mejor manejo de sus sentimientos en una situación adversa.

Por otro lado, el objetivo principal fue: Determinar la influencia del programa del Mindfulness en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de una institución educativa. Los objetivos específicos son a) Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo las habilidades básicas en infantes de una institución educativa b) Determinar la influencia del programa de Mindfulness

en el desarrollo de habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa

c) Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades relacionadas a los sentimientos en infantes de una institución educativa

d) Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa.

El estudio se justificó de forma teórica, porque el mindfulness es una didáctica innovadora que podría permitir en el adquirir o de las destrezas de interacción como una agrupación de conductas que ayudan a tener una mejor convivencia en el aula, así mismo, la investigación dejó ver la forma en que interactúan los niños de 4 años de una I.E, del mismo modo se estudió las siguientes dimensiones, destrezas básicas, destrezas avanzadas, destrezas relacionadas a los sentimientos y destrezas alternativas a la agresión.

Del mismo modo, la indagación se justificó metodológica, debido a que servirá como base para futuros investigadores de tipo cuasi experimental se aplicó una prueba, antes de llevar a cabo el taller de mindfulness para recolectar los datos posteriormente se aplicó el test posterior con la el objetivo de establecer los efectos del taller en infantes de 4 años de una I.E, por ello, se utilizó pruebas estadísticas que sirvió para dar respuesta a las hipótesis.

En lo que respecta a la justificación práctica, la indagación tuvo como propósito dar solución a la problemática, ya que se observó actitudes violentas y dificultad para interactuar en los sujetos de estudio. Por ello se aplicó el programa de mindfulness con el objetivo de investigar sobre el desarrollo de habilidades sociales en 26 infantes de 4 años de una I.E, asimismo, se aplicó didácticas dividido en 15 sesiones que buscaban regular las emociones a través de ejercicios de respiración y meditación.

Por otro lado, se espera que profesores de nivel básico puedan emplear el programa del Mindfulness para el progreso de habilidades sociales en los colegios. La hipótesis general es: El empleo del programa del Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una I.E, Lima, 2022. y las hipótesis específicas son a) El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una I, E b) El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en

infantes de una I.E c) El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades relacionadas a los sentimientos en infantes de una I.E d) El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades alternativas a la agresión en infantes de una I.E.

II. MARCO TEÓRICO

Respecto a los hallazgos Internacionales que guardan similitud con la investigación se encuentra en España Pacheco (2018) mencionó en su artículo *Mindfulness: Full attention in early childhood education* con el objetivo de analizar la atención plena en la educación inicial, la indagación fue cuantitativa, los sujetos de estudio fueron 176 infantes. Se aplicó un cuestionario, se obtuvo como resultado que los programas de intervención diseñados de atención para tratar a los infantes a través de actividades les permitieron tomar más conciencia de su propio cuerpo, respiración, emociones y de los de sus compañeros. Concluyo que los programas de Mindfulness permiten mejorar la atención, tienen a su disposición una poderosa herramienta que les ayuda a afrontar la vida con mayor conciencia y profundidad, lo que se traduce en mejoras significativas en sus relaciones interpersonales entre ellos y con el resto de la sociedad.

Paramio (2018) mencionó en su artículo *Mindfulness: the relationship between the acceptance of emotions and satisfaction with life in infants* con el objetivo de analizar la atención plena en la educación inicial, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 53 infantes. Se aplicó un cuestionario, Finalmente se halló que los programas de intervención diseñados de atención para tratar a los infantes a través de actividades les permitieron actuar y no juzgar sin conciencia, por el contrario, es significativo con la vida. Concluye que los programas de atención plena permiten mejorar la capacidad predictiva, las experiencias internas y las emociones, permitiendo incrementar la complacencia con el desarrollo de los infantes a partir del progreso integral.

Tolentino (2020) sustenta en su artículo *Social skills and teaching strategies for leadership training from basic education* con el objetivo de analizar sobre la formación de infantes de básica regular, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 24 infantes. Se aplicó un cuestionario, Finalmente se halló que las habilidades sociales permiten

ayudar a manejar las emociones de los estudiantes como futuros líderes. Concluye que las habilidades sociales preparan a nuevos líderes infantes con una

base de inteligencia social y emocional, así como de inteligencia intrapersonal e interpersonal en la escuela primaria, repercutiendo en los líderes para tener éxito.

Araneda (2021) fundamenta en su artículo *Social skills in the citizen training plans of infant schools* con el objetivo de Analizar cómo se enfoca en el currículo nacional las habilidades sociales para la formación efectiva de nuevos valores, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 29 infantes. Se aplicó un cuestionario, finalmente se halló que centro de educación básica que implementaron las habilidades sociales mejoraron en sus infantes la formación en valores. Concluye que las habilidades sociales preparan a nuevos infantes con diversas formas de trabajar en equipo con una base de inteligencia social y emocional, así como de inteligencia intrapersonal e interpersonal.

Tortosa (2018) sustentó en su artículo *learning social skills* en el aula con el propósito de Analizar la categoría de desplegar las destrezas sociales en los infantes, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 34 infantes. Se usó como herramienta un conjunto de preguntas, finalmente se halló que centro de educación básica que implementaron las habilidades sociales mejoraron su empatía, asertividad, etc. Concluye que las habilidades sociales en los infantes mediante socio dramas y programas permiten desarrollar habilidades de trabajo en equipo con sus pares en un mundo que exige el trabajo cooperativo con liderazgo poniéndose en el lugar de la otra persona.

Isaza (2018) mencionó en la indagación que lleva como título didácticas educacionales en familia y destrezas de interacción en infantes de 2 a 5 años en Medellín, Colombia. La muestra estuvo compuesta por 100 infantes, el alcance de la indagación fue descriptivo correlacional. Después de aplicar la prueba estadística de Rho-Spearman, se halló un p valor de 0,01 menor a 0,05 por ello, se determina que existe relación entre las didácticas educacionales practicadas en familia y las destrezas de interacción.

Caldera (2018) sustentó en su artículo *Social skills and self-concept social in university students of the region Altos Sur of Jalisco* con el objetivo de analizar las destrezas sociales y la auto conceptualización la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta 482 infantes. Se usó como herramienta de un conjunto

de preguntas, Finalmente se halló que las habilidades sociales en los infantes denotaron el factor emocional, físico y social frente al auto concepto de manera significativa. Concluye que las habilidades sociales mejoran sus experiencias de vida de modo interpersonal, fomenta actividades de auto concepto y mejora con su atmósfera social.

Aucasi (2022) fundamenta en su artículo *Strategies for the development of social skills in students of the I.E Santillana* con el fin de estudiar las influencias de las habilidades concretas para desplegar las destrezas sociales, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 17 infantes. Se aplicó un cuestionario, finalmente se halló que las habilidades sociales en los infantes presentan una elevación significativa 0,000, que $< 0,05$. Concluyendo que las habilidades sociales en los quechua hablantes gracias a las estrategias impulsadas por la institución permitieron mejorar darles mayores oportunidades en su entorno de aulas y sociedad.

Villacís (2022) mencionó en su artículo *Social skills and virtual education of students* con el propósito de establecer el influjo de la educación virtual en las destrezas sociales, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 105 estudiantes. Se aplicó un cuestionario, finalmente se halló que existe correlación de Spearman de 0.757 entre las habilidades sociales y la virtualidad. Concluye que las instituciones deben trabajar con los profesores y los estudiantes para desarrollar métodos y habilidades que promuevan las destrezas sociales en virtualidad, ya que la educación virtual ha tenido un impacto significativo en las destrezas sociales de los alumnos.

Dorado (2021) mencionó en su artículo *Social skills and organizational variables* con el fin de identificar las destrezas de interacción en las instituciones la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 27 sujetos. Se aplicó un cuestionario, finalmente se halló que los alumnos desarrollan de forma notable las destrezas sociales en sus diferentes entornos organizacionales. Concluye que las organizaciones deben de desarrollar métodos y estrategias que beneficien el nivel emocional, mental y social.

Mendoza (2021) sustenta en su artículo *Social skills, a key factor for an effective interaction* con el objetivo de reconocer lo fundamental de las destrezas sociales como interacción de manera efectiva de paradigma cuantitativa, la fracción muestral fue de 54 estudiantes. Se usó como herramienta un conjunto de preguntas, Las resultantes indicaron que los estudiantes construyen de manera significativa un sistema relaciones sociales como: aceptación, integración, inserción, apreciación, libertad de expresión, independencia y trabajo en equipo. Concluye que en la práctica de interacción es fundamental las habilidades sociales porque favorecen conductas adecuadas para conseguir objetivos en común.

Almaraz (2021) mencionó en su artículo *Habilidades sociales en niños de primaria* con el propósito de analizar las destrezas sociales en la EBR de paradigma cuantitativo, la fracción muestral fue de 30 estudiantes. Se usó como herramienta un conjunto de preguntas, Las resultantes indicaron que mediante la implementación del programa de habilidades sociales se logró mitigar los tipos de violencia. Concluye que en las habilidades sociales propicias actitudes positivas en la familia, núcleo educativo y social.

Rozas (2020) sustenta en su indagación Programa de mindfulness de un colegio educativo de Cusco, 2020 para mejorar la atención en estudiantes de secundaria con el objetivo de analizar las destrezas sociales en la educación básica regular de diseño cuantitativo, se estudiaron 40 sujetos de estudio. Se empleó un cuestionario. Se halló que gracias a la ejecución del programa de mindfulness mejoró las dimensiones significativamente. Concluye que el uso del programa logró mejorar la atención de los estudiantes

Olulo (2018) fundamenta en la indagación qué estudia las variables de destrezas de interacción y el desarrollo del auto concepto en infantes de 5 años, el diseño fue experimental de alcance casi experimental los sujetos de estudio estuvieron formados por 24 infantes de la I.E. Después de realizar la prueba de shapiro wilk se obtuvo como resultado un p valor de 0,09, colocándose por encima de 0,05 comprobando qué existe influencia efectiva de las destrezas sociales en

el desarrollo del auto concepto en infantes de 5 años dando por cumplido el objetivo principal.

Cobeñas (2017) sustenta en su indagación Destrezas sociales en la institución semillas del futuro 5 años, Los Olivos 2017 con el objetivo de establecer el paralelismo de progreso de las destrezas sociales en infantes de 5 años de paradigma cuantitativo, la fracción muestral fue de 80 infantes. Se empleó un cuestionario. Se halló que se encuentran en un nivel óptimo respecto al beneficio de las destrezas sociales. Concluye que el 98,8% presentan un progreso óptimo logrado en función de las destrezas sociales.

Ramón (2019) fundamenta en el estudio Aprendizaje cooperativo y habilidades sociales en niños de 3 años de una institución educativa, Los Olivos 2019, que buscó determinar la relación entre ambas habilidades en niños pequeños de un centro educativo mediante una metodología cuantitativa, se estudiaron 8 infantes. Se empleó un cuestionario, se halló que se encuentran en un nivel óptimo el logro de las destrezas sociales. Concluye que con un valor de rho de Spearman de $r = 0.895$ es determinante la existencia correlacional del Aprendizaje subsidiario y Habilidades sociales infantes.

Con relación al semblante teórico de la variable, Mindfulness Lengacher y Moscoso (2015) mencionan que es un método para refrescar la mente en el que se estudia todo lo que nos ocurre en las sensaciones, emociones, ideas o comportamiento presentes. En la misma línea Oblitas (2019) sustentan que se basa en las prácticas específicas utilizadas para centrar la atención de una persona, como la meditación, el yoga, la respiración, la concentración en un punto único, en un objeto, etc., y se distingue por la intencionalidad y la observación sin obsesiones a la práctica. Así mismo Galante (2021) fundamentan que lo define como una estrategia cognitiva de atención que se usa actualmente para ejercitar la regulación de la atención con el fin de minimizar el estrés y la promoción de la salud psíquica, y últimamente se ha transformado en una habilidad muy común en las instituciones para minimizar el estrés causado por el trajín estudiantil, los

Es el proceso por el cual se alcanza niveles más altos de concentración y conciencia mediante un proceso profundo.

En tal sentido, Molina (2015) menciona que el Mindfulness presenta las dimensiones siguientes: (1) Estar presente, interpretado como la capacidad de uso en el aquí y ahora, sin tener que viajar hacia atrás y hacia adelante entre el retrospectivo y más adelante. (2) Control de pensamiento, que es el proceso de regular las ideas que se define como la eliminación de las que no son fundamentales y/o que perjudican el bienestar mentalmente de un individuo. (3) Control emocional, es la dirección conveniente de las impresiones, la aceptación de las que no logramos cambiar y la comprensión de que son importantes, y la disertación de las que parecen atractivas, con la comprensión de que la emoción no es buena ni negativa. (4) dimensión de aceptación, que permite tener una perspectiva más optimista sobre las situaciones que diariamente suceden día a día con control oportuno.

Con relación al semblante teórico de la segunda variable, Habilidades sociales Araneda (2021) fundamenta que se basa en el conjunto de formas de actitudes que se demuestran con el comportamiento de un individuo que afecta en su habilidad social en sus relaciones saludables y fructíferas. Así mismo Estrada (2020) preciso que las habilidades sociales son un grupo de actitudes que denotan emociones, sentires, comisiones y cualidades de un individuo respetando las conductas del semejante lo cual hace posible solucionar dificultades de manera efectiva con menor riesgo en un tiempo futuro. De igual manera Carrizalez y Gaitán (2021) mencionan que son formas de relacionarse con otros que crean conexiones sanas y adecuadas

Por otro lado, Carrizalez y Gaitán (2021) mencionan que las dimensiones de las habilidades sociales son los sucesivos: (1) Habilidades Básicas, Se refiere a las habilidades de ser compañero, ser resignados, ayudar a los demás. (2) Habilidades Avanzadas, Se refiere a desarrollar habilidades de comunicación, escuchar con comprensión, participación y empatía, práctica (como habilidades de pelota), Trabajando en conjunto y asegurando que el individuo interactúe con otros. (3) Habilidades Relacionadas a los Sentimientos, sacar lo mejor de uno mismo y

no dejarse vencer por lo que expresan sus compañeros, por el contrario, aplicar métodos de salida. (4) Habilidades Alternativas a la Agresión.

Dimensión 1: Habilidades básicas, Ramírez (2022) menciona que son aquellas destrezas que permiten a un individuo interactúa de manera efectiva con otros en una variedad de situaciones sociales. Estas habilidades pueden incluir la capacidad de escuchar activamente, hacer preguntas pertinentes, expresar ideas de manera clara y efectiva, adaptarse a situaciones sociales cambiantes, manejar conflictos de manera constructiva y trabajar en equipo. En general, las habilidades sociales básicas son esenciales para construir relaciones interpersonales saludables y funcionales, y son útiles en cualquier contexto social, ya sea personal o profesional.

Dimensión 2: Habilidades avanzadas, Briones (2019) mencionó que son aquellas que van más allá de las habilidades básicas en un área determinada. Son un conjunto de destrezas más especializadas y sofisticadas que requieren un mayor nivel de experiencia, conocimiento y habilidad para llevarlas a cabo. En cualquier campo, las habilidades avanzadas pueden incluir habilidades técnicas, habilidades de comunicación, habilidades sociales, habilidades de liderazgo y habilidades de resolución de problemas, entre otras. Las habilidades avanzadas son esenciales para el desarrollo y la mejora a largo plazo en cualquier ámbito profesional o personal.

Dimensión 3: Habilidades relacionadas a los sentimientos, Moreno (2022) menciona que las habilidades relacionadas a los sentimientos son aquellas destrezas que permiten a una persona reconocer y manejar sus propias emociones y las de los demás. Estas habilidades incluyen la capacidad de identificar y nombrar diferentes emociones, regular las propias emociones, expresar empatía, entender perspectivas y sentimientos diferentes a los propios, y resolver conflictos de manera constructiva. En general, las habilidades relacionadas a los sentimientos son esenciales para el desarrollo de relaciones interpersonales saludables y funcionales, y son útiles en cualquier contexto social, ya sea personal o profesional.

Dimensión 4: Habilidades alternativas a la agresión, Moreno (2022) menciona que son destrezas y estrategias que una persona puede aprender para manejar situaciones de conflicto o agresión de manera efectiva sin recurrir a la violencia física o verbal. Estas habilidades pueden incluir técnicas de resolución de conflictos, habilidades sociales y emocionales, estrategias de comunicación, técnicas de relajación y de control de la ira, entre otras. El objetivo de estas habilidades es ayudar a las personas a manejar las situaciones con sus propias habilidades y recursos, en lugar de recurrir a la violencia física o verbal. Todas las personas pueden beneficiarse de estas habilidades, ya que son esenciales para una interacción social saludable y una convivencia pacífica.

III. MÉTODO

3.1 Tipo y Diseño de investigación

Es estudio aplicado ya que pretende solucionar dificultades prácticas Lerma (2016) fundamenta que el propósito es proporcionar una solución a la problemática o enfoque determinado, centrándose en la indagación y el fortalecimiento de conocimientos para su ejecución, al tiempo que también intervenía, transformaba o cambiaba la variable en la que trabajaba. El enfoque cuantitativo Hernández et al. (2018) sustenta que es aquel que utiliza las estadísticas o números como mecanismo de obtención de información para confirmar la finalidad del estudio en cuestión, es decir busca mediante un análisis numérico evidenciar si existen comportamientos comunes.

En este estudio se utilizó un diseño pre experimental según Hernández et al. (2018) son las investigaciones que estudien los efectos de las categorías intervinientes, y el total a estudiar será un conjunto único de individuos, en el caso de esta investigación se estudió la variable. Espinoza y Toscano (2015) mencionó que la recogida de datos tuvo lugar en intervalos predeterminados, lo que hizo que este estudio fuera transeccional. Esta investigación se fundamenta en una etapa de estación para demostrar el cambio en la instrucción que provoca el proceso de investigación.

3.2. Operacionalización de las Variables

En relación a la variable habilidades sociales Carrizalez y Gaitán (2021) Mencionan que las habilidades sociales son formas de interactuar con diferentes personas que resultan en interacciones sanas y auténticas. Asimismo, esta dimensionado por 1) Habilidades básicas, que hace refiere a las habilidades de ser compañero, ser resignados, ayudar a los demás, 2) Habilidades avanzadas se refiere a desarrollar habilidades de comunicación, escuchar con comprensión, participación y empatía, práctica (como habilidades de pelota), Trabajando juntos y

asegurándonos de hacer tu parte tan bien como puedas incluyendo a todos,3) Habilidades relacionadas a los sentimientos es sacar lo mejor de uno mismo y no dejarse vencer por lo que expresan sus compañeros, por el contrario, aplicar métodos de salida, 4) Habilidades alternativas a la agresión es el proceso por el cual una persona llega a respetar hablando en voz alta, practicando la escucha activa, mantener la calma, estar abierto a otras ideas, controlando la ira, comprometer, ser persistente con uno mismo nunca dejarse al abandono, afrontando el presente, lo que realmente sucedió desde el inicio a fin.

Asimismo, respecto la variable mindfulness Galante (2021) nos menciona que, Es una estrategia cognitiva de atención que se usa actualmente para ejercitar la regulación de la atención con el fin de minimizar el estrés y la promoción de la salud psíquica, y últimamente se ha transformado en una habilidad muy común en las instituciones para minimizar el estrés causado por el trajín estudiantil, los trabajos y exámenes.

3.3. Población, muestra y muestreo

La población de esta indagación estuvo compuesta por 50 infantes divididos en 2 aulas de 4 años en la institución educativa ubicada en la avenida Ramón Cárcamo en el distrito de Lima, al respecto Hernández et al. (2018) precisaron que la suma de individuos que conforman un conglomerado. La muestra de esta indagación fue de 26 infantes entre mujeres y varones de un aula de 4 años en una institución educativa, según Hernández et al. (2018) precisaron que es parte de un conglomerado más grande individuos.

Asimismo, Hernández et al. (2018) sustenta que el muestreo es no probabilístico, por qué se realiza según la conveniencia del investigador se consideró a los 26 infantes, es decir toda la muestra.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección datos

Se optó por la técnica de la observación. Según Spreeuwenberg (2020) fundamenta que está pensada como un método de evaluación. Se puede decir que es una de las herramientas más útiles para evaluar el desarrollo de los niños. La observación de un niño por parte de un educador de inicial comienza observando su comportamiento, aprendizaje e interacciones sociales en el transcurso de un cierto período de tiempo y dentro de un entorno específico. Después de eso, utilizando esta información, planifique y desarrolle actividades para satisfacer las necesidades, fomentar las capacidades y mejorar las habilidades.

En el actual trabajo de investigación se optó como instrumento por la ficha de observación Hernández et al. (2018) menciona que es un proceso que se puede concretar como la primordial tecnología para la observación de la indagación. Con la finalidad de encontrar los datos para realizar la prueba de alfa de Cronbach se aplicó el instrumento a 20 infantes de 4 años de educación inicial los cuales conformaron el plan piloto obteniendo como resultado 0,802 lo que prueba la confiabilidad del instrumento.

3.5. Procedimientos

El proceso comienza cuando el director recibe una carta de consentimiento antes de llenar la ficha de observación con los niños, posteriormente se realiza una petición de permiso formal a los padres. Una vez se obtenga la venia de los padres y de las autoridades de la institución educativa, se administró la prueba pre test a 26 infantes divididos entre hombres y mujeres obtenidos los resultados, se tabulan los resultados en XLS. Después de realizar la primera prueba se procede a aplicar el programa de mindfulness dividido en 15 sesiones, culminado el taller se procede a aplicar el pre test a los sujetos de estudio, una vez obtenido los resultados se procede a tabular los datos en XLS, se consolidó ambas pruebas en un solo documento y se empleó el programa estadístico SPSS. Luego se usó la prueba estadística de Wilcoxon para dar respuesta a las hipótesis.

3.6. Métodos de Análisis de datos

Primero, se hizo un tratamiento descriptivo con información bibliográfica respecto a las variables o categorías conjuntamente con sus dimensiones e indicadores

Segundo, se dio el tratamiento inferencial mediante el método estadístico para efectuar la representación cuantitativa de las categorías de estudio, para lo cual se estimó la frecuencia relativa de ambas categorías conjuntamente con sus dimensiones.

Tercero, se utilizó el estadístico de prueba mediante el programa Spss 25 para ello se sometió a utilizar la estadística inferencial que pertenece al análisis de la Hipótesis para la contratación de hipótesis de los objetivos propuestos.

Cuarto, Para la prueba de hipótesis se aplicó el coeficiente correlación de Spearman.

3.7. ASPECTOS ÉTICOS:

Se usan con la venia enterado de los participantes, apegándose a los cánones internas de la UCV y siguiendo las instrucciones para contribuir a la investigación de manera objetiva y sin sesgos durante la aplicación y la tabulación de resultados, este artículo no contiene errores y cita adecuadamente las contribuciones del autor utilizando el séptimo de la APA. formato de edición.

IV RESULTADOS

RESULTADOS DESCRIPTIVOS

Tabla 1: Frecuencias y porcentajes de la variable habilidades sociales

Niveles	Pre test: Habilidades sociales (Agrupada)		Post test: Habilidades sociales (Agrupada)	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	9	34.6	11	42.3
Regular	12	46.2	7	26.9
Bajo	5	19.2	8	30.8
Total	26	100	26	100

Nota: SPSS

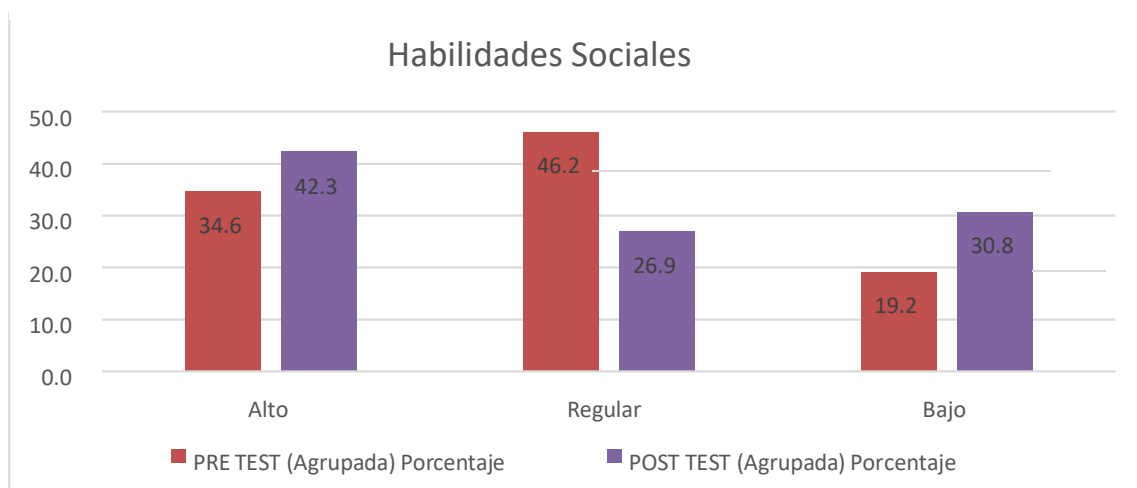


Figura1: Frecuencias y porcentajes de la variable habilidades sociales

Nota: Elaboración propia

La tabla número 1 se puede observar qué en la primera prueba realizada el 19.2% de los sujetos de estudio se hallaron en un nivel bajo, asimismo, el 46.2% de los sujetos de estudio se muestra en el nivel regular, por otro lado, el 34.6% se encuentran en un primer momento en el nivel alto. En referencia a la prueba que se realizó después de haber ejecutado el programa de mindfulness arrojó como resultado qué el 30.8% se ubicó en un nivel bajo, mientras que un 26.9% evidenció que alcanzó el rango regular, asimismo un 42.3% dejó en evidencia que se encuentran ubicados en un rango alto.

Tabla 2: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades básicas

Pre test: Habilidades básicas			Post Test: Habilidades básicas	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	12	46.2	10	38.5
Regular	6	23.1	11	42.3
Bajo	8	30.8	5	19.2
Total	26	100	26	100

Nota: SPSS

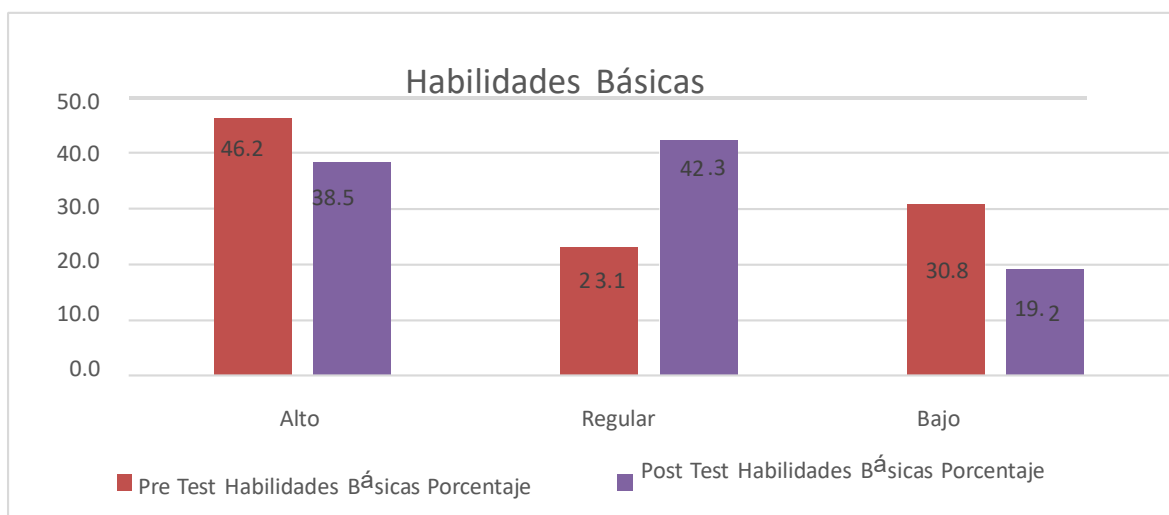


figura 2: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades básicas

Nota: Elaboración propia

En la tabla número 2 referente a las habilidades básicas, se puede observar como resultado de la primera prueba que se realizó que el 30.8% se ubicó en un rango bajo, del mismo modo un 23.1% se encontró en un nivel regular, mientras que un 46.2% se encontró en un primer momento en un nivel alto. En referencia a la prueba que se realizó después de haberse llevado a cabo el programa mindfulness dejó ver como resultado que el 19.2% se ubicó en un nivel bajo, asimismo, un 42.3% se encontró en un rango regular y por último un 38.5% de los sujetos de estudio se ubicó en un rango alto.

Tabla 3: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades avanzadas en infantes de 4 años de inicial en la medición pre test y post test.

Tabla 3: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades avanzadas

Pre Test Habilidades

Post Test Habilidades Avanzadas

Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	9	34.6	15	57.7
Regular	12	46.2	4	15.4
Bajo	5	19.2	7	26.9
Total	26	100	26	100

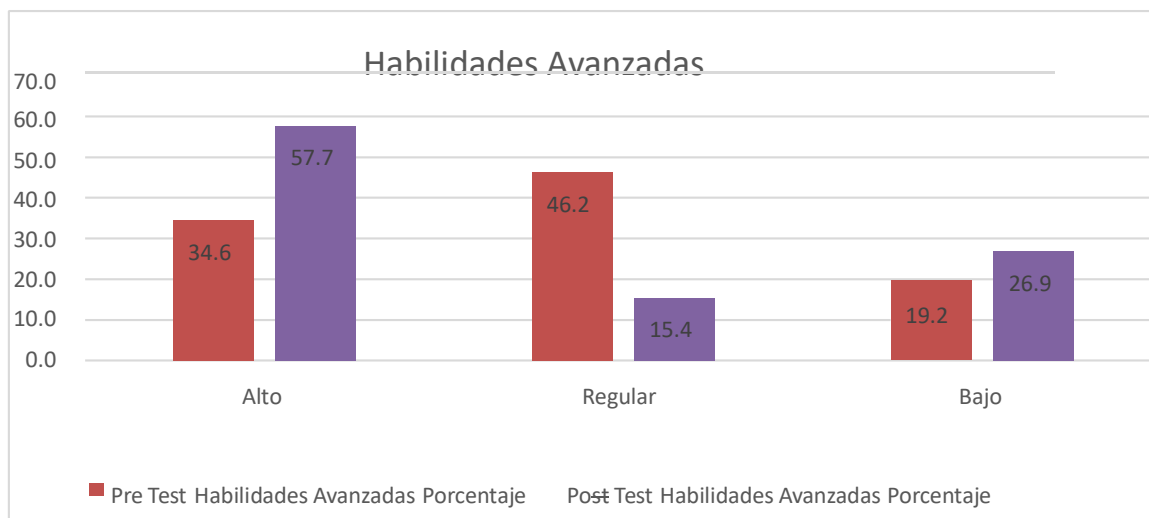


Figura 3: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades avanzadas

Nota: Elaboración propia

La prueba de pre test que se realizó para estudiar la dimensión de habilidades avanzadas arrojó como resultado que un 19.2% de los sujetos de estudio se ubicó en un rango bajo, asimismo, un 46.2% se encontró en un primer momento en un rango regular, del mismo modo, un 34.6% se ubicó en un nivel alto. Por otro lado, en lo que respecta a la prueba realizada después de haber llevado a cabo el programa de mindfulness en la institución educativa, arrojó como resultado que un 26.9% se encontró en un rango bajo, 15.4 %mostró estar en un rango regular, por último, un 57.7% se posicionó en un lugar alto en la investigación de esta dimensión.

Tabla 4: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos

Pre test: Habilidades relacionadas a los Sentimientos			Post Test: Habilidades relacionadas a los sentimientos	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	10	38.5	14	53.8
Regular	13	50	8	30.8
Bajo	3	11.5	4	15.4

Total	26	100	26	100
-------	----	-----	----	-----

Nota: SPSS

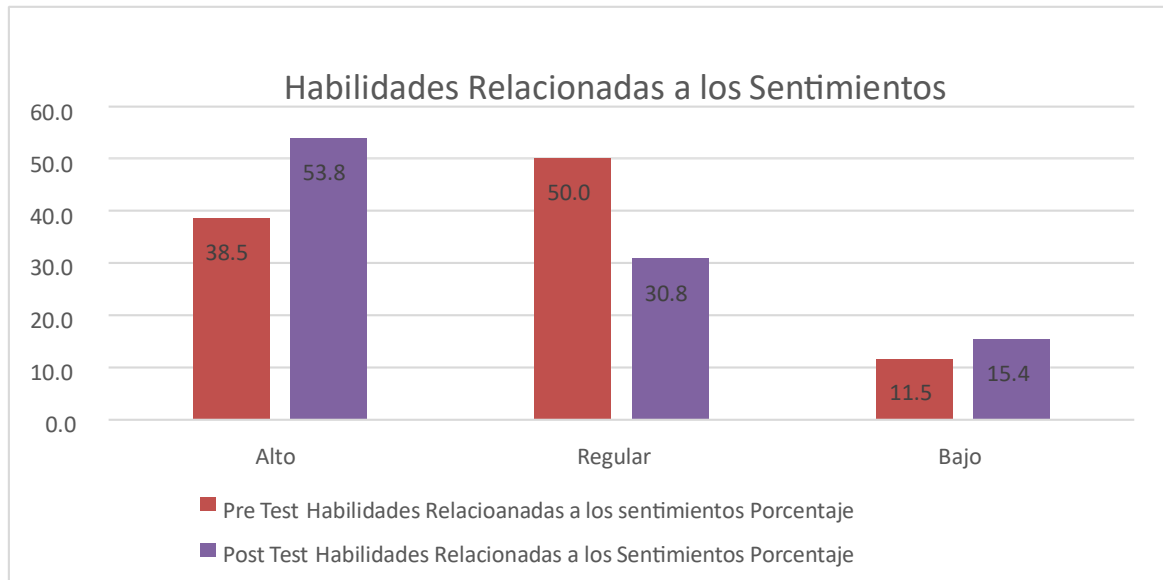


Figura 4: Frecuencias y porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos

Nota: Elaboración propia

La tabla número 4 muestran los resultados de la prueba pre test que se realizó con referencia a la dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos arrojando como resultado que un 11.5% de los sujetos de estudio mostró un rango bajo, asimismo un 50% un rango regular, Del mismo modo un 38.5% se ubicó en un primer momento en un nivel alto. Por otro lado, la prueba post test que se realizó después de haber llevado a cabo el taller de mindfulness mostró que un 11.5% del sujeto de estudio se encontró en un rango bajo asimismo 30.8% se ubicó en un nivel regular mientras que un 53.8% de los sujetos de estudio mostró un nivel alto en relación a esta dimensión.

Tabla 5: Frecuencias y Porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a las alternativas a la agresión en infantes de 4 años de inicial en la medición pre test y post test.

Pre Test: Habilidades alternativas a la agresión			Post Test: Habilidades alternativas a la agresión	
Niveles	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	10	38.5	11	42.3
Regular	8	30.8	12	46.2
Bajo	8	30.8	3	11.5
Total	26	100	26	100

Nota: SPSS

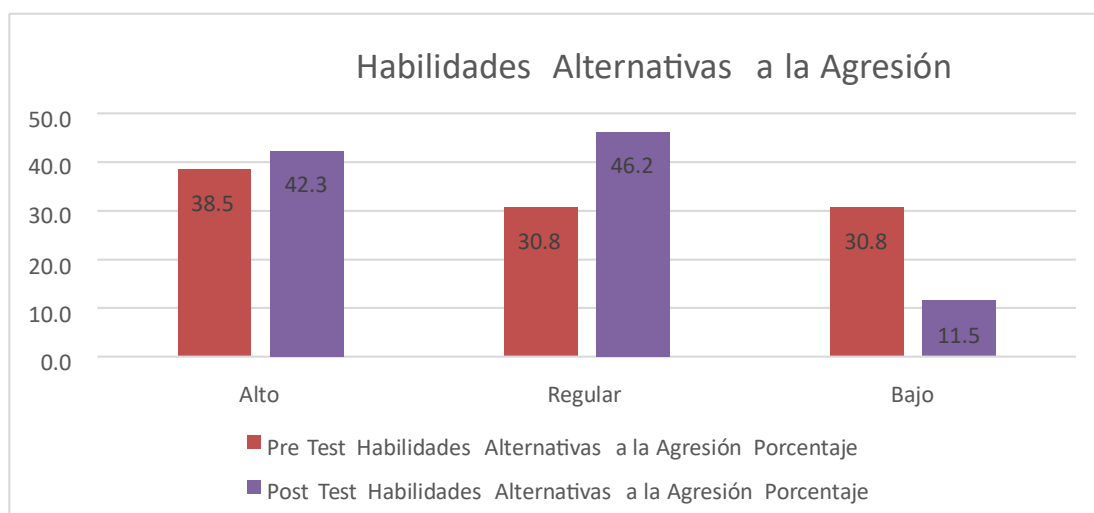


Figura 5: Frecuencias y Porcentajes de la dimensión habilidades relacionadas a las alternativas a la agresión

La tabla número 5 muestran los resultados de la prueba pre test que se realizó con referencia a la dimensión habilidades alternativas a la agresión mostrando como resultado que un 30.8% según en un rango bajo mientras que un 30.8% se ubicó en un nivel regular asimismo un 38.5% del sujeto de estudio mostró en un primer momento ubicarse en un nivel alto. Por otro lado, después de haber realizado el taller de mindfulness, la prueba post test arrojó como resultado que un 11.5% de

los sujetos estudios se ubicó en un rango bajo asimismo un 46.2% se ubicó en un nivel irregular y por último un 42.3% de los sujetos de estudio se ubicó en un nivel alto en lo que respecta a esta dimensión.

RESULTADO INFERENCIAL

Contraste de hipótesis general: Habilidades sociales Hipótesis:

Hi = El empleo del programa del Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una institución educativa,

Lima, 2022

Ho = El empleo del programa del Mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una institución educativa,

Lima, 2022

p – valor < 0.05 = aceptamos la hipótesis alterna (hi). p – valor > 0.05 = aceptamos la hipótesis nula (ho).

Tabla 6: Rangos habilidades sociales

		Rango promedio	Suma de rangos
	N		
Post test	Habilidades Rangos negativos	3 _a	4
Sociales (Agrupada) - Pre	Rangos positivos test	4 _b	4
Habilidades sociales	Empates	19 _c	
(Agrupada)	Total	26	16

Nota: SPSS

Tabla 7 Estadísticos de prueba habilidades sociales

Estadísticos de prueba

Post test: Habilidades sociales_ Pre test: Habilidades Sociales	
Z	-,378 _b
Sig. asintótica(bilateral)	0.705

Nota: SPSS

La tabla número 7 muestra que después de haber aplicado la prueba estadística Wilcoxon el P-valor es de 0.705 mayor al margen de error de 0,05, por ende, se acepta la hipótesis nula cuya afirmación es el empleo de programa mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una institución educativa Lima 2022 y se rechaza la hipótesis alterna, referente a la variable habilidades sociales.

Contraste de hipótesis específica: Habilidades básicas

Hipótesis:

Hi = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa Lima, 2022

Ho = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa, Lima, 2022

Acierto: 95 % Error: 5 % (sig.)

p – valor < 0.05 = aceptamos la hipótesis alterna

(hi). p – valor > 0.05 = aceptamos la hipótesis nula

(ho).

Tabla 8: Rangos habilidades básicas

Rangos				
	N	Rango promedio		Suma de rangos
Post Test Habilidades Básicas	Rangos negativos	5 ^a	5	25
- Pre Test Habilidades Básicas	Rangos positivos	4 ^b	5	20
	Empates	17 ^c		
	Total	26		

Nota: SPSS

Tabla 9: Estadísticos de prueba habilidades básicas

Estadísticos de prueba	
	Post test: Habilidades básicas - Pre test: Habilidades básicas
Z	-,333 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	0.739

Nota: SPSS

La tabla número 9 muestra que después de haber aplicado la prueba estadística Wilcoxon el P-valor es de 0.739 mayor al margen de error de 0,05, por ende, se acepta la hipótesis nula cuya afirmación es que el empleo del programa de Mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa y se rechaza la hipótesis alterna, referente a la primera dimensión habilidades básicas.

Tabla 10: Rangos habilidades avanzadas

Estadísticos de prueba	
	Pre test: Habilidades avanzadas – Post <u>test: Habilidades</u> <u>avanzadas</u>
Z	-1,000 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	0.317

Contraste de hipótesis específica: Habilidades avanzadas

Hipótesis:

Hi = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa, Lima, 2022

Ho = El empleo del programa de Mindfulness influye de en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa, Lima, 2022

Acierto: 95 % Error: 5 % (sig.)

p – valor < 0.05 = aceptamos la hipótesis alterna

(hi). p – valor > 0.05 = aceptamos la hipótesis nula

(ho).

Tabla 11: *Estadístico de prueba habilidades avanzadas*

Rangos

		N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre Habilidades	Test Rangos negativos	5 ^a	6.5	32.5
Avanzadas - Post	Test Rangos positivos	8 ^b	7.31	58.5
	Avanzadas Empates	13 ^c		
	Total	26		

Nota: SPSS

La tabla 10 muestra los resultados del análisis estadístico Wilcoxon donde se puede observar un p valor de 0.317, por ello se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula que indica que el empleo del programa de mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de la institución educativa Lima 2022. Con referencia a la segunda dimensión denominada habilidades avanzadas.

Contraste de hipótesis general: habilidades relacionadas a los sentimientos

Hipótesis:

Hi = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las Habilidades relacionadas los sentimientos en infantes de una institución educativa, Lima, 2022

Ho = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las

Habilidades relacionadas a los sentimientos en infantes de una institución educativa
Lima, 2022

Acierto: 95 % Error: 5 % (sig.)

Tabla 12: Rangos de habilidades relacionadas a los sentimientos

				Rangos		
				N	Rango promedio	Suma de rangos
Pre Test	Habilidades relacionadas a los sentimientos - Post Test	Rangos negativos	4 ^a	6.00	24.00	
Pre Test	Habilidades relacionadas a los sentimientos - Post Test	Rangos positivos	7 ^b	6.00	42.00	
			Empates	15 ^c		
			Total	26		

p – valor < 0.05 = aceptamos la hipótesis alterna (hi). p
– valor > 0.05 = aceptamos la hipótesis nula (ho).

Nota: SPSS

Tabla 13: Estadísticos de prueba de habilidades relacionadas a los sentimientos

Estadísticos de prueba

Pre Test: Habilidades relacionada a los sentimientos - Post Test: Habilidades relacionadas

a los sentimientos

Z	-,905 _b
Sig. asintótica(bilateral)	0.366

Nota: SPSS

Referente a la tercera dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos después de haber realizado la prueba estadística Wilcoxon arrojó como resultado un P valor de 0.366, por lo tanto, se aceptó la hipótesis nula que indica que el empleo del programa de mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades relacionada a los sentimientos en infantes de una institución educativa Lima 2022 y se rechaza la hipótesis alterna.

Contraste de hipótesis general: Habilidades alternativas a la agresión

Hipótesis:

Hi = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las Habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa, Lima, 2022

Ho = El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las Habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa.

Lima, 2022

Acierto: 95 % Error: 5 % (sig.)

p – valor < 0.05 = aceptamos la hipótesis alterna (hi). p – valor > 0.05 = aceptamos la hipótesis nula (ho).

Tabla 14: Rangos habilidades relacionadas a las alternativas de agresión

Rangos

N	Rango promedio	Suma de rangos
---	----------------	----------------

Pre	Test Rangos negativos	0 _a	0.00	0.00
Habilidades Alternativas	Rangos positivos	6 _b	3.50	21.00
Agresión – Post	Empates Test	20 _c		
Habilidades Alternativas Agresión	Total	26		

Nota: SPSS

Tabla 15: Estadísticos de prueba relacionadas a las alternativas a la agresión

Estadísticos de prueba

Pre test: Habilidades alternativas a la agresión - Post test: Habilidades alternativas a la

Agresión	
Z	-2,449 _b
Sig. asintótica(bilateral)	0.014

Nota: SPSS

En lo que respecta a la dimensión de las habilidades alternativas a la agresión después de haber realizado la prueba de estadística Wilcoxon arrojó como resultado un P valor de 0.014 por ende se acepta la hipótesis alterna que indica que el programa de mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades para salir de la agresión en infantes de la institución educativa, Lima, 2022. Comprobando la relación del taller de mindfulness con el desarrollo de las habilidades alternativa a la agresión.

V DISCUSIÓN

En lo que respecta al objetivo general, los resultados hallados muestran que después de haber aplicado la prueba estadística Wilcoxon el p-valor es de 0.705 mayor al margen de error de 0,05, por ende, se acepta la hipótesis nula, cuya afirmación fue, el empleo de programa mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una institución educativa Lima 2022 y se rechaza la hipótesis alterna, referente a la variable habilidades sociales. Sin embargo, los resultados no guardan relación con Isaza (2018) mencionó en la indagación que lleva como título didácticas educacionales en familia y destrezas de interacción en infantes de 2 a 5 años en Medellín, Colombia. Se obtuvo como resultado un p valor de 0,01 menor a 0,05 por ende se determina que existe relación entre las didácticas educacionales practicadas en familia y las destrezas de interacción. Asimismo, Ramón (2019) fundamento en el estudio el aprendizaje cooperativo y habilidades sociales en niños de 3 años de una institución educativa, Los Olivos 2019, que buscó determinar la relación entre ambas habilidades en niños pequeños de un centro educativo, se halló que se encuentran en un nivel óptimo el logro de las destrezas sociales, determinando que existió relación entre aprendizaje subsidiario y habilidades sociales infantes. Es decir que los resultados que se hayo en esta investigación no guardan relación con lo hallado con por otros indagadores, sustentado principalmente en que las realidades eran distintas, ya que, se aplicó el instrumento en el punto más álgido de la tercera ola del COVID 19.

Con respecto a el objetivo específico 1, después de haber aplicado la prueba estadística Wilcoxon el P-valor es de 0.739 mayor al margen de error de 0,05, por ende, se acepta la hipótesis nula cuya afirmación es que el empleo del programa de Mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa y se rechaza la hipótesis alterna, referente a la primera dimensión habilidades básicas. Sin embargo, los resultados no guardan relación

con Cobeñas (2017) sustenta que en su indagación Destrezas sociales en la institución semillas del futuro 5 años, Los Olivos 2017 cuyo el objetivo establecer el progreso de las destrezas sociales en infantes de 5 años, las resultantes indicaron que se encuentran en un nivel óptimo respecto al beneficio de las destrezas sociales, determinado que el 98,8% de sujetos de estudio presentan un progreso óptimo logrado en función de las destrezas sociales. Del mismo modo, Aucasi (2022) menciona en su artículo Strategies for the development of social skills in students of the I.E Santillana con el fin de estudiar las influencias de las habilidades concretas para desplegar las destrezas sociales. Se halló que las habilidades sociales en los infantes presentan una elevación significativa 0,000, que $< 0,05$, por ende, se determinó que las habilidades sociales en los quechua hablantes mejoraron gracias a las estrategias impulsadas por la institución. En síntesis, lo hallado en la presente investigación no guarda relación con las indagaciones de otros autores, sustentado principalmente en que las realidades eran distintas, ya que, se aplicó el instrumento en el punto más álgido de la tercera ola del COVID

19.

En referencia a el objetivo específico 2 los resultados del análisis estadístico Wilcoxon dónde se puede observar un p valor de 0.317, por ello se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la hipótesis nula que indica que el empleo del programa de mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de la institución educativa Lima 2022. Con referencia a la segunda dimensión denominada habilidades avanzadas. No obstante, lo hallado no guarda relación con Olulo (2018) fundamenta que en la indagación qué estudia las variables de destrezas de interacción y el desarrollo del auto concepto en infantes de 5 años, el diseño fue experimental de alcance casi experimental los sujetos de estudio estuvieron formados por 24 infantes de la I.E. Después de realizar la prueba de shapiro wilk se obtuvo como resultado un p valor de 0,09, colocándose por encima de 0,05 comprobando qué existe influencia efectiva de las destrezas sociales en el desarrollo del auto concepto en infantes de 5 años dando por cumplido el objetivo principal. Guardando relación con lo mencionado Tortosa (2018) en su artículo learning social skills en el aula con el propósito de Analizar la

categoría de desplegar las destrezas sociales en los infantes, la indagación fue cuantitativa, se halló que en un centro de educación básica que implementaron las habilidades sociales mejoraron su empatía, asertividad. Se determinó que las habilidades sociales en los infantes mediante socio dramas y programas permiten desarrollar habilidades de trabajo en equipo con sus pares. Es decir que los resultados que se hallaron en esta investigación no guardan relación con lo hallado por otros investigadores, sustentado principalmente en que las realidades eran distintas, ya que, se aplicó el instrumento en el punto más álgido de la tercera ola del COVID 19.

En lo que respecta a el objetivo específico 3, después de haber realizado la prueba estadística Wilcoxon arrojó como resultado un P valor de 0.366, por lo tanto, se aceptó la hipótesis nula que indica que el empleo del programa de mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades relacionadas a los sentimientos en infantes de una institución educativa Lima 2022 y se rechaza la hipótesis alterna. Lo hallado no guarda relación con Villacís (2022) mencionaron en su artículo *Social skills and virtual education of students* con el propósito de establecer el influjo de la educación virtual en las destrezas sociales de paradigma cuantitativo, los resultados indicaron que existe correlación de Spearman de 0.757 entre las habilidades sociales y la virtualidad, determinaron que las instituciones deben trabajar con los profesores y los estudiantes para desarrollar métodos y habilidades que promuevan las destrezas sociales en virtualidad, ya que la educación virtual ha tenido un impacto significativo en las destrezas sociales de los alumnos. Asimismo, Caldera (2018) sustentó en su artículo *Social skills and self-concept social in university students of the region Altos Sur of Jalisco* con el objetivo de analizar las destrezas sociales y la auto conceptualización la indagación fue cuantitativa, se halló que las habilidades sociales en los infantes denotaron el factor emocional, físico y social frente al auto concepto de manera significativa, se determinó que las habilidades sociales mejoran sus experiencias de vida de modo interpersonal, fomenta actividades de auto concepto y mejora con su atmósfera social. En síntesis, lo hallado en la presente investigación no guarda relación con las indagaciones de otros autores, sustentado principalmente en que las realidades

eran distintas, ya que, se aplicó el instrumento en el punto más álgido de la tercera ola del COVID 19.

Por último, referente a el objetivo específico 4, después de haber realizado la prueba de estadística Wilcoxon arrojó como resultado un P valor de 0.014 por ende se acepta la hipótesis alterna que indica que el programa de mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades para salir de la agresión en infantes de la institución educativa, Lima, 2022. Comprobando la relación del taller de mindfulness con el desarrollo de las habilidades alternativa a la agresión. Lo hallado, guarda relación con en su artículo *Mindfulness: Full attention in early childhood education* con el objetivo de analizar la atención plena en la educación inicial de paradigma cuantitativo, la fracción muestral fue de 176 infantes. Se usó como herramienta un conjunto de preguntas, las resultantes indicaron que los programas de intervención diseñados de atención para tratar a los infantes a través de actividades les permitieron tomar más conciencia de su propio cuerpo, respiración, emociones y de los de sus compañeros. Concluyo que los programas de Mindfulness permiten mejorar la atención, tienen a su disposición una poderosa herramienta que les ayuda a afrontar la vida con mayor conciencia y profundidad, lo que se traduce en mejoras significativas en sus relaciones interpersonales entre ellos y con el resto de la sociedad. Tolentino (2020) mencionó en su artículo *Social skills and teaching strategies for leadership training from basic education* con el objetivo de analizar sobre la formación de infantes de básica regular, la indagación fue cuantitativa, la muestra estuvo compuesta por 24 infantes. Se aplicó un cuestionario, Finalmente se halló que las habilidades sociales permiten ayudar a manejar las emociones de los estudiantes como futuros líderes. Concluye que las habilidades sociales preparan a nuevos líderes infantes con una base de inteligencia social y emocional, así como de inteligencia intrapersonal e interpersonal en la escuela primaria, repercutiendo en los líderes para tener éxito. En síntesis, la hallado en el presente investigación referente al cuarto objetivo específico guarda relación con indagaciones realizadas por otros autores .

VI. CONCLUSIONES

En conclusión, en lo que respecta a el objetivo general en el que se estudió la variable habilidades sociales, después de haber aplicado en un primer momento el pretest a los sujetos de estudio, para posteriormente llevar cabo el taller, para finalmente aplicar el post test y llevar los resultados a la prueba estadística de Wilcoxon en el que se obtuvo como resultado un P-valor de 0.705, por ende, se determinó que no existe influencia del programa de mindfulness en el desarrollo de habilidades sociales en infantes de una institución educativa Lima, 2022.

En lo que respecta al objetivo específico número 1 referente a la dimensión habilidades básicas después de haber aplicado la prueba estadística de Wilcoxon, arrojó como resultado un P valor de 0.705 se terminó que el mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa Lima, 2022.

Referente al objetivo específico número 2 después de haber aplicado el pre test y post test y haber tratado los resultados en la prueba estadística de Wilcoxon arrojó como resultado un P-valor de 0.317 por ende se determinó que el mindfulness no influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa Lima, 2022.

En lo que respecta al objetivo específico número 3 en el que se estudia la dimensión habilidades relacionadas a los sentimientos, después de haber aplicado el pretest haber desarrollado 15 sesiones del taller para posteriormente aplicar el post test y tratar los resultados en la prueba estadística de Wilcoxon a través del SPSS arrojó como resultado un P-valor de 0.366. Por ende, se determinó que el mindfulness no influye en el desarrollo de habilidades relacionadas sentimientos en infantes de una institución educativa Lima, 2022.

En lo que respecta al objetivo específico número 4 en el que se estudia la dimensión de habilidades alternativas a la agresión después de haber aplicado el pre test para después realizar el taller y posteriormente aplicar el post test llevar dichos resultados al programa estadístico de SPSS con la prueba de Wilcoxon arrojó como resultado un P-valor de 0.014. Por ende, se determinó que el mindfulness sí influye

en el desarrollo de habilidades alternativas a la agresión en estudiantes de una institución educativa Lima, 2022.

VII RECOMENDACIONES

Se recomienda que futuros investigadores estudien las variables de habilidades sociales y el programa de mindfulness con la finalidad de ampliar el conocimiento, utilizando como base esta indagación. Así mismo, se recomienda a los padres de familia practicar esta técnica de meditación en casa con sus hijos ya que se ha aprobado que existe relación entre el taller de mindfulness y las habilidades relacionadas a los sentimientos del mismo modo en otras investigaciones se ha demostrado que mejora la atención disminuye el estrés y desarrolla empatía en la persona que lo practique.

REFERENCIAS

- Almaraz Feroso, D. (2021). *Habilidades sociales en niños de primaria*. Obtenido de https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/ie_rie_rediech/article/view/706
- Araneda Machmar, J. (2020) *Habilidades sociales en los planes de formación ciudadana de escuelas de las escuelas*.
Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/440/44066178012/44066178012.pdf>
- Aucasi Tenorio, G. (2022). *Estrategias para el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes de la Institución Educativa de Santillana, 2020*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5709/570969250006/html/>
- Briones Moya, H. (2019). *Habilidades sociales: una revisión teórica*.
- Caldera Montes, J. (2018). *Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de Jalisco, México*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/2710/271058070004/html/>
- Carrizalez, L., & Gaitan. (2021). *Oportunidad de formación, posibilidad de interacción, Familia y escuela*. Mexico: Centro de Investigaciones de la Universidad Pedagógica.
- Cobeñas López, M. (2017). "*Habilidades sociales en niños y niñas de 5 años de la I.E. Semillitas del Futuro, Los Olivos 2017*". Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/3832>
- Cubas Flores, S., & Montenegro Ynoñan, C. (2019). *Habilidades sociales en los niños del quinto y sexto grado de la Institución Educativa N° 17541, Nueva Unión, Jaén*. Obtenido de *Habilidades sociales en los niños del quinto y sexto grado de la Institución Educativa N° 17541, Nueva Unión, Jaén*
- Dorado Martínez, Á. (2021). *Habilidades sociales y variables organizacionales: Una revisión sistemática*. Obtenido de <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP/article/view/habilidades-sociales-organizacionales>

- Estrada Araoz, E. (2020). *Estrategias psicoeducativas para el desarrollo de habilidades sociales en estudiantes peruanos de educación primaria*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/559/55965387007/html/>
- Galante, J. (2021). *Eficacia de una Intervención Online de Mindfulness y Compasión para promover la Salud Mental de Estudiantes Universitarios de Psicología durante el confinamiento por COVID-19*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/353165578_Eficacia_de_una_Intervencion_Online_de_Mindfulness_y_Compasion_para_promover_la_Salud_Mental_de_Estudiantes_Universitarios_de_Psicologia_durante_el_confinamiento_por_COVID-19
- Mendoza Medina, C. (2021). *Las habilidades sociales, factor clave para una interacción efectiva*. Obtenido de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2233>
- Molina, M. (2015). *Mecanismos neurocognitivos de la terapia basada en Mindfulness*. Lima: LIBERABIT.
- Moreno, A. G., & Jurado, M. D. M. M. (2022). Las habilidades sociales y su relación con otras variables en la etapa de la adolescencia: una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 15(1), 113-123.
- Oblitas Guadalupe, L. (2019). *Incidencia del mindfulness en el estrés académico en estudiantes universitarios: Un estudio controlado*. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082019000200116&lang=pt
- Olulo, M. (2018). *El efecto de las habilidades sociales en el desarrollo de la autoestima en niños de 5 años*, San Juan de Lurigancho.
- Pacheco Sanz, D. (2018). *MIndfulness: Atención en plena educación infantil*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349856003011>
- Pacheco Sanz, D. (2018). *MIndfulness: Atención en plena educación infantil*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349856003011>
- Palacios Rejas, A. (2021). *Experiencias vividas por niños a través de un taller de mindfulness en un centro de Lima Metropolitana*. . Obtenido de

https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/658477/Palacios_RA.pdf?sequence=3

Paramio Leiva, A. (2018). *Atención plena: la relación entre la aceptación de las emociones y la satisfacción con la vida de los infantes*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/3498/349856003018/349856003018.pdf>

Ramirez, L. (2022). Efectividad de los programas de habilidades sociales para prevenir bullying en educación básica regular, durante el periodo 2011-2021: Una revisión sistemática.

Ramón Calderón, R. (de 2019). *Aprendizaje cooperativo y habilidades sociales en niños de 3 años de una institución educativa, Los Olivos 2019*. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/43459>

Rozas Calderón, V. (2020). *Programa de mindfulness para mejorar la atención en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco, 2020*.

Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58718/Rozas_CV-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Silvina Valeria, C. (2018). *Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico en estudiantes*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18558359008>

Tolentino Quiñones, H. (2020). *Habilidades sociales y estrategias didácticas para la formación del liderazgo desde la educación básica*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/440/44062184036/>

Tortosa Jiménez , A. (2018). *El aprendizaje de habilidades sociales en el aula*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660908013/html/>

Unicef. (2020). *Desarrollo de documento técnico para la evaluación y entrenamiento en habilidades sociales*. Obtenido de <https://www.unicef.org/peru/desarrollo-de-documento-tecnico-para-la-evaluacion-y-entrenamiento-en-habilidades-sociales-nna>

Villacís, P. (2022). *Habilidades sociales y la educación virtual de estudiantes universitarios*. Obtenido de

<https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/ConcienciaDigital/article/view/2037>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Operacionalización

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA	INSTRUMENTO
Variable habilidades sociales	Las habilidades sociales son formas de tratar con otros que crean interacciones saludables y positivas. (Carrión y Gaitan, 2021)	Las habilidades sociales son formas de tratar con el semejante, lo cual se operacionaliza con las dimensiones: Habilidades básicas, Habilidades avanzadas, Habilidades sobre los sentimientos, Habilidades para salir de la agresión	<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades básicas Se refiere a las habilidades de ser compañero, ser resignados, ayudar a los demás 	<input type="checkbox"/> 1. Comprende las preguntas <input type="checkbox"/> 2. Escucha temas que son de su interés <input type="checkbox"/> 3. Hace preguntas básicas <input type="checkbox"/> 4. Pregunta sobre temas de interés <input type="checkbox"/> 5. Expresa si necesita la ayuda de la maestra	ordinal	Ficha de Observación
			<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades avanzadas Se refiere a desarrollar habilidades de comunicación, escuchar con comprensión, participación y empatía, práctica (como habilidades de pelota). Trabajando juntos y asegurándonos de hacer tu parte tan bien como puedas incluyendo a todos. 	<ul style="list-style-type: none"> • 6. Participa en actividades con otros niños • 7. Conversa siempre con otros niños • 8. Cumple las instrucciones en los juegos • 9. Da afecto a sus compañeros en situaciones de tristeza 		
			<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades Relacionadas a los Sentimientos Es sacar lo mejor de uno mismo y no dejarse vencer por lo que expresan sus compañeros, por el contrario, aplicar métodos de salida. 	<input type="checkbox"/> 10. Manifiesta su tristeza o su alegría <input type="checkbox"/> 11. Ayuda a un amigo cuando está en dificultades <input type="checkbox"/> 12. Plantea su queja si algún niño le hace algo desagradable		
			<ul style="list-style-type: none"> • Habilidades Alternativas a la Agresión Es el proceso por el cual una persona llega a respetar hablando en voz alta, practicando la escucha activa, mantener la calma, estar abierto a otras ideas, controlando la ira, comprometer, ser persistente con uno mismo nunca dejarse al abandono, afrontando el presente, lo que realmente sucedió desde el inicio a fin. 	<ul style="list-style-type: none"> • 13. Es cortés con los que agreden • 14. No pelea cuando no cuenta con alimentos, juguetes u otra pertenencia • 15. Juega pacíficamente con otros niños 		

Anexo2: Matriz de consistencia

Título: Programa del Mindfulness para el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años, Lima-2022 Autores: Riveros Morales Milushka Antuaneth y Espinal Prado Flor de María Elizabeth							
Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables e indicadores				
<p>General: ¿Cómo influye el programa del Mindfulness en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de una institución educativa?</p> <p>Problemas específicos: ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa? ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa? ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las Habilidades sobre los sentimientos en infantes de una institución educativa? ¿Qué efectos tiene el programa de Mindfulness en el desarrollo de las Habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa?</p>	<p>Objetivo general: Determinar la influencia del programa del Mindfulness en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de una institución educativa.</p> <p>Objetivos específicos: Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa. Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa. Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las Habilidades sobre los sentimientos en infantes de una institución educativa. Determinar la influencia del programa de Mindfulness en el desarrollo de las Habilidades alternativas a la agresión de una institución educativa.</p>	<p>general El empleo del programa del Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años en una institución educativa, Lima, 2022.</p> <p>específicas El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades básicas en infantes de una institución educativa. El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las habilidades avanzadas en infantes de una institución educativa. El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las Habilidades sobre los sentimientos en infantes de una institución educativa. El empleo del programa de Mindfulness influye en el desarrollo de las Habilidades alternativas a la agresión en infantes de una institución educativa.</p>	<p>Variable: habilidades sociales</p> <p>Variable: habilidades sociales</p>				
			Di mension	Indicadores	Ítems	scala de medición	Niveles y rangos
			Ha bilidades básicas	<ul style="list-style-type: none"> Comprende las preguntas Escucha temas que son de su interés Hace preguntas básicas Pregunta sobre temas de interés Expresa si necesita la ayuda de la maestra 	1,2,3,4, 5		Bajo 1-5 Medio 6-10 Alto 11-15
			Ha bilidades avanzadas	<ul style="list-style-type: none"> Participa en actividades con otros niños Conversa siempre con otros niños Cumple las instrucciones en los juegos Da afecto a sus compañeros en situaciones de tristeza 	6,7,8,9		
			Ha bilidades Relacionadas a los Sentimientos	<ul style="list-style-type: none"> Manifiesta su tristeza o su alegría Ayuda a un amigo cuando está en dificultades Plantea su queja si algún niño le hace algo desagradable 	10,11,12		
			Ha bilidades Alternativas a la Agresión	<ul style="list-style-type: none"> Es cortés con los que agreden No pelea cuando no cuenta con alimentos, juguetes u otra pertenencia Juega pacíficamente con otros niños 	13,14,15		

**Anexo 3: Instrumento de recolección de datos
FICHA DE OBSERVACIÓN**

N°	Habilidades básicas	SI	NO
1	Comprende las preguntas		
2	Escucha temas que son de su interés		
3	Hace preguntas básicas		
4	Pregunta sobre temas de Interés		
5	Expresa si necesita la ayuda de la maestra		
Habilidades avanzadas		SI	NO
6	Participa en actividades con otros niños		
7	Conversa siempre con otros niños		
8	Reconoce su error y pide disculpas		
9	Da afecto a sus compañeros en situaciones de tristeza		
Habilidades alternativa a la Sentimientos		SI	NO
10	Manifiesta su tristeza o su Alegría		
11	Ayuda a un amigo cuando está en dificultades		
12	Plantea su queja si algún niño le hace algo desagradable		
Habilidades Alternativas a la Agresión		SI	NO
13	Es cortés con los que agreden		
14	Emplea autocontrol en situaciones de conflicto		
15	Juega pacíficamente con otros niños		

Anexo: 4

Nivel - diseño de investigación	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Estadística a utilizar
Nivel: Descriptivo- Aplicado Diseño: Pre experimental Método: Hipotético- deductivo	Población: 50 infantes de una institución educativa Tipo de muestreo: No Probabilístico de tipo por conveniencia Tamaño de muestra: 50 infantes de una institución educativa de sección única.	Variable: Habilidades sociales Técnicas: Encuesta Instrumentos: Cuestionario sobre Desarrollo de las habilidades sociales Autor: Carrizalez y Gaitan (2021), adaptado por Riveros Morales Milushka Antuaneth y Espinal Prado Flor de María Elizabeth Año: 2021 Monitoreo: Se aplicará a 50 infantes de una institución educativa Ámbito de Aplicación: Estudiantes de la Institución educativa Forma de Administración: presencial	EXPLICATIVO: Se elaborará gráficos de barras por variables y dimensiones. INFERENCIAL: Como las variables son cuantitativas se aplica la prueba del wilcoxon

Anexo 5: Prueba Alfa de Crombach

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,802	15

Anexo 6: Validaciones

CERTIFICACION DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: Programa del Mindfulness

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **SI EXISTE SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: SABINA YEANETTE NICASIO GONZALES

Grado académico del juez validador: Magister

Especialidad del validador: Habilidades sociales

El Documento Nacional de Identidad (DNI): 07526281

Lima, 8 de julio del 2022

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

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



SABINA YEANETTE NICASIO GONZALES
 DNI N° 07526281
 CPPA: 090180

Firma del Juez Validador

Anexo 7: Validaciones

CERTIFICACION DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: Programa del Mindfulness

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **SI EXISTE SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: HUYHUA TORRES FLORENCIO AGABIO

Grado académico del juez validador: Magister

Especialidad del validador: Programas Mindfulness

El Documento Nacional de Identidad (DNI): 08376576

Lima, 8 de julio del 2022

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** 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



Mg. Florencia A. HUYHUA TORRES
DNI Nº 08376576
CPPe: 090173

Firma del Juez Firma del Juez Validador

Anexo 8: Validaciones

CERTIFICACION DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO: Programa del Mindfulness

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **SI EXISTE SUFICIENCIA**

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: FLORIAN CACHAY AUREA ELIZABETH

Grado académico del juez validador: Magister

Especialidad del validador: Estrategias y métodos de atención plena

El Documento Nacional de Identidad (DNI): 06173505

Lima, 8 de julio del 2022

Observaciones (precisar si hay suficiencia):

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** 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



Mg. Aurea E. FLORIAN CACHAY
DNI Nº 06173505
CPPe: 090173

Firma del Juez Firma del Juez Validador

Anexo 9 Spss

Visible: 51 de 51 variables

	V1	P1	P2	P3	P4	P5	V1D1	P6	P7	P8	P9	V1D2	P10	P11	P12	V1D3	P13	P14	P15	V1D4	PRETEST	P1_A	P2_A	P3_A	P4_A	P5_A	V1D1_A	P6_A	
1	V1																												
2	P1	1	Yos...	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	3	1	1	0	2	1	1	1	3	9	0	0	0	0	0	0
3	P2	2	Juan	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	4	1	1	0	2	1	1	1	3	9	0	0	1	0	0	1
4	P3	3	Noha	0	1	0	1	1	3	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	3	8	0	0	1	0	0	1
5	P4	4	Harold	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	3	0	0	0	0	1	1	1	3	7	0	0	0	0	1	1
6	P5	5	Mia	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	2	0	0	0	1	0	0	1	3	0	0	1	0	0	1	
7	V1D1	6	Amira	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	3	1	0	0	1	0	0	0	5	1	0	0	0	0	1	
8	P6	7	Amelia	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	2	0	1	0	1	1	0	0	1	4	0	0	1	0	1	2
9	P7	8	Briana	1	0	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	3	0	0	0	0	11	1	1	0	1	1	4
10	P8	9	Carlos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	2	3	0	0	1	0	1	2
11	P9	10	Cata...	1	0	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	0	1	1	1	1	3	12	1	0	0	1	0	2
12	V1D2	11	Daiger	1	0	1	1	0	3	0	1	1	1	3	1	1	0	1	1	1	1	3	10	1	0	1	1	0	3
13	P10	12	Edson	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	
14	P11	13	Facu...	0	0	1	1	0	2	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	6	0	0	0	1	0	1
15	P12	14	Gael	1	1	1	1	1	5	1	0	1	1	3	1	1	0	1	1	0	1	2	11	0	0	1	1	1	3
16	V1D3	15	Samir	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	4	1	1	0	1	0	0	0	10	1	0	1	1	1	4	
17	P13	16	Ivana	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
18	P14	17	Rafa...	0	0	0	0	0	0	0	0	1	2	1	0	1	1	0	1	0	1	4	0	0	0	0	0	0	
19	P15	18	Lucas	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	2	3	0	0	0	0	0	0
20	V1D4	19	Mati...	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	1	0	0	1	3	0	0	0	0	0	0
21	PRETEST	20	Mati...	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	
22	P1_A	21	Marg...	0	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	0	1	1	0	0	0	9	1	1	1	1	1	5	
23	P2_A	22	Jhoan	0	0	1	1	1	3	1	1	0	1	3	1	0	1	1	0	0	0	7	0	0	1	1	0	2	

Anexo 10: Sesión 1

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Reconociendo mis emociones
1.2 Título de la sesión	El moustro de colores
1.3 Institución educativa	Libertador Simon Bolivar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor
1.6 Edad de los niños	4 años

1.7 Fecha 12/09/2022

II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Obtiene información del texto oral.	• Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso	Que los niños reconozcan e identifiquen sus emociones.	Los niños descubren diferentes emociones.	La actividad que realizarán los niños serán unas vinchas de emociones.

	frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer.			
III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
Inicio	La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna, mostrándoles una caja sorpresa donde les enseñara diferentes mostritos de las emociones y luego les preguntara. <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué están observando ? • ¿De que colores son los moustros? 			
Desarrollo	La maestra les relatara un cuento titulado ``Las emociones `` ,luego de que hayan escuchado las historia se les realizara preguntas <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se llamaba el cuento ? • ¿Qué les parecio el cuento? • ¿Cuál era el moustro mas llamativo ? 			
Cierre	Realizaran una vincha, decorado a la creatividad a cada niño ☐ ¿Qué hemos aprendido hoy? ☐ ¿Te gusto la actividad?			
IV. MATERIALES				
<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de colores • Plumones • Un cuento • Una pandereta 				
V. ENLACES DE REFERENCIA				
☐ https://youtu.be/xSCCDF0F49Q				
VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
☐ DCN				
VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA				
VII. ANEXOS				

Anexo 11: Sesion 2

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE				
I. DATOS INFORMATIVOS				
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Usando mi imaginación			
1.2 Título de la sesión	La esponja			
1.3 Institución educativa	Libertador Simon Bolivar 1166			
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos			
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor			
1.6 Edad de los niños	4 años			
1.7 Fecha	14/09/2022			
II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE				
COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Se comunica oralmente en su	• Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da	Que los niños usen su imaginación y se	Los niños crean sus esponjas de	Dibujaran lo aprendido en clase.

lengua materna.	cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer.	desenvuelvan de manera espontánea y creativa.	de colores.	
-----------------	---	---	-------------	--

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Inicio	La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna y se dará inicio con la canción `` Hola ,Hola ,se les mostrara una caja donde los niños adivinaran que hay en el interior y se les preguntara : <ul style="list-style-type: none"> ¿ Que están observando? ¿Que podríamos hacer con esta esponja?
Desarrollo	La maestra entregara a cada niño su esponja y se dara inicio a la imaginación para el juego de la esponja con las siguientes preguntas. ¿Te gustaría cambiar el color de la esponja? ¿De qué color quieres tu cabello? ¿De qué color quieres pintarte las manos?
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué hemos trabajado el día de hoy ¿ Que parte de la actividad te gusto más ? Al finalizar cada niño dibujara lo que realizaron en el taller

IV. MATERIALES

- Papel bond ,colores, esponja y caja de sorpresa .

V. ENLACES DE REFERENCIA

- <https://youtu.be/7wTkHmpDE9k>

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- DCN

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

EXPERIENCIA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje ESQUEMA	Aprendiendo a respirar
1.2 Título de la sesión	Cuenten respiraciones
1.3 Institución educativa	Libertador Simon Bolivar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor
1.6 Edad de los niños	4 años
1.7 Fecha	16/09/2022

II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
-----------------------------	------------	-----------	----------	----------

Obtiene información del texto oral.	• Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer.	Que los niños aprendan a enfocar la atención en su respiración	Los niños aprendan a calmar su mente mediante la respiración	La actividad que realizarán los niños es que aprendan a respirar para calmar su mente
-------------------------------------	--	--	--	---

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Inicio	La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna, luego les dará las indicaciones para la actividad con la canción respira con tus pulmones La maestra les preguntará de que trata la canción La maestra les dirá cuál es el propósito de hoy que es que los niños aprendan a enfocar la atención en su respiración
Desarrollo	La maestra les enseñara un juego donde los niños tienen que aprender a controlar su respiración bailaran el baile del sapito do de ellos mismos se darán cuenta cuando ya están cansados y el ritmo de su corazón y de su respiración
Cierre	Realizarán en una hoja la actividad que más les guste Luego comentaran lo aprendido

IV. MATERIALES

- Hojas
- Plumones
- Objetos diferentes
- Una pandereta

V. ENLACES DE REFERENCIA

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

□ DCN

VII. INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

VII. ANEXOS

Anexo 14: Sesión 4

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
I. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Mi concentración
1.2 Título de la sesión	Dibujen un objeto cotidiano
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor
1.6 Edad de los niños	4 años
1.7 Fecha	19 /09/2022
II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE	

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
COMUNICACIÓN Se comunica oralmente en su lengua materna.	<ul style="list-style-type: none"> Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer. 	Que los niños dibujen lo que han observado	Los niños tienen que dibujar y concentrarse en una sola vez	Dibujaran el objeto que han observado
III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD				
Inicio	La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna y se dará inicio con la canción `` A saludarnos luego se les indicará que hoy realizaran una actividad con sus manitos creativas y les comentara cual es el propósito de hoy que es que los niños dibujen lo que han observado			
Desarrollo	<p>La maestra les enseñara un juego donde se les entregara a cada niño un objeto común y se le pedirá que lo observen y lo sostengan en sus manos y que se dediquen un tiempo en mirarlo para poder adquirir una nueva perspectiva sobre él, luego se les pedirá que dibujen el objeto sin apresurarse que lo realicen con calma</p> <p>La maestra les preguntara</p> <p>Que han dibujado</p> <p>Que observaron</p>			
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué hemos trabajado el día de hoy <input type="checkbox"/> ¿Qué parte d ela actividad te gusto más? Al finalizar cada niño dibujara lo que realizaron en el taller 			
IV. MATERIALES				
<input type="checkbox"/> Papel bond, colores, esponja y caja de sorpresa.				
V. ENLACES DE REFERENCIA				
<input type="checkbox"/> https://youtu.be/7wTkHmpDE9k				
VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
<input type="checkbox"/> DCN				
VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA				
VII. ANEXOS				

Anexo 15: Sesión 5

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
I. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Aprendiendo a concentrarme
1.2 Título de la sesión	Jugando con mi concentracion
1.3 Institución educativa	Libertador Simon Bolivar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor
1.6 Edad de los niños	4 años
1.7 Fecha	21/09/2022
II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE	

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
COMUNICACION Obtiene información del texto oral.	<ul style="list-style-type: none"> Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer. 	Que los niños se concentren y mantenga el globo en el aire	Los niños y descubren su concentración	La actividad que realizaran los niños será que suelten al aire un globo imaginando que es un huevo y que lo mantengan en el aire sin romperlo

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Inicio	<p>La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna, luego comenzara la actividad enseñándoles las reglas</p> <p>Al iniciar la actividad comenzara con un baile “mi globo”</p> <p>Luego la maestra les preguntara de que trata la canción</p>
Desarrollo	<p>La maestra les mostrara una caja de sorpresa donde contiene diferentes globos de colores que se les entregara a cada niño para que sople y lo suelte en el aire pero manteniéndolo así para que no caiga al suelo</p> <p>Esta actividad será acompañada con una canción de baby go</p> <p>Luego se les preguntara que les pareció la actividad</p>
Cierre	<p>Realizaran en una hoja la actividad realizada <input type="checkbox"/></p> <p>¿Qué hemos aprendido hoy?</p> <p><input type="checkbox"/> ¿Te gusto la actividad?</p>

IV. MATERIALES

- Hojas de colores
- Plumones
- Una pandereta
- Globos
- Caja

V. ENLACES DE REFERENCIA

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DCN

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

VII. ANEXOS

Anexo 16: Sesión 6

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Oliendo aromas
1.2 Título de la sesión	Aquí y ahora
1.3 Institución educativa	Libertador Simon Bolivar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	Riveros Morales Milushka y Espinal Prado Flor
1.6 Edad de los niños	4 años
1.7 Fecha	23/09/2022

II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
COMUNICACIÓN Se comunica oralmente en su lengua materna.	<ul style="list-style-type: none"> Expresa sus necesidades, emociones, intereses y da cuenta de sus experiencias al interactuar con personas de su entorno familiar, escolar o local. Utiliza palabras de uso frecuente, sonrisas, miradas, señas, gestos, movimientos corporales y diversos volúmenes de voz según su interlocutor y propósito: informar, pedir, con - vencer o agradecer. 	Que los niños usen su olfato para reconocer diferentes aromas	Los niños descubren a usar su olfato	Dibujaran lo aprendido en clase.

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Inicio	La maestra invitara a los niños a sentarse en media luna y se dará inicio con la canción `` “Hola ,Hola ,como estas” luego se les dará las indicaciones para realizar la actividad, los niños bailaran la canción el sentido del olfato la maestra les preguntara de que se ha tratado la canción
Desarrollo	La maestra les enseñara imágenes sobre lo que podemos oler mediante unas tarjetas Luego les mostrara en una caja diferentes objetos que los niños olerán entre ellos una flor, una cascar de naranja, un perfume, canela, ajos, cebolla, limón luego les invitara a cerrar los ojos y a disfrutar del olor Luego se les preguntara Que piensas de este olor Habían olores agradables Habían olores desagradables
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué hemos trabajado el día de hoy □ ¿Qué parte de la actividad te gusto más? Al finalizar cada niño dibujara lo que realizaron en el taller

IV. MATERIALES

□ Papel bond □

Colores

- Hoja
- Flor
- Naranja
- Ajos
- Canela
- Limón
- Cebolla

V. ENLACES DE REFERENCIA

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

□ DCN

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

VII. ANEXOS

ANEXO 17: Sesion 7

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
I. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	JUGAMOS CON NUESTRA IMAGINACION
1.2 Título de la sesión	Creamos y contamos monstruos

1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA y RIVEROS MORALES MILUSHKA
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS
1.7 Fecha	26/09/22

II. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DES EMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Comunicación Crea proyectos desde los lenguajes artísticos	Explora por iniciativa propia diversos materiales, de acuerdo con sus necesidades e intereses.	Creamos monstruos.	Explora diversos materiales para crear sus monstruos .	Los niños describirán a sus monstritos.

III. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción hola, hola como estas.
Desarrollo	La maestra les indica que en esta actividad vamos a crear Les dice cuál es el propósito del día de hoy creamos y contamos monstruos, para eso la maestra les mostrara lo que ella ha creado con diferentes imágenes de monstritos luego les preguntara cuantas partes se ha utilizado para crear el monstrito.
Cierre	La maestra les preguntara a cada uno como han creado su monstrito .Cómo se sintieron ¿¿Les gusto esta actividad?

IV. MATERIALES

Hojas
Colores
Imágenes

V. ENLACES DE REFERENCIA

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

VII. ANEXOS

Anexo 18: Sesión 8

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

VIII. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	JUGAMOS CON NUESTRA IMAGINACION
1.2 Título de la sesión	TRANSFORMAMOS ELEMENTOS CON NUESTRA IMAGINACION
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar 1166
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos

1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA y RIVEROS MORALES MILUSHKA			
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS			
1.7 Fecha	29/09/22			
IX. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE				
COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
comunicación crea proyectos desde los lenguajes artísticos	muestra y comenta de forma espontanea a compañeros y adultos de su entorno lo que ha realizado al jugar crear proyectos a traves de los lenguajes artísticos	los niños crearan a su manera con los diversos materiales usando su imaginacion	explora diversos materiales de acuerdo a sus necesidades e intereses descubre que los puede transformar usando su imaginacion y otros materiales	muestra lo que ha creado
X. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)				
Inicio	<p>La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad</p> <p>Luego iniciara la motivación con la canción “a saludarnos”</p> <p>La maestra les dirá cuál es el propósito el día de hoy “los niños crearan a su manera con los diversos materiales”</p>			
Desarrollo	<p>La maestra les indica que en esta actividad utilizaran sus manos y su imaginación</p> <p>Les pedirá a cada niño observar los materiales que la maestra les enseñara Luego</p> <p>Les preguntara</p> <p>¿Que han observado?</p> <p>¿Qué podemos construir con estos materiales?</p> <p>La maestra les pedirá a cada niño trabajar con sus materiales y descubrir que podemos construir, les pedirá que realicen su proyecto usando su creatividad usando diversos materiales</p>			
Cierre	<p>La maestra les preguntara a cada uno lo que han realizado, creado</p> <p>¿Qué haz creado con tus materiales? ¿Te gusto la actividad?</p>			
XI. MATERIALES				
<p>Papel de colores</p> <p>Conos</p> <p>Goma</p> <p>Silicona</p> <p>Temperas de colores</p>				
XII. ENLACES DE REFERENCIA				
XIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA				
XIV. ANEXOS				

Anexo 19: Sesión 9

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
XV.	DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	JUGAMOS CON NUESTRA IMAGINACION
1.2 Título de la sesión	CREAMOS PERSONAJES Y SUPERHEROES
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS
1.7 Fecha	30/09/22

XVI. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA A/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Comunicación Crea proyectos desde sus lenguajes artísticos	Muestra y comenta de forma espontánea a compañeros y adultos de su entorno lo que ha realizado al jugar y crear proyectos a través de los lenguajes artísticos.	Que los niños y niñas comenten sobre sus personajes creados.	Representa sus ideas a través de los diferentes lenguajes artísticos al representar a sus personajes.	Muestra y comenta como es su personaje creado.

XVII. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción SI ESTAS FELIZ La maestra creara un personaje y lo describirá y preguntara a los niños de que se trata
Desarrollo	La maestra les indica que en esta actividad vamos a crear personajes de cuentos o superhéroes de acuerdo a cada niño y lo describirán
Cierre	La maestra les preguntara a cada uno lo que han creado y tendrán que describir

XVIII. MATERIALES

Hojas
Colores
Juegos de los niños
Animales

XIX. ENLACES DE REFERENCIA

XX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

XXI. ANEXOS

Anexo 20: Sesión 10

XXII. DATOS INFORMATIVOS				
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Aprendiendo a respirar			
1.2 Título de la sesión	Mirarse a los ojos			
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar			
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos			
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA			
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS			
1.7 Fecha	05/10/22			
XXIII. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE				
COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Crea proyectos desde los lenguajes artísticos	Muestra y comenta de forma espontanea a compañeros y adultos de su entorno lo que ha realizado al jugar y crear proyectos a través de los lenguajes artísticos	Que los niños aprendan a ser empáticos	Los niños realizaran la actividad sin perder el contacto con el compañero	Realizaran la actividad mirándose uno al otro
XXIV. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)				
Inicio	La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción si estas feliz acompañada de un títere La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños aprendan a meditar			
Desarrollo	La maestra les indica que en esta actividad vamos a mirarnos a los ojos sin perder el contacto con el compañero mirándose frente a frente y así poder crear vínculos con los demás y poder despertar nuestra empatía hacia el compañero			
Cierre	La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase Luego les preguntara ¿De qué trato la actividad;			
XXV. MATERIALES				
Hojas				
Colores				
XXVI. ENLACES DE REFERENCIA				
XXVII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA				
XXVIII. ANEXOS				

Anexo 21: Sesión 11

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
XXIX. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Aprendiendo a respirar
1.2 Título de la sesión	La meditación de la rana
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS
1.7 Fecha	07/10/22
XXX. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE	

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑO S	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Psicomotricidad Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Realiza acciones y movimientos de coordinación óculo manual y óculo podal acorde con sus necesidades e intereses y según las características de los objetos o materiales que emplea en diferentes situaciones cotidianas de exploración y juego	Que los niños aprendan a meditar, a ser pacientes	Realicen acciones como el de una rana	Respirar como lo hace una rana

XXXI. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	<p>La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad</p> <p>Luego iniciara la motivación con la canción soy una serpiente</p> <p>La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños aprendan a meditar como la rana</p>
Desarrollo	<p>La maestra les indica que en esta actividad vamos a permanecer quietas observando lo que pasa a nuestro alrededor, se trata de respirar como una rana para que noten el movimiento de la barriga sin prestar atención a otros estímulos con este ejercicio el niño aprende a ser paciente a relajarse y estar clamado</p>
Cierre	<p>La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase</p> <p>Luego les preguntara</p> <p>¿De qué trato la actividad?</p>

XXXII. MATERIALES

Hojas Colores

XXXIII. ENLACES DE REFERENCIA

XXXIV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

XXXV. ANEXOS

Anexo 22: Sesión 12

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

XXXVI. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Trabajando la respiracion
1.2 Título de la sesión	Trabajando el soplo
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA

1.6 Edad de los niños	4 AÑOS			
1.7 Fecha	10/10/22			
XXXVII. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE				
COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Psicomotricidad Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Realiza acciones y movimientos de coordinación óculo manual y óculo podal acorde con sus necesidades e intereses y según las características de los objetos o materiales que emplea en diferentes situaciones cotidianas de exploración y juego	Que los niños entiendan que tienen que coger aire para después soltarlo	Realicen acciones como el soplo	Respirar trabajando el soplo
XXXVIII. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)				
Inicio	La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción soy una taza La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños trabajen el soplo con diferentes materiales			
Desarrollo	La maestra les indica que en esta actividad vamos a utilizar diferentes materiales como plastilina, pelotita, tempera, sorbete y agua Los niños tendrán que hacer una especie de carretera utilizando la plastilina, y la pelota, el niño deberá de soplar con mucho cuidado para que recorra el camino hasta llegar al otro extremo En la otra actividad el niño tendrá que usar su tempera y un poco de agua para que pueda formar diferentes figuras al soplar con el sorbete			
Cierre	La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase Luego les preguntara ¿De qué trato la actividad?			
XXXIX. MATERIALES				
Hojas Temperas Sorbetes Agua Pelota plastilina				
XL. ENLACES DE REFERENCIA				
XLI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS				
VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA				
XLII. ANEXOS				

Anexo 23: Sesión 13

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE	
XLIII. DATOS INFORMATIVOS	
1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Trabajando la respiración
1.2 Título de la sesión	saltando

1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS
1.7 Fecha	12/10/22

XLIV. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑ OS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Psicomotricidad Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Realiza acciones y movimientos de coordinación óculo manual y óculo podal acorde con sus necesidades e intereses y según las características de los objetos o materiales que emplea en diferentes situaciones cotidianas de exploración y juego	Que los niños salten con los ojos cerrados	Realicen acciones como el salto	Que salten con los ojos cerrados y con las manos en el pecho para sentir los latidos de su corazón y la respiración

XLV. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción el baile del cuerpo La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños salten para poder reconocer el latido de su corazón y su respiración
Desarroll o	La maestra les indica que en esta actividad vamos a saltar al ritmo de la canción y nos tocaremos el pecho con nuestras manos y cerraremos nuestros ojos para poder así sentir los latidos de nuestro corazón y sentir la respiración
Cierre	La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase Luego les preguntara ¿De qué trato la actividad¿

XLVI. MATERIALES

Hojas
Temperas
Sorbetes
Agua Pelota
plastilina

XLVII. ENLACES DE REFERENCIA

XLVIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

Anexo 24: sesión 14

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

XLIX. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Trabajando la respiración
1.2 Título de la sesión	Soy un astronauta
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES MILUSHKA
1.6 Edad de los niños	4 AÑOS
1.7 Fecha	14/10/22

L. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Psicomotricidad Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Realiza acciones y movimientos de coordinación óculo manual y óculo podal acorde con sus necesidades e intereses y según las características de los objetos o materiales que emplea en diferentes situaciones cotidianas de exploración y juego	Que los niños describan los objetos pero con los diferentes sentidos	Realicen acciones donde tengan que observar	Los niños serán astronautas y describirán todo lo que vean

LI. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	<p>La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción soy un astronauta La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños el día de hoy serán unos astronautas y observaran todo lo que hay alrededor</p>
Desarroll o	<p>La maestra les indica que en esta actividad vamos a convertirnos todos en astronautas y todo lo que esta en el aula es nuevo para nosotros comenzaremos observando todo y lo que mas nos llame la atención lo vamos a describir por ejemplo una manzana que será, a que huele, de que color es, que sabor tendrá Luego cada uno hará lo mismo pero con diferentes objetos</p>
Cierre	<p>La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase Luego les preguntara ¿De qué trato la actividad¿</p>

LII. MATERIALES

Hojas
colores

LIII. ENLACES DE REFERENCIA

LIV. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

LV. ANEXOS

Anexo 25: Sesión 15

ESQUEMA DE SESIÓN DE APRENDIZAJE

LVI. DATOS INFORMATIVOS

1.1 Experiencia de aprendizaje/ Unidad de aprendizaje	Trabajando la respiración
---	---------------------------

1.2 Título de la sesión	relajandonos
1.3 Institución educativa	Libertador Simón Bolívar
1.4 Docente de aula.	Tabita Ostos Barrientos
1.5 Practicante	ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA Y RIVEROS MORALES
1.6 Edad de los niños	MILUSHKA 4 AÑOS
1.7 Fecha	17/10/22

LVII. PROPÓSITO DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA/ CAPACIDADES	DESEMPEÑ OS	PROPÓSITO	CRITERIO	PRODUCTO
Psicomotricidad Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad	Realiza acciones y movimientos de coordinación óculo manual y óculo podal acorde con sus necesidades e intereses y según las características de los objetos o materiales que emplea en diferentes situaciones cotidianas de exploración y juego	Que los niños describan los objetos pero con los diferentes sentidos	Realicen acciones donde tengan que observar	Los niños serán astronautas y describirán todo lo que vean

LVIII. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD (evidenciando los procesos pedagógicos)

Inicio	<p>La maestra invitara a los niños a colocarse en asamblea y comenzara a dar las indicaciones para la actividad Luego iniciara la motivación con la canción mis manitos</p> <p>La maestra luego de la motivación les dirá cuál es el propósito de la clase que los niños el día de hoy se relajaran colocándonos en el piso</p>
Desarroll o	<p>La maestra les indica que en esta actividad vamos a colocarnos en el piso pero en posición como si fuéramos a dormir a nuestra cama y la maestra con una tela de color se lo colocaran por encima de cada uno acompañado de una canción tranquila donde les de serenidad a los niños se les pedirá que cierren sus ojos, y que trasladen su atención a las distintas partes del cuerpo de este modo se tranquilizan y toman conciencia de su cuerpo</p>
Cierre	<p>La maestra les entrega una hoja en la cual tendrán que dibujar lo trabajado en clase Luego les preguntara ¿De qué trato la actividad¿</p>

LIX. MATERIALES

Hojas
colores

LX. ENLACES DE REFERENCIA

LXI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

VII INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN Y ASISTENCIA

LXII. ANEXOS

Anexo 26



Anexo 27



Anexo 28



Anexo 29



Anexo 30



Anexo 31



Anexo 32





UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, MICHCA MAGUIÑA MARY HELLEN MARIELA, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN INICIAL de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Programa del Mindfulness para el desarrollo de las habilidades sociales en infantes de 4 años, Lima-2022", cuyos autores son RIVEROS MORALES MILUSHKA ANTUANETH, ESPINAL PRADO FLOR DE MARIA ELIZABETH, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 20.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 02 de Diciembre del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
MICHCA MAGUIÑA MARY HELLEN MARIELA DNI: 41478652 ORCID: 0000-0001-7282-5595	Firmado electrónicamente por: MMICHCAM el 02-12- 2022 22:11:26

Código documento Trilce: TRI - 0469076