



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL**

**Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia  
escolar en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

Licenciada en Educación Inicial

**AUTORAS:**

Alcantara Mantari, Rita Patricia ([orcid.org/0000-0003-0761-1392](https://orcid.org/0000-0003-0761-1392))

Vidal Rocha, Milagros Teresa ([orcid.org/0000-0002-3684-5465](https://orcid.org/0000-0002-3684-5465))

**ASESORA:**

Dra. Vidal Negreiros, Magnet Liliane ([orcid.org/0000-0003-2532-8988](https://orcid.org/0000-0003-2532-8988))

**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

2023

## Dedicatoria

A mis padres quienes estuvieron siempre conmigo brindándome su apoyo incondicional para nunca rendirme y a mi hermana quien me alentó a seguir adelante en todo lo que me proponga, se los dedico con mucho orgullo por su confianza para lograr ser una buena profesional.

-Rita Patricia Alcantara Mantari

A mis padres Jessica y Manuel, que han sido mi soporte durante toda esta etapa, apoyándome en cada paso que doy, a mi abuela Teresa por ser mi inspiración y motivación para seguir mis sueños, a mi familia por creer en mí y finalmente a mi ángel Gianella, que desde el primer día me dio fuerzas para no rendirme y lo sigue haciendo desde el cielo.

-Milagros Teresa Vidal Rocha

## Agradecimiento

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a todas las personas que han contribuido de manera significativa a la realización de esta tesis.

En primer lugar, agradecemos a nuestra asesora de tesis, por su orientación, apoyo y valiosas sugerencias a lo largo de todo el proceso. Su experiencia y dedicación fueron fundamentales para dar forma a este trabajo de investigación, por sus valiosas aportaciones y comentarios durante las etapas críticas de este proyecto. Sus conocimientos especializados y perspectivas enriquecieron significativamente nuestro trabajo.

Nuestra gratitud a nuestros padres, quienes compartieron esta etapa tan importante para nosotras con ellos y fueron un pilar fundamental para poder lograr nuestra meta. Estamos profundamente agradecidas por su inquebrantable apoyo emocional, su aliento constante ha sido fuente de motivación a lo largo de toda nuestra carrera universitaria.

Finalmente, agradecemos a todos aquellos que, de alguna manera, contribuyeron a este proyecto. Este logro no habría sido posible sin la ayuda y el respaldo de cada uno de ustedes.

Gracias a todos los que formaron parte de este viaje universitario, sus influencias positivas han dejado una huella imborrable en nuestras vidas.



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, VIDAL NEGREIROS MAGNET LILIANE, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN INICIAL de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.", cuyos autores son ALCANTARA MANTARI RITA PATRICIA, VIDAL ROCHA MILAGROS TERESA, 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, 10 de Diciembre del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
MAGNET LILIANE VIDAL NEGREIROS <b>DNI:</b> 10612419 <b>ORCID:</b> 0000-0003-2532-8988	Firmado electrónicamente por: MVIDALNE el 26-12- 2023 16:33:32

Código documento Trilce: TRI - 0690591



**Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, ALCANTARA MANTARI RITA PATRICIA, VIDAL ROCHA MILAGROS TERESA estudiantes de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN INICIAL de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

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

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
ALCANTARA MANTARI RITA PATRICIA <b>DNI:</b> 71331778 <b>ORCID:</b> 0000-0003-0761-1392	Firmado electrónicamente por: RALCANTARAMA12 el 04-01-2024 20:11:07
VIDAL ROCHA MILAGROS TERESA <b>DNI:</b> 72391507 <b>ORCID:</b> 0000-0002-3684-5465	Firmado electrónicamente por: MVIDALRO31 el 04-01-2024 20:12:03

Código documento Trilce: INV - 1573610

## Índice de Contenidos

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento .....	iii
Declaratoria de Autenticidad del Asesor.....	iv
Declaratoria de Originalidad Del Autor/ Autores .....	v
Índice de tablas .....	vii
Índice de gráficos y figuras.....	ix
RESUMEN .....	x
ABSTRACT .....	xi
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA.....	13
3.1 Tipo y Diseño de la Investigación.....	13
3.2 Variables y operacionalización.....	13
3.3 Población, muestra y muestreo.....	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	17
3.5 Procedimientos: .....	18
3.6 Método y análisis de datos.....	19
3.7 Aspectos éticos.....	19
IV. RESULTADOS.....	20
V. DISCUSIÓN .....	38
VI. CONCLUSIONES.....	42
VII. RECOMENDACIONES .....	45
REFERENCIAS	
ANEXOS	

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b>	Muestra de estudiantes de 5 años de educación inicial de la institución educativa pública I.E.I 064 Señor de los Milagros.....	16
<b>Tabla 2</b>	Ficha técnica del instrumento de la convivencia escolar .....	17
<b>Tabla 3</b>	Validez del instrumento de observación para medir la convivencia escolar en niños de 5 años .....	18
<b>Tabla 4</b>	Confiabilidad del instrumento de prueba para medir la convivencia escolar en niños de 5 años .....	18
<b>Tabla 5</b>	Estadísticas descriptivas de la variable convivencia escolar en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest.. .....	21
<b>Tabla 6</b>	Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia inclusiva en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest. ....	22
<b>Tabla 7</b>	Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia democrática en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest.....	24
<b>Tabla 8</b>	Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia pacífica en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest. ....	25
<b>Tabla 9</b>	Tabla de Distribución de frecuencia de la variable convivencia escolar en el grupo control y experimental en el pre test. ....	27
<b>Tabla 10</b>	Tabla de distribución de frecuencia de la variable convivencia escolar del grupo control y experimental en el post test. ....	27
<b>Tabla 11</b>	Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia inclusiva en el grupo control y experimental en el pre test. ....	29
<b>Tabla 12</b>	Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia inclusiva del grupo control y experimental en el post test. ....	29

<b>Tabla 13</b> Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia democrática del grupo control y experimental en el pre test. ....	31
<b>Tabla 14</b> Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia democrática del grupo control y experimental en el post test.....	31
<b>Tabla 15</b> Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia pacífica del grupo control y experimental en el pre test. ....	33
<b>Tabla 16</b> Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia pacífica del grupo control y experimental en el post test. ....	33
<b>Tabla 17</b> Resultados de la prueba de estadísticos del Pretest del grupo control y grupo experimental.....	35
<b>Tabla 18</b> Resultados de la prueba de estadísticos del Pretest del grupo control y grupo experimental.....	36



## Índice de gráficos y figuras

<b>Figura 1</b> Resultados de la variable convivencia escolar en ambos grupos del pre test y post test. ....	21
<b>Figura 2</b> Resultados de la dimensión 1 convivencia inclusiva, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test.....	23
<b>Figura 3</b> Resultados de la dimensión 2 convivencia democrática, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test.....	24
<b>Figura 4</b> Resultados de la dimensión 3 convivencia pacífica, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test. ....	26
<b>Figura 5</b> Gráfico de barras por porcentajes de la variable convivencia escolar según pretest y postest del grupo control y grupo experimental. ....	28
<b>Figura 6</b> Gráfico de barras por porcentajes de la dimensión convivencia inclusiva pretest y postest del grupo control y grupo experimental. ....	30
<b>Figura 7</b> Gráfico de barra por porcentajes de la dimensión convivencia democrática pretest y postest del grupo control y grupo experimental. ....	32
<b>Figura 8</b> Gráfico de barra por porcentajes de la dimensión convivencia pacífica pretest y postest del grupo control y experimental. ....	34

## RESUMEN

El mindfulness es un método diseñado para lograr la atención y concentración eficaz, mediante este se busca disminuir considerablemente el estrés y mejorar la salud mental, por ello la presente investigación tiene como objetivo determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años. Esta investigación es de tipo aplicado, nivel explicativo, enfoque cuantitativo, diseño cuasiexperimental, método hipotético deductivo y corte transversal. Su población fue de 98 estudiantes de la I.E.I 064 Señor de los Milagros, donde mediante un muestreo no probabilístico se obtuvo la muestra de 20 estudiantes en el grupo control y experimental. Para obtener los datos se utilizó una guía de observación, que pasó por proceso de validación y confiabilidad a juicio de experto, estuvo sujeta a una prueba piloto para el análisis de Alpha de Cronbach obteniendo como resultado de 0.96, considerándola de confiabilidad alta. Finalmente, se evidenció una mejora significativa en el postest, donde el grupo experimental en las escalas obtuvo 55% en casi siempre y 45% en a veces, concluyendo que el mindfulness como estrategia tuvo un efecto positivo para la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años.

Palabras clave: Mindfulness, convivencia, escolar, habilidades, sociales

## ABSTRACT

Mindfulness is a method designed to achieve effective attention and concentration, which seeks to considerably reduce stress and improve mental health. For this reason, this research aims to determine the influence of mindfulness as a strategy to improve school coexistence in 5-year-old children. This is an applied research, explanatory level, quantitative approach, quasi-experimental design, hypothetical-deductive method and cross-sectional. Its population was 98 students of the I.E.I 064 Señor de los Milagros, where by means of a non-probabilistic sampling, a sample of 20 students was obtained in the control and experimental group. An observation guide was used to obtain the data, which underwent a process of validation and reliability by expert judgement, and was subjected to a pilot test for Cronbach's Alpha analysis, obtaining a result of 0.96, which is considered to be highly reliable. Finally, a significant improvement was evidenced in the post-test, where the experimental group obtained 55% in the scales almost always and 45% in sometimes, concluding that mindfulness as a strategy had a positive effect on the improvement of school coexistence in 5-year-old children.

Keywords: Mindfulness, school coexistence, social skills.

## I. INTRODUCCIÓN

La palabra convivencia hace referencia al conjunto de actividades elaboradas por las personas, conformada por su comportamiento, el modo de poder pensar y sentir; estos aspectos son las cualidades características de cada individuo y suelen ser negativos o positivos al momento de vincularse con quienes los rodea y mantener un ambiente sin problemas o conflictos. (Alcoser et al., 2019). Así mismo, Figueroa y Pereira (2018) nos mencionan que la convivencia escolar pertenece a una parte del desarrollo educativo porque se relaciona con la interacción que existe en la escuela, la convivencia está ligada a la condición que uno tiene para aprender, así como también para el aprendizaje propio. Por otra parte, Fierro y Carbajal (2019) señalan que la convivencia escolar se divide en tres dimensiones, las cuales son: convivencia pacífica, convivencia inclusiva y convivencia democrática.

En el nivel internacional se observa que, en 144 países, uno de cada tres estudiantes los cuales corresponden a un 32% del total han sufrido de actos que afectan al desarrollo de la estabilidad personal, convivencia escolar y en la estabilidad social, en este caso se presenta con más frecuencia la intimidación psicológica. Es importante saber que esta situación afecta de manera perjudicial en bienestar cognitivo del infante, así como en la vida diaria, la convivencia del ámbito socio-educativo, es por ello fundamental buscar medidas eficaces para reducir el hostigamiento escolar, ya que es una de las causas principales por las cuales los estudiantes a futuro en la educación primaria o secundaria son propensos a querer abandonar los estudios o faltar a clases. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO], 2019). En una entrevista orientada a los maestros con una finalidad de saber su apreciación con respecto a la relación existente entre el aprendizaje sobre la convivencia y la educación emocional en infantes de un centro educativo del nivel Inicial. Según las consideraciones manifestadas por los maestros que fueron entrevistados, nos mencionan que los estudiantes no sostienen una relación afectiva positiva apropiada con sus compañeros del aula, a lo cual se concluye que no se ha logrado alcanzar un buen aprendizaje respecto a la convivencia. (Alcoser et al., 2019).

Además, a nivel nacional, el Perú en su programa SiseVe, en el presente año se evidenció 55 248 casos de violencia, las cuales afectan a la convivencia escolar y con ellos al desarrollo de aprendizaje educativo, se puede observar que en relación a la violencia física 26 454, seguida de la agresión psicológica 19 360, siendo así que de todo 4402 casos pertenecen al nivel de educación inicial (Ministerio de Educación [MINEDU], 2023). Así mismo, encontramos que la MINEDU (2018) promueve la Ley N° 29719, la cual busca que en las instituciones educativas se tenga una convivencia sin violencia, teniendo de objetivo establecer mecanismo para prevenir y sancionar el hostigamiento de cualquier tipo considerado. De igual forma la MINEDU (2023) indica, que se le denomina convivencia escolar a la relación que tiene un grupo de personas en un establecimiento educativo la cual es una responsabilidad que se brinda para todos los miembros pertenecientes a la institución. Por ello la convivencia escolar es reconocida como parte de la gestión escolar por la relevancia de las relaciones interpersonales para el óptimo desarrollo en el aprendizaje y el clima escolar.

Del mismo modo, a nivel distrital en un centro educativo de Educación Básica Regular (EBR) ubicado en Santa Anita se presentó en el año 2023 mediante un consolidado de la evaluación diagnóstica realizado, que en el nivel de 5 años se observaron dificultades en la convivencia ya que un 48% del alumnado se encuentra en inicio y un 47% en proceso, teniendo a solo un 5% en logrado. (Proyecto Educativo Institucional, 2023)

Es por ello que teniendo en cuenta la realidad problemática, se plantea la siguiente interrogante general: ¿Cómo influye el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023? A partir de esta, se desglosan como problemas específicos, lo siguiente: ¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia inclusiva, en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023?, ¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia democrática en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023?, ¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia pacífica en los niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023?

El estudio se justifica de forma teórica, debido a que cuenta con evidencias de fuentes confiables, revistas científicas, tesis, así como también artículos, etc. La investigación se trata sobre la influencia del mindfulness como una estrategia para lograr mejorar la convivencia en el ámbito escolar en los alumnos de 5 años, los resultados servirán para apoyar investigaciones a futuro. Por otro lado, en el ámbito metodológico, se tuvo un enfoque cuantitativo de diseño experimental, teniendo un tipo de corte cuasiexperimental, se empleó el pre y post test para recoger datos de los alumnos y comprobar de qué manera impacta el mindfulness como una estrategia para mejorar de manera significativa la convivencia escolar, por ello, se usó un instrumento de medición el cual ayudó a obtener contenidos importantes, si es que se requiere. Con relación a la justificación práctica, se realizó talleres que ayudarán a promover diversas actividades la cuales ayudarán a fortalecer la convivencia escolar mediante la estrategia del mindfulness, promoviendo así un espacio adecuado y pertinente para el aprendizaje óptimo en los niños de la EBR.

En correspondencia a las interrogantes planteadas, se estableció como objetivo principal: Determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. Así como los objetivos específicos son los siguientes: a) Identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia inclusiva en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. b) Identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia democrática en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. c) Identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia pacífica en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

Así mismo, se destaca la siguiente hipótesis general: El mindfulness como estrategia influye de manera eficiente en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. Además, cuenta con las siguientes hipótesis específicas: a) La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia inclusiva en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. b) La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia democrática en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023. c) La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia pacífica en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

Concerniente a las investigaciones hallamos en el nivel internacional a Salas & Alcaide (2022) en su trabajo de investigación tuvo como objetivo constatar que los estudiantes a los cuales se le ha aplicado el programa propuesto mejoren su área socioemocional, el enfoque que se utilizó fue cuantitativo con tipo de diseño cuasiexperimental, con una muestra de 346 personas, la cual 173 fueron los padres y 173 alumnos de la edad de 5 años de cuatro diferentes centro educativos de la localidad de Lorca en España, el instrumento que se empleó fue el pretest-postest con un análisis estadístico SPSS, en cuanto al resultado se muestra un nivel de confianza superior al 95% en cuanto a la diferencia del grupo control y experimental, se observa un aumento de medias en el grupo experimental a comparación del control, lo cual quiere decir que el grupo experimental mostraron un menor porcentaje de conductas agresivas, con lo cual concluyeron que el programa “EMOTI” aplicado en los alumnos del grupo experimental favoreció en mejorar el área social de los estudiantes cinco años y su convivencia.

Mientras que Terssi & Matsouka (2020) en su presente investigación, determinaron en su objetivo examinar cual es el cambio que se tiene luego de la aplicación de un programa el cual contiene diversas actividades lúdicas las cuales buscan contribuir al fortalecimiento de las competencias sociales en estudiantes de nivel preescolar. El enfoque de la investigación es cuantitativo y se llevó a cabo con una muestra total de 40 alumnos. De estos, 20 formaron parte del grupo experimental, mientras que los 20 restantes integraron el grupo de control en un centro educativo griego, tuvo como instrumento un pre y post test cuya información se encargaron de recopilar los maestros, en el resultado los estudiantes de grupo experimental disminuyó sus problemas de conducta, mediante la media se observa que pasó de 24.30 a 19.10, mientras que en el grupo control pasaron de 11.50 a 11.05, lo cual indica que tuvieron una mejoría en cuanto a sus habilidades sociales, sin embargo el grupo experimental denotó una mejora y desarrollo más significativa en comparación al grupo control, por consiguiente, se determinó que la implementación de programas centrados en actividades lúdicas es crucial para alcanzar un progreso significativo en el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de nivel preescolar.

Ecevit & Sahin (2021) en su investigación tuvieron como objetivo investigar de qué manera se relacionan las habilidades motoras en relación a las habilidades sociales que deben tener los alumnos de preescolar, el enfoque para la investigación fue cuantitativo, en el cual tuvieron de muestra a 160 estudiantes de la edad de 5 a 6 años de Turquía, su instrumento utilizado fue una herramienta de evaluación para cuantificar las habilidades sociales de los alumnos preescolares, la investigación tuvo como resultado que el 56.28% de los estudiantes de entre 5 a 6 años obtuvieron una mejora positiva en relación a las habilidades sociales, concluyendo de esta manera que si existe una vinculación directa entre las habilidades motoras y las habilidades sociales del alumnado de preescolar.

Isón et. al (2020) en su trabajo de investigación toma en cuenta con dos objetivos en su investigación, el primero fue la descripción de un programa el cual se basa en desarrollar las habilidades socio cognitiva en estudiantes del nivel inicial, en el cual se debe capacitar a los docentes encargados, para que de esta manera lo implementen en sus aulas de clase, como segundo objetivo tuvo la implementación del programa, el cual se aplicó en diferentes escuelas donde existían diversos contextos socioculturales, la investigación se llevó a cabo con un enfoque cuantitativo, utilizando una muestra de 257 estudiantes del nivel inicial en Argentina, se realizó un pre y post test en los estudiantes, seguido de entrevistas a los padres luego de realizar el programa. Los resultados indicaron que el programa de estimulación tuvo un impacto positivo del 79.39% en la mejora de las áreas sociocognitiva y emocional de los niños en un 79.39% en la mejora del área sociocognitiva y emocional de los infantes, mientras que el 17.52% mencionan que no ven ninguna mejora, pero tampoco un desnivel en sus hijos y el 3.09% estuvieron de acuerdo con implementar el programa como algo habitual en los infantes, lo que quiere decir que el programa tuvo un impacto de mejora significativa en relación a las habilidades socio cognitivas y emocionales de los infantes, se concluyó que se deben implementar o adaptar más programas que ayuden a la mejora de las capacidad emocionales y las sociocognitivas.

San et. al (2021) En su proyecto de investigación, el objetivo consistió en implementar el juego para fortalecer el área tanto emocional y social de los alumnos de preescolar. Se eligió un método numérico, con una muestra de 45 niños en el



grupo experimental de preescolar. Se realizaron pruebas antes y después en los niños para cuantificar el desarrollo social y emocional. Los resultados señalaron que la aplicación del programa basado en juegos tuvo un impacto significativo en la mejora del proceso social y emocional de los alumnos. En relación con las disparidades en el desarrollo social en el grupo control, el pretest reveló un 31.36% de buen desarrollo social y al finalizar el programa en el post test se observó un aumento a 63.87%, quiere decir que hubo un incremento de 32,51% en el grupo experimental, por lo cual se concluyó que el juego tiene un rol importante y fundamental para ayudar a optimizar el desarrollo social en los alumnos del nivel preescolar.

También tenemos a Hernández (2022) en su trabajo de investigación, precisó como objetivo crear una estrategia educativa el cual beneficie de manera óptima la convivencia escolar a partir del desarrollo socioemocional, su enfoque fue mixto, la muestra constó de 19 alumnos de preescolar, 9 maestros y 37 padres de una institución educativa en México, el instrumento utilizado se basó en una ficha de observación en los infantes y para profundizar los resultados se hizo una entrevista directamente a los familiares directos, docentes y observación entre los alumnos, según los resultados, se evidencia que debido a la falta de interacción social entre ellos, un 89% de los alumnos presentan un nivel bajo en lo que respecta a las relaciones sociales con sus compañeros y el 53% muestra una comunicación nula con su entorno por la virtualidad, es por ello que se concluye que es fundamental desarrollar la convivencia escolar, considerando que es un reto actual para la sociedad, con lo cual es importante que los docentes hagan uso de estrategias motivacionales y creativas.

García et. al (2018) en su trabajo de investigación, determinó como objetivo en su investigación lograr una adecuada la convivencia escolar mediante el uso de narraciones, para lo cual se basó en un enfoque mixto, la muestra constó de 31 estudiantes de preescolar, de entre 5 y 6 años de una institución de Colombia, el instrumento empleado fue una encuesta a los padres de familia para observar el comportamiento que tenían de los infantes, los resultados que se obtuvieron fue que el 88% de los estudiantes muestra carencia del valor del respeto con su entorno, por lo cual se propuso mejorar la convivencia escolar fomentando la

literatura infantil por medio de relatos de cuentos, lectura libre, etc. Se concluyó de esta manera la importancia de la literatura en relación con el reforzamiento de la convivencia de los estudiantes en las aulas.

Castro et. al (2018) en su indagación planteó como propósito principal poder medir la inteligencia emocional en los infantes, el enfoque en el cual se basó su investigación es cuantitativo, su muestra fue de 80 estudiantes de preescolar en la provincia de Guayas, Ecuador, el instrumento utilizado fue de subescala para medir la inteligencia emocional y un test de habilidades en la interacción social, haciendo uso del programa del SPSS, para así obtener los resultados estadísticos, los resultados obtenidos fueron se tuvo una mediana de 75 lo cual refiere que la inteligencia emocional juega un papel muy importante para lograr desarrollar las destrezas interpersonales de los infantes, concluyendo que la inteligencia emocional es fundamental en la etapa infantil, ya que de esta manera los estudiantes logran relacionarse de una manera más empática con su entorno social, mejorando a su vez la convivencia en las aulas.

Mientras que Alcoser el. al (2019) En su proyecto de investigación, el objetivo fue describir los resultados obtenidos al analizar la relación entre la educación emocional y el proceso de aprendizaje en la convivencia escolar de estudiantes de 4 a 5 años en la institución preescolar "Mundo Mágico" en Ecuador. Se empleó un enfoque cuantitativo y la muestra estuvo formada por 104 participantes de las cuales 50 fueron estudiantes preescolares, para lo cual se realizó la observación, donde como resultado se tuvo que el 60% de los estudiantes están en proceso de permitir la participación de sus compañeros respetándolos, el 32% en adquirido y el 2% en iniciado, evidenciando así que los estudiantes tienen un comportamiento inadecuado con su entorno, concluyendo así que se debe incentivar nuevas y mejoradas estrategias educativas en relación a la educación emocional, de esta manera se busca influir en el reforzamiento y cambio significativo en cuanto a la convivencia escolar en los infantes.

Drouet (2022) en su investigación, tuvo como objetivo proponer diversas estrategias a docentes del nivel inicial a través de juegos con la finalidad de Fomentar las habilidades sociales de los estudiantes en la institución educativa "Betania" en Ecuador fue abordado mediante un enfoque cuantitativo, la muestra

incluyó a 32 niños de preescolar y a las autoridades, y se llevó a cabo una entrevista con los directivos, así como la utilización de fichas de observación en los estudiantes, los resultados que se obtuvieron fueron que el 0% de los estudiantes siempre se integran con facilidad a los grupos para realizar diferentes actividades, el 33% casi siempre, el 67% a veces y el 0% nunca. lo cual quiere decir que los estudiantes no tienen una fácil integración con su entorno, demostrando así que las habilidades sociales no se encuentran completamente desarrolladas es por ello que se propone el uso de diversas estrategias a los docentes para incluir en los estudiantes, concluyendo de esta manera que los juegos son fundamentales para lograr fortalecer las habilidades sociales en los alumnos desde la infancia.

Con referencia a los antecedentes nacionales, Pereda, L. (2020) en su investigación, planteó como su objetivo probar qué se puede mejorar de manera significativa la convivencia en los estudiantes de 4 años mediante los juegos tradicionales, el enfoque adoptado fue cuantitativo, con un diseño cuasi-experimental, y la muestra consistió en dos aulas que agrupaban a estudiantes de 4 años en el nivel preescolar., teniendo un total 50 estudiantes, Perú, el instrumento que efectuó fue un test conformado por 27 ítems, el resultado principal fue que en el pre test del grupo experimental se observa que un 8% se encontraba en inicio, un 92% en regular, 0% en bueno y 0% en excelente, sin embargo en el post test se pudo visualizar que un 0% se encontraba en inicio, un 76% en regular, un 24% en bueno y 0% en excelente, quiere decir que sí encontraron mejoras en la convivencia de los estudiantes tras aplicar el programa de los juegos tradicionales, concluyeron que el juego tradicional como estrategia generó una mejora significativa en la convivencia escolar de los estudiantes de 4 años.

Por otra parte, Huarcaya, B. (2019) en su trabajo de investigación, tuvo por objetivo comprobar de qué manera influye los valores morales en relación a la convivencia escolar de los estudiantes de 4 y 5 años, teniendo un enfoque cuantitativo, diseño preexperimental, la población para su muestra conformada por 33 estudiantes, teniendo como instrumento que se utilizó para la observación una ficha, a partir de los resultados se puede aser que para tener una buena convivencia escolar los valores morales influyen de manera significativa,

concluyendo así que existe una diferencia notable entre el pretest (21,58%) y post-test (34,91%) respecto a la convivencia escolar.

Asimismo, Díaz et. al (2022) En esta investigación, el objetivo principal fue evaluar el impacto del uso de estrategias lúdicas en la mejora de las normas de convivencia. Se adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño explicativo-aplicado, aplicando un diseño cuasi-experimental y con una muestra de 54 estudiantes que abarcaba tanto a niñas como a niños, se utilizó un cuestionario como herramienta de evaluación. Los resultados del pre test en el grupo experimental indicaron un 92.6% en la categoría de inicio, un 7.4% en proceso y un 0% en logrado en relación con el manejo de las normas de convivencia, sin embargo, en el post test, se alcanzó un 100% de logro con la implementación del programa de estrategias lúdicas para mejorar las normas de convivencia. Como conclusión, se destacó que estas estrategias lúdicas son beneficiosas para la convivencia en las aulas, recomendando su implementación.

Arce, K. (2019) en su trabajo de investigación, tuvo como objetivo central especificar de qué manera interviene un taller de psicomotricidad, con respecto a la reducción de agresividad en los alumnos menores de 5 años pertenecientes a una Institución Educativa N° 224 “Indoamérica”, el estudio se fundamentó en un enfoque cuantitativo de aplicación, con un diseño experimental y un corte cuasi experimental, para la muestra, se tomaron en cuenta dos aulas distintas con un total de 44 alumnos de la edad de 5 años, en donde 23 niños del total fueron parte del grupo experimental y los otros 21 conformaron el grupo control, como instrumento se utilizó pretest y post-test, teniendo así como resultado que efectivamente existe una diferencia significativa en cuanto a la eficacia del taller de psicomotricidad en la agresividad en los niños y se llegó a la conclusión que en un inicio los niveles de agresividad de los estudiantes se encontraba bajo en un 13.4%, media con un 56.52% y alta con un 30.43%, luego de la aplicación del taller logró mejorar llegando a obtener un nivel bajo de agresividad en un equivalente a 100% mejorando así en la convivencia con sus compañeros del aula.

Arce, K. (2020) en su investigación, su objetivo fue ejecutar un modelo educativo llamado “Juego, siento, soy” fundamentado en el área psicomotriz y la relación de mejora significativa de la inteligencia emocional de los alumnos que

pertenecen al nivel inicial, su enfoque adoptó una perspectiva cuantitativa de aplicación práctica, con un diseño experimental de tipo preexperimental, se conformó una muestra compuesta por tres grupos de participantes de edades entre los 3 y 5 años. Se utilizó un pre y post test como instrumento, y los resultados indicaron que en el grupo experimental, durante el pre test, se evidenció que el 0% había alcanzado el nivel de logrado, un 0% en proceso, un 15.83% en inicio y un 84.17% en no logrado, pero al concluir la ejecución de su modelo educativo se visualizó en el post test que un 8.33% pertenencia a logrado, un 37.50% en proceso, un 54,17% en inicio y un 0% en no logrado, teniendo de esta manera una mejora significativa la cual está relacionada a la convivencia escolar entre los estudiantes, con cual se concluye que el modelo educativo utilizado en la investigación denominado “Juego, siento, soy” generó un cambio significativo en beneficio de la inteligencia emocional en relación a los estudiantes del nivel inicial.

Oblitas et. al (2019) argumentan que el mindfulness ha sido diseñado como un método el cual actualmente es utilizado para lograr una atención eficaz, con la finalidad de poder disminuir el estrés, promoviendo así una mejora en la salud psicológica, dicho método se ha vuelto conocido en diversos centros de estudios como universidades, teniendo como objetivo reducir el estrés que se genera por múltiples factores como la etapa escolar, universitaria, profesional o diaria. Díaz et. al (2019), señala que el mindfulness se centra en ser un estudio basado en el budismo, el cual fue ejecutado en el área clínica, por un biólogo llamado Kabat en el (2003), nos menciona que esta técnica hace referencia al propósito que se tiene para ayudar a desarrollar los pensamientos de manera consciente y las acciones que suceden en el presente.

Minedu (2018) menciona que la convivencia escolar se refiere al grupo de relación entre personas que se desarrollan dentro de un centro educativo, las cuales se forman diariamente con acuerdos y responsabilidades entre el grupo, en este caso denominado como la comunidad educativa. Nos menciona también que es considerado como una manera de vivir diversas experiencias, estas podrían ser negativas, positivas, armónicas, esto siempre dependerá de qué manera cada individuo se relaciona con los demás.

Cerda et. al (2018) definen la convivencia escolar como las relaciones que existen entre miembros pertenecientes a una institución educativa, por lo cual se considera que las instituciones no solo son espacios donde se genera instrucciones o información para el área cognitiva, también se debe fomentar interacciones que contribuyan a una convivencia armoniosa, logrando así seres humanos con virtudes y valores..

Paredes (2021) indica que la convivencia inclusiva se relaciona de manera directa con la buena convivencia escolar, debido a que a partir de las vivencias entre el grupo de estudiantes se generan vínculos interpersonales en los cuales se practica de manera constante la comprensión, valoración y respeto entre los mismos en el espacio en el que se encuentren. Para lo cual es importante que las instituciones educativas tengan como objetivo principal.

Urbina et. al (2020) menciona que la convivencia democrática hace referencia a la evolución constante que se da mediante las interacciones diarias dentro de la institución educativa teniendo como finalidad un propósito de mejora, para ello el aula es considerado como un espacio clave, ya que es el lugar donde los estudiantes conviven la mayor parte del tiempo.

Chanduví et. al (2018) considera que la convivencia pacífica como la capacidad que tienen las personas para poder convivir entre ellos, manteniendo respeto y acuerdos mediante normal las cuales se deben tomar en cuenta en todas las situaciones que se puedan presentar, por lo cual se considera fundamental que las instituciones educativas diseñen y propongan estrategias las cuales se basen en mantener un ambiente pacífico entre los estudiantes, para que de esta manera se logre un bienestar entre los educandos, valorando, respetando y aceptando con sus diferencias.

Martínez (2018) define a la convivencia como parte del desarrollo personal y social la cual busca la creación de un mundo común, donde es fundamental vivenciar con los demás, así como también, la creación de valores, la equidad y justicia. Plasmándolo en el contexto escolar esto se puede especificar cómo las relaciones interpersonales de todos los miembros que conforman a la comunidad educativa.

El enfoque asociado a la convivencia escolar se encuentra enfocada en la teoría sociocultural/socio constructivismo de Vygotsky el cual se basa en el desarrollo lingüístico, mental y social de los infantes, siendo estos tomados en cuenta de forma significativa, ya que contribuyen en la convivencia social, dicha teoría determina que la conducta de cada individuo se da mediante la relación con su entorno y no de forma individual, pues la relación con los demás es la que mejora el desarrollo y el aprendizaje en relación a compartir y colaborar con los demás, generando así una convivencia adecuada en el entorno. La teoría del autor es fundamental, pues se refiere a la convivencia escolar, explicando que los niños siempre se encuentran en un entorno social. (Vygotsky 1962).

Saldarriaga et. al (como se citó en Piaget, 1969), señala que Piaget en su teoría constructivista determina que se fundamenta en el desarrollo de las personas, el cual se va dando en su día a día como resultado de la interacción en el factor cognitivo y social, dicho suceso se da de manera permanente en cada persona y en el entorno en que se encuentre, la teoría menciona que se relaciona con el fortalecimiento de las habilidades sociales, teniendo así la capacidad de relacionarse con su entorno.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y Diseño de la Investigación

##### **3.1.1 Tipo de investigación:**

El presente trabajo de investigación cuenta con un enfoque cuantitativo, según Otero (2018), porque se basa en mediciones, haciendo uso de la observación del proceso para recoger datos y así poder comprobar la confiabilidad de la investigación, empleando un análisis estadístico.

Será un estudio de tipo aplicativo, conocido también como práctica, ya que mediante este tipo de investigación se busca resolver y evaluar problemas o situaciones que se den en la intervención del método aplicado (Hernández y Mendoza, 2018).

##### **3.1.2 Diseño de investigación:**

La investigación cuenta con un diseño experimental, de corte cuasiexperimental, ya que se tiene un grupo denominado grupo experimental en donde se aplicará la estrategia planteada en el proyecto de investigación y otro grupo denominado grupo control, en el cual se hará una observación antes y después sin aplicar la estrategia, siendo este caracterizado por indagar a dos grupos como muestra para obtener una base de datos. (Hernández y Mendoza, 2018).

#### 3.2 Variables y operacionalización

##### **Definición conceptual:**

En cuanto a la variable dependiente se encuentra a la convivencia escolar la cual se entiende como un desarrollo interrelación, que hace referencia a la dimensión colectiva y a la dimensión interpersonal. (Fierro y Carbajal, 2019).

Mientras que en variable dependiente se encuentra el mindfulness se refiere a la intervención mediante prácticas budistas con características que se basan en la atención en el momento.



### **Definición Operacional:**

En el actual estudio de investigación se consideró las siguientes dimensiones las cuales son fundamentales para ayudar a medir la variable de estudio.

#### Convivencia inclusiva

Hace referencia a la valoración de la diversidad de identidades, del respeto y el cuidado hacia la pluralidad. (Fierro y Carbajal, 2019).

#### Convivencia democrática

Se refiere a la autonomía al momento de tomar decisiones de manera grupal, la intervención, resolver problemas de manera que se cumplan los acuerdos mutuos. (Fierro y Carbajal, 2019).

#### Convivencia pacífica

Es la habilidad de poder mantener una buena relación basadas en la tolerancia, respeto y cuidado en grupos colectivos. (Fierro y Carbajal, 2019).

### **Indicadores:**

#### **Convivencia inclusiva**

- Comunicación
- Participación
- Colaboración

#### **Convivencia democrática**

- Acuerdos
- Diferencias
- Conflictos

#### **Convivencia pacífica**

- Interrelaciones humanas
- Valores
- Conductas

## **Escala de Medición**

Arias (2020), indica que la escala de medición es un instrumento en el cual se determina el cálculo de las variables en un estudio o investigación, para lo cual existen cuatro diferentes tipos de escalas, denominadas de la siguiente manera: nominal, ordinal, intervalo y razón, lo cuales varían dependiendo el tipo de variables.

Según los indicadores en relación a las dimensiones, en actual trabajo de investigación, se utilizará la escala ordinal, los términos a considerar serán los siguientes: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre, con la intención de medir el impacto del programa propuesto.

### **3.3 Población, muestra y muestreo**

#### **3.3.1 Población:**

Majid (2018) menciona que pertenece al conjunto de personas o miembros, de las cuales se seleccionará una muestra los cuales comprenden de una particularidad en general. Por lo que el proyecto de investigación contará con un aproximado de 98 estudiantes de 5 años pertenecientes al nivel de educación inicial de la I.E.I N°064 Señor de los Milagros.

#### **Criterio de inclusión:**

Los criterios de inclusión que serán utilizados en el proyecto de investigación serán alumnos de preescolar de la edad de 5 años del turno mañana, los cuales pertenecen a la I.E.I N° 064 Señor de los Milagros, para ser más específicos, aquellos que encuentren con matrícula activa en dicha institución y pertenezcan al grupo del turno de la mañana.

#### **Criterio de exclusión:**

Los criterios de exclusión que se utilizó en la investigación serán los estudiantes preescolares de la edad de 5 años del turno tarde, así como lo estudiantes no matriculados y aquellos que no pertenezcan a la I.E.I N°064 Señor de los Milagros.

### 3.3.2 Muestra:

Ayed et. al (2019) mencionan que se refiere al conjunto de participantes específicos los cuales son necesarios incluir para así lograr el objetivo propuesto en la investigación. Por eso, la composición de la muestra en la investigación consistió en una cantidad de 20 preescolares pertenecientes al aula de 5 años de educación inicial de la I.E.I 064 Señor de los Milagros.

**Tabla 1**

*Muestra de estudiantes de 5 años de educación inicial de la institución educativa publica I.E.I 064 Señor de los Milagros.*

---

Grupo metodológico	Género		Edad promedio
	Masculino	Femenino	
Pre experimental	8	12	5

---

Nota. Datos tomados de la I.E.I 064 Señor de las Milagros.

### 3.3.3 Muestreo:

Ñaupas et. al (2018) indica que el muestreo empleado en la investigación será no probabilístico, ya que la selección de la muestra será elegida a conveniencia, criterio o necesidad del estudio para recopilar la información necesaria.

### 3.3.4 Unidad de análisis:

La investigación presentada cuenta con una unidad de análisis que son los alumnos del nivel preescolar, del aula de 5 años perteneciente al turno mañana, teniendo un estimado de 50 estudiantes.

### 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

En el actual estudio de investigación se utiliza la técnica del pre test y post test para poder obtener la recolección de datos necesarios, el instrumento que se utilizará es una lista de cotejo, para poder medir la convivencia escolar en los estudiantes, en el cual se empleará 20 ítems, utilizando la modalidad de la observación individual durante el desarrollo de sus actividades, será de tipo politómica y su categorización será la siguiente manera: 1= Nunca, 2= Casi nunca, 3= A veces, 4= Casi siempre y 5= Siempre.

**Tabla 2**

*Ficha técnica del instrumento de la convivencia escolar*

Autor original	Alcantara y Vidal
Lugar	Lima
Año:	2023
Objetivo:	Medir la convivencia escolar
Administración:	Individual o Colectiva
Tiempo:	30 min
Descripción:	Realizar observación al estudiante

Nota. Elaboración propia.

La validez del instrumento presentado se realizará por medio de 3 juicios de expertos conformado por 2 especialistas y 1 metodólogo, lo cual definirá que el instrumento utilizado para evaluar tenga claridad, relevancia y coherencia para poder medir la variable sobre la convivencia escolar, en la cual se debe obtener aceptación para poder ser aplicada.

**Tabla 3**

*Validez del instrumento de observación para medir la convivencia escolar en niños de 5 años*

Juez experto	Porcentaje de aprobación
Mgtr. Mavila Salazar Cerna	100%
Mgtr. Yadirí América Pejerrey Rivas	100%
Mgtr. María Julia Silvera Echegaray	100%

Nota. Elaboración propia.

En base a la confiabilidad se tomó a 15 estudiantes pertenecientes a la edad de 5 años del nivel preescolar para aplicar la prueba piloto, por lo cual, se hizo uso de la función estadística conocida como Alpha de Cronbach y como resultado se obtuvo un índice de 0.962073301 lo que indica que el instrumento si es confiable.

**Tabla 4**

*Confiabilidad del instrumento de prueba para medir la convivencia escolar en niños de 5 años*

ALFA DE CRONBACH	N° ELEMENTOS
0.962073301	20

Nota. Información tomada de la base de datos investigación Excel.

**3.5 Procedimientos:**

Arias (2020), indica que los procedimientos que se tomen en cuenta en el presente estudio permitirán organizar la información de la investigación, es por ello que redactar los procedimientos de manera adecuada es importante para que la intervención de la investigación sea óptima.

En este estudio de investigación, se llevaron a cabo acciones que son a nivel institucional la cual se dio a través de una carta de presentación, la cual será firmada por la directiva de la institución educativa I.E.I 064 Señor de los Milagros del distrito de San Anita para realizar la aplicación del programa denominado - MindPower Kids (MPK) y también se realizó consentimiento de los padres de familia brindándole la información que se requiera por parte del investigador de dicho programa – MPK, la cual se realizará de manera presencial. También, se realizará una visita a la docente del aula en la cual se explicará del programa a realizar dentro del horario de clases, dicho programa se aplicará en preescolares de 5 años de la I.E.I 064 Señor de los Milagros durante los meses pertenecientes a septiembre-noviembre, trabajarán 40 actividades de aprendizaje sobre el Mindfulness los cuales cada una tendrán una duración aproximada de 30 a 35 minutos. En el programa se realizarán actividades relacionadas con el mindfulness las cuales se basarán en la concentración y relación de los estudiantes.

### 3.6 Método y análisis de datos

El análisis de la actual investigación presentada se llevó a cabo utilizando el programa Excel 2016 para la base de datos. Además, se hizo uso de la fórmula de Alfa de Cronbach en el programa Excel 2016, para lograr el procesamiento de los datos, medir el nivel de la confiabilidad del instrumento determinado politómico y poder analizar los datos.

### 3.7 Aspectos éticos

En cuanto a la investigación se consideró diversos aspectos importantes que ya están establecidos dentro de la investigación, como son: el consentimiento de la directora de la institución educativa I.E.I 064 Señor de los Milagros, la docente del aula y de igual manera los datos de niños observados los cuales se mantendrán en anonimato. El siguiente trabajo presentado se realizará de acuerdo y en base a las normas APA séptima edición, para así obtener una mejor elaboración del citado correcto y en cuanto a las referencias bibliográficas de manera adecuada. La presente investigación será confiable debido a que no se podrá publicar en ninguna base de datos, sin antes ser aceptado y verificado porque el contenido que ofrecerá será de fuentes confiables y conforme a la verdad del investigador.

## IV. RESULTADOS

En el siguiente apartado se mostrará la descripción, tanto a nivel descriptivo como inferencial, de los análisis realizados antes y después de la implementación del programa. “MindPower Kids” el cual fue dirigido a estudiantes de 5 años del grupo experimental de la presente investigación, la descripción presentada se brindará de manera sistemática, realizando la relación en las pruebas tanto del pre y post test del grupo control y experimental de la variable “Convivencia escolar”, basadas en el método y el tipo de investigación ya mencionado.

Igualmente, es importante señalar que se llevó a cabo un análisis estadístico antes y después de la aplicación del programa para verificar su efectividad. Esto nos proporcionará datos que, al concluir la implementación, nos permitirán validar la hipótesis.

Para iniciar a realizar el análisis descriptivo es importante mencionar la descripción de algunos términos que se usarán:

Mínimo: Se le denomina así a la más baja puntuación del conjunto de datos.

Máximo: Se le denomina así a la más alta puntuación del conjunto de datos.

Rango intercuartílico: Se trata de una medida de dispersión que se enfoca en la representación o diseminación de la mediana. La mediana divide la distribución en segmentos iguales, identificados como Q1, Q2 y Q3, que corresponden al 25%, 50% y 75%, respectivamente.

En este contexto, Q1 denota el valor que excede al menos el 25% de todos los datos. En comparación, Q2, al igual que la mediana (Md), representa el valor mínimo que supera la mitad de los datos, es decir, el 50% de los datos son inferiores y el otro 50% son superiores en relación con la mediana. En última instancia, Q3 es el valor que excede el 75% de las tres cuartas partes y es menor que el 25% de los datos.

**Tabla 5**

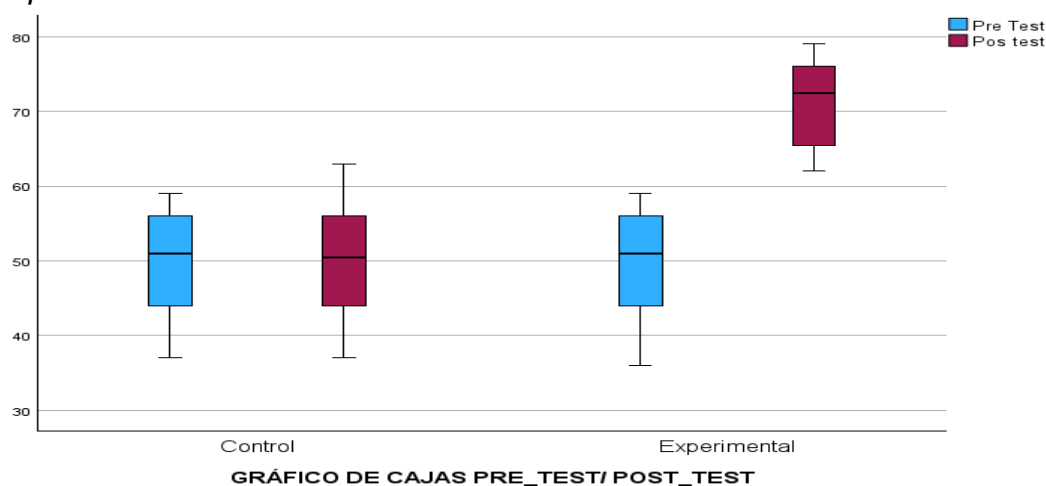
*Estadísticas descriptivas de la variable convivencia escolar en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el posttest..*

DESCRIPTIVOS VARIABLES CONVIVENCIA ESCOLAR			
GRUPO		Estadístico	
PRE_TEST	CONTROL	Mediana	51
		Mínimo	37
		Máximo	59
		Rango intercuartil	22
	EXPERIMENTAL	Mediana	51
		Mínimo	36
		Máximo	59
		Rango intercuartil	23
POST_TEST	CONTROL	Mediana	50.50
		Mínimo	37
		Máximo	63
		Rango intercuartil	26
	EXPERIMENTAL	Mediana	72.50
		Mínimo	62
		Máximo	79
		Rango intercuartil	17

Nota. Extraído del IBPM SPSS Statistics 29 editor de datos.

**Figura 1**

*Resultados de la variable convivencia escolar en ambos grupos del pre test y post test.*



Nota. En la figura muestra las cifras de la variable convivencia escolar en los dos grupos tanto en el pre test, como en el post test. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.



La figura 01 revela que en el pre test, en el grupo control (GC) y en el grupo experimental (GE) muestra una diferencia mínima. La tabla refleja que el GC tiene un porcentaje ligeramente superior al GE en un solo dato. No obstante, en el post test, el GE aumenta significativamente su puntuación, evidenciando así una disparidad, mientras que el GC se mantiene en comparación con el otro grupo. Es relevante señalar que, al observar el gráfico, se puede notar de manera clara que los datos obtenidos en el pre test del GC son denominador paramétricos, lo que indica que la distribución entre los cuartiles 1 y 3 es similar. En cambio, en el GE, no se observa tal simetría, indicando que, según los datos, son no paramétricos. Este patrón se refleja también en el post test, donde es el GC el que muestra asimetría y el GE no. Es importante destacar que la información proporcionada será corroborada de forma estadística más adelante mediante pruebas específicas..

**Tabla 6**

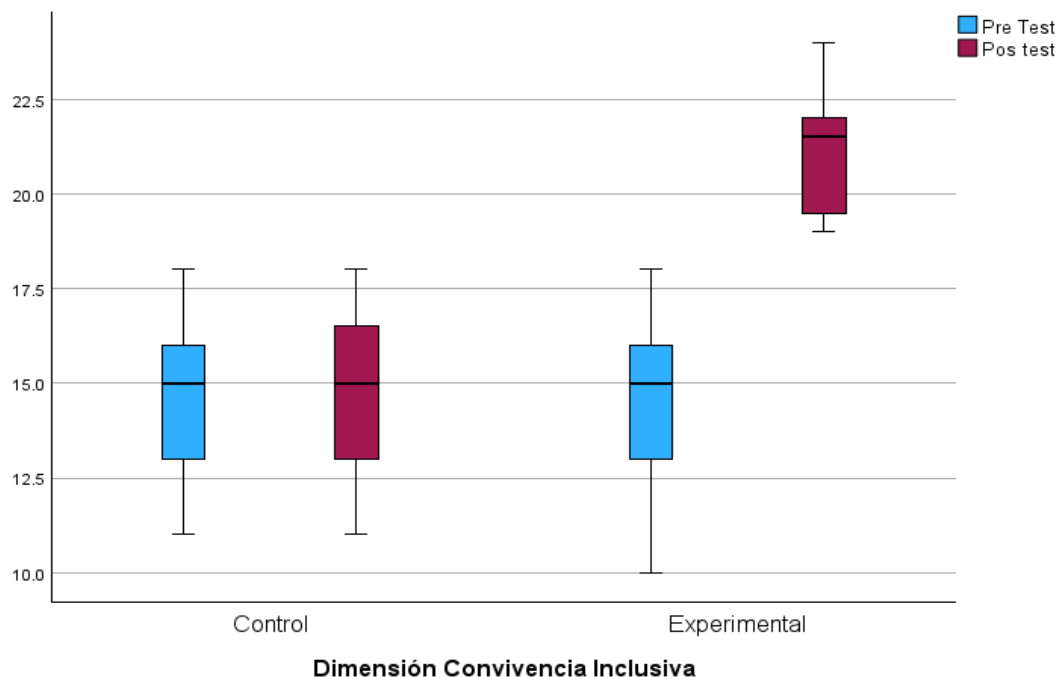
*Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia inclusiva en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest.*

DIMENSIÓN CONVIVENCIA INCLUSIVA			
	GRUPO		Estadístico
PRE_TEST	CONTROL	Mediana	15
		Mínimo	11
		Máximo	18
		Rango intercuartil	7
	EXPERIMENTAL	Mediana	15
		Mínimo	10
		Máximo	18
		Rango intercuartil	8
POST_TEST	CONTROL	Mediana	15
		Mínimo	11
		Máximo	18
		Rango intercuartil	7
	EXPERIMENTAL	Mediana	21.50
		Mínimo	19
		Máximo	24
		Rango intercuartil	5

Nota. Extraído del IBPM SPSS Statistics 29 editor de datos.

**Figura 2**

*Resultados de la dimensión 1 convivencia inclusiva, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test.*



Nota. En la figura muestra las cifras de la dimensión convivencia inclusiva en los dos grupos tanto en el pre test, como en el post test. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

De acuerdo con la figura 02, se nota que, en la dimensión denominada convivencia inclusiva, en cuanto al pre test, hay una similitud en los grupos en los cuartiles 1 y 2, sin embargo, en el cual el grupo experimental evidencia que el primer cuartil es más estrecho que el segundo cuartil, mostrando una leve dispersión hacia valores superiores. Además, se pueden identificar los parámetros generales que se sitúan dentro del rango, indicando que obtuvieron puntuaciones similares al grupo. En relación al postest, se observa una diferencia significativa, dado que el grupo experimental alcanza una puntuación significativamente alta, al examinar los diagramas de caja, se puede afirmar que luego de analizar la información en esta dimensión no muestran una buena distribución debido a la dispersión observada. Es importante destacar que este aspecto se someterá a pruebas estadísticas en un análisis inferencial.

**Tabla 7**

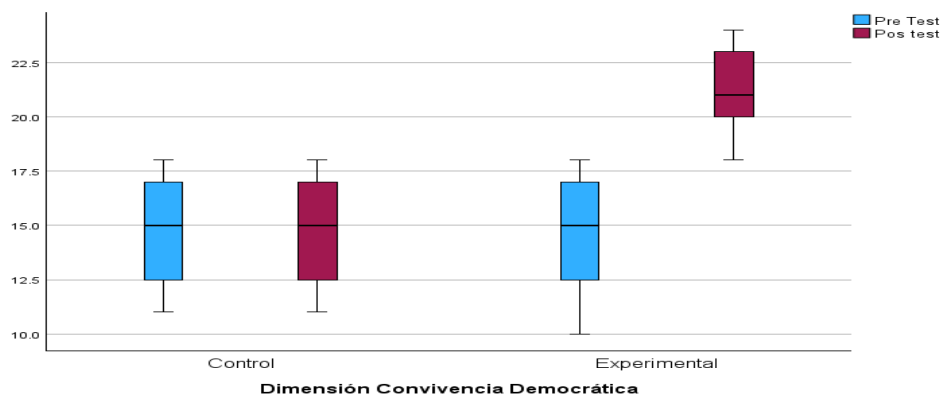
*Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia democrática en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el postest..*

DIMENSIÓN 2 CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA			
GRUPO		Estadístico	
PRE_TEST	CONTROL	Mediana	15
		Mínimo	11
		Máximo	18
		Rango intercuartil	7
	EXPERIMENTAL	Mediana	15
		Mínimo	10
		Máximo	18
		Rango intercuartil	8
POST_TEST	CONTROL	Mediana	15
		Mínimo	11
		Máximo	18
		Rango intercuartil	7
	EXPERIMENTAL	Mediana	21
		Mínimo	18
		Máximo	24
		Rango intercuartil	6

Nota. Extraído del IBPM SPSS Statistics 29 editor de datos.

**Figura 3**

*Resultados de la dimensión 2 convivencia democrática, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test.*



Nota. La figura presenta los valores correspondientes a la dimensión de convivencia democrática en ambos grupos, tanto en la fase de pre test como en la de post test.

Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

En la Figura 03, se puede notar que, en el pretest, tanto el grupo control como el experimental presentan un rango mínimo de 11 y un máximo de 18 según los datos. Además, se destaca que el grupo experimental muestra una notable influencia en su segundo cuartil, evidenciando una dispersión más amplia en comparación con el grupo control. En contraste, los datos del grupo control están más cercanos entre sí, sin mostrar una dispersión significativa. En el posttest, se observa claramente una diferencia significativa entre ambos grupos. El grupo experimental alcanza un porcentaje máximo de 24, con solo un dato atípico que se encuentra fuera del rango. Esto contrasta con el grupo control, que muestra un máximo de 18. En este caso, se confirma la existencia de diferencias significativas entre los dos grupos, y cabe señalar que esta discrepancia será evaluada de manera estadística en un análisis inferencial, al igual que en las figuras anteriores.

**Tabla 8**

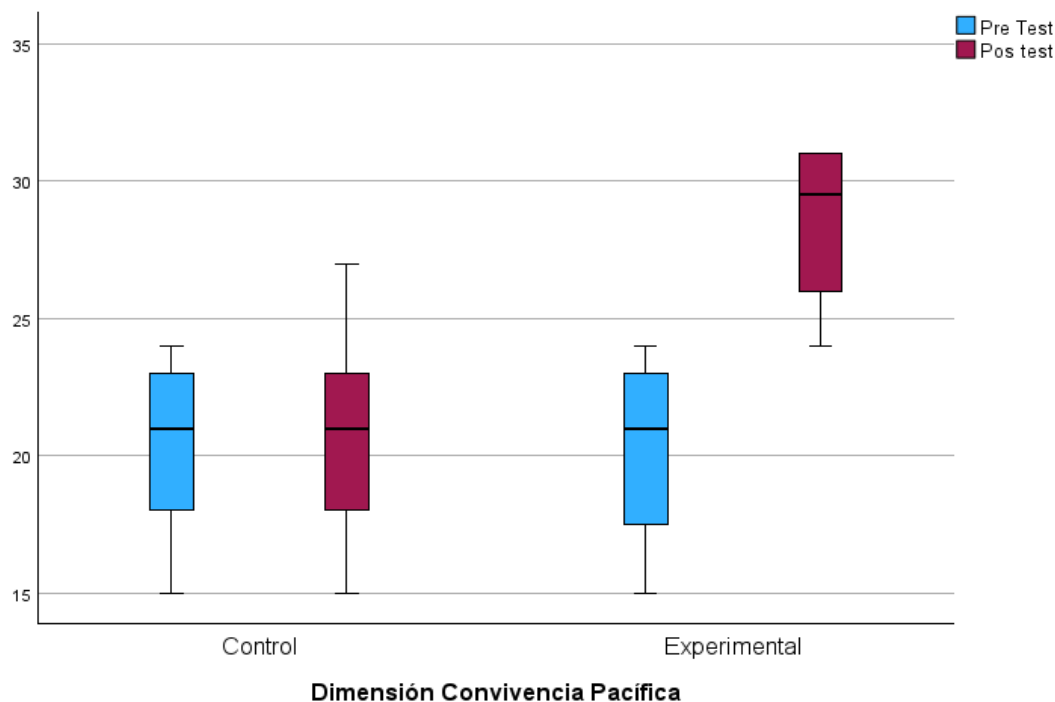
*Estadísticas descriptivas de la dimensión de convivencia pacífica en los grupos de control y experimental, tanto en el pretest como en el posttest.*

DIMENSIÓN 3 CONVIVENCIA PACÍFICA			
	GRUPO		Estadístico
PRE_TEST	CONTROL	Mediana	21
		Mínimo	15
		Máximo	24
		Rango intercuartil	9
	EXPERIMENTAL	Mediana	21
		Mínimo	15
		Máximo	24
		Rango intercuartil	9
POST_TEST	CONTROL	Mediana	21
		Mínimo	15
		Máximo	27
		Rango intercuartil	12
	EXPERIMENTAL	Mediana	29.5
		Mínimo	24
		Máximo	21
		Rango intercuartil	7

Nota. Extraído del IBPM SPSS Statistics 29 editor de datos.

**Figura 4**

*Resultados de la dimensión 3 convivencia pacífica, en el grupo control y experimental según en el pre test y pos test.*



Nota. En la figura muestra las cifras de la dimensión convivencia pacífica en los dos grupos tanto en el pre test, como en el post test. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

De acuerdo con la Figura 04, en el pretest se observan semejanzas en la dimensión de convivencia pacífica entre los grupos control y experimental. Ambos grupos mantienen valores dentro de los límites establecidos, variando entre un mínimo de 15 y un máximo de 24 según los datos. Es importante destacar que el grupo control muestra un dominio significativo, evidenciado por una mayor dispersión en el tercer cuartil en comparación con el grupo experimental. A pesar de esto, se observa una dispersión leve en el grupo experimental. En el post test, se revela una diferencia significativa entre los grupos, con la presencia de un valor atípico que se encuentra fuera del rango establecido. Al analizar los diagramas de caja, se puede inferir que los datos en esta dimensión no siguen una distribución normal debido a su dispersión. Similar a las figuras anteriores, esta discrepancia será sometida a prueba de manera estadística en un análisis inferencial..

**Tabla 9**

*Tabla de Distribución de frecuencia de la variable convivencia escolar en el grupo control y experimental en el pre test.*

PRE_TEST VARIABLES CONVIVENCIA ESCOLAR	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	20 - 36	Nunca	0	0%	1	5%
	37 - 52	Casi nunca	10	50%	9	45%
	53 - 69	A veces	10	50%	10	50%
	70 - 86	Casi siempre	0	0%	0	0%
	87 - 100	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Tabla 10**

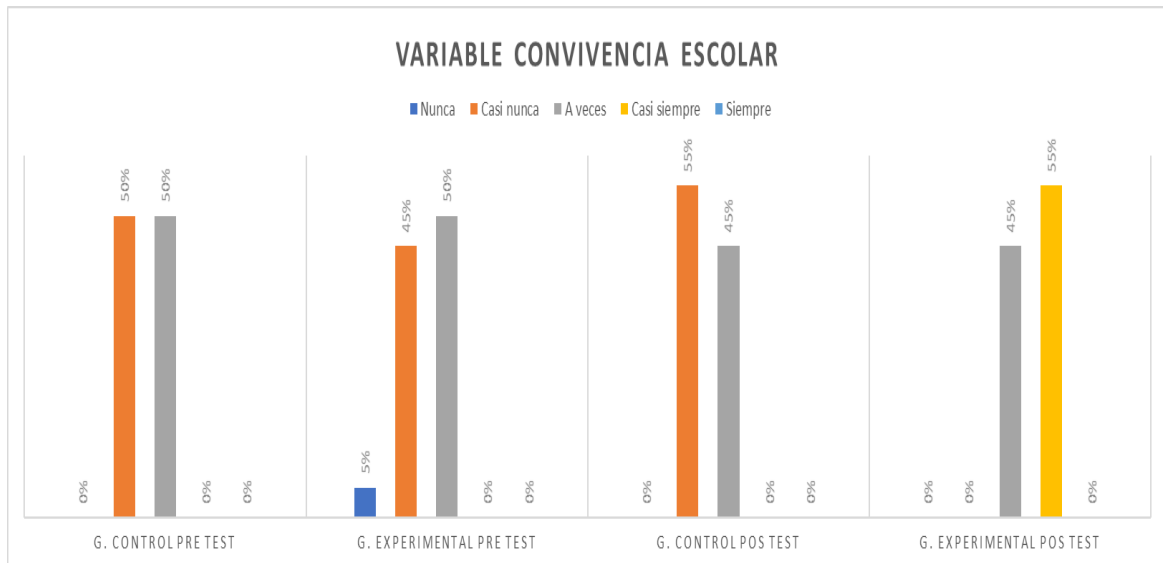
*Tabla de distribución de frecuencia de la variable convivencia escolar del grupo control y experimental en el post test.*

POS_TEST VARIABLES CONVIVENCIA ESCOLAR	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	20 - 36	Nunca	0	0%	0	0%
	37 - 52	Casi nunca	11	55%	0	0%
	53 - 69	A veces	9	45%	9	45%
	70 - 86	Casi siempre	0	0%	11	55%
	87 - 100	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Figura 5**

*Gráfico de barras por porcentajes de la variable convivencia escolar según pretest y postest del grupo control y grupo experimental.*



Nota. En la figura se presentan los valores de la variable de convivencia escolar en niños de 5 años, tanto en el pretest como en el postest, para el grupo control y el grupo experimental. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

En el gráfico previo, se evidencia una diferencia en el primer instante de aplicación la aplicación del instrumento (pre test) del grupo control (GC) y el grupo experimental (GE). El grupo control muestra un 50% en la escala de "casi nunca" y otro 50% en la escala de "a veces". En cambio, el grupo experimental denota un 5% en la escala de "nunca", un 45% en "casi nunca", y un 50% en "a veces", con el resto en 0%. Es notable que el grupo experimental presenta un porcentaje más alto en la categoría "casi nunca" en la escala, lo que respalda la justificación para la implementación del programa establecido. De manera similar, los porcentajes obtenidos en el postest, luego de poner la práctica el programa en el grupo experimental, indican una mejora significativa. Según los resultados, el grupo experimental cuenta con un 55% en "casi siempre", un 45% en "a veces", y 0% en las demás categorías. Esto indica mejoras notables luego de aplicar del programa. En comparación, el grupo control registró un 45% en "a veces", un 55% en "casi nunca", y 0% en las demás categorías.

**Tabla 11**

*Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia inclusiva en el grupo control y experimental en el pre test.*

<b>PRE_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA INCLUSIVA</b>	Intervalo	Nivel	<b>Grupo</b>			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	6 - 10	Nunca	0	0%	1	5%
	11 – 15	Casi nunca	11	55%	10	50%
	16 - 20	A veces	9	45%	9	45%
	21 – 25	Casi siempre	0	0%	0	0%
	26 -30	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Tabla 12**

*Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia inclusiva del grupo control y experimental en el post test.*

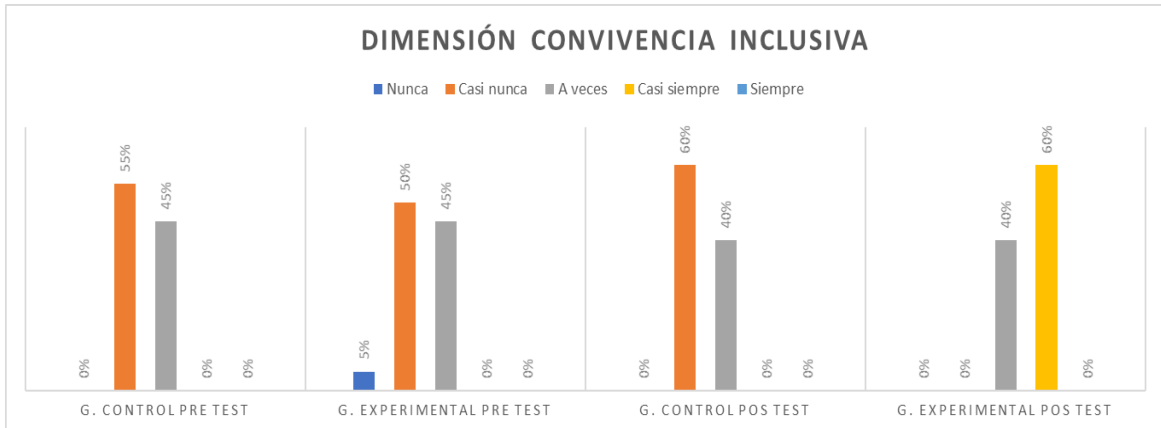
<b>POS_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA INCLUSIVA</b>	Intervalo	Nivel	<b>Grupo</b>			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	6 - 10	Nunca	0	0%	0	0%
	11 – 15	Casi nunca	12	60%	0	0%
	16 - 20	A veces	8	40%	8	40%
	21 – 25	Casi siempre	0	0%	12	60%
	26 -30	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.



**Figura 6**

*Gráfico de barras por porcentajes de la dimensión convivencia inclusiva pretest y postest del grupo control y grupo experimental.*



Nota. En la figura se presentan los valores de la dimensión de convivencia inclusiva en niños de 5 años, tanto en el pretest como en el postest, para el grupo control y el grupo experimental. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

En la figura mostrada anteriormente se visualiza diferencias cuando se realizó el pre test en el grupo control y experimental, en los niveles en relación al grupo control podemos contemplar que en esta primera dimensión denominada convivencia inclusiva, cuenta con un porcentaje de 55% en casi nunca, 45% en a veces y 0% en lo demás (Nunca, casi siempre y siempre), en comparación con el grupo experimental que se observa que tiene un porcentaje más elevado en nunca siendo este 5%, en el nivel casi nunca 50% y 45% en a veces, considerando de esta manera las diferencias entre ambos grupos en la evaluación del pre test de la primera dimensión (convivencia inclusiva). Se observa también el impacto que tuvo la ejecución del programa en comparación con el grupo experimental en el pos test; pues en los gráficos y tablas se observa que se obtuvo un 60% en el nivel de casi siempre, 40% en a veces y 0% en lo demás (Nunca, casi nunca, siempre), en contraste con el grupo control, que registró un 60% en la categoría de "casi nunca" y un 40% en "a veces", sin obtener resultados en las demás categorías, se evidencia una diferencia significativa en la medición de esta primera dimensión con el grupo experimental.

**Tabla 13**

*Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia democrática del grupo control y experimental en el pre test.*

PRE_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	6 - 10	Nunca	0	0%	1	5%
	11 – 15	Casi nunca	11	55%	10	50%
	16 - 20	A veces	9	45%	9	45%
	21 – 25	Casi siempre	0	0%	0	0%
	26 -30	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia

**Tabla 14**

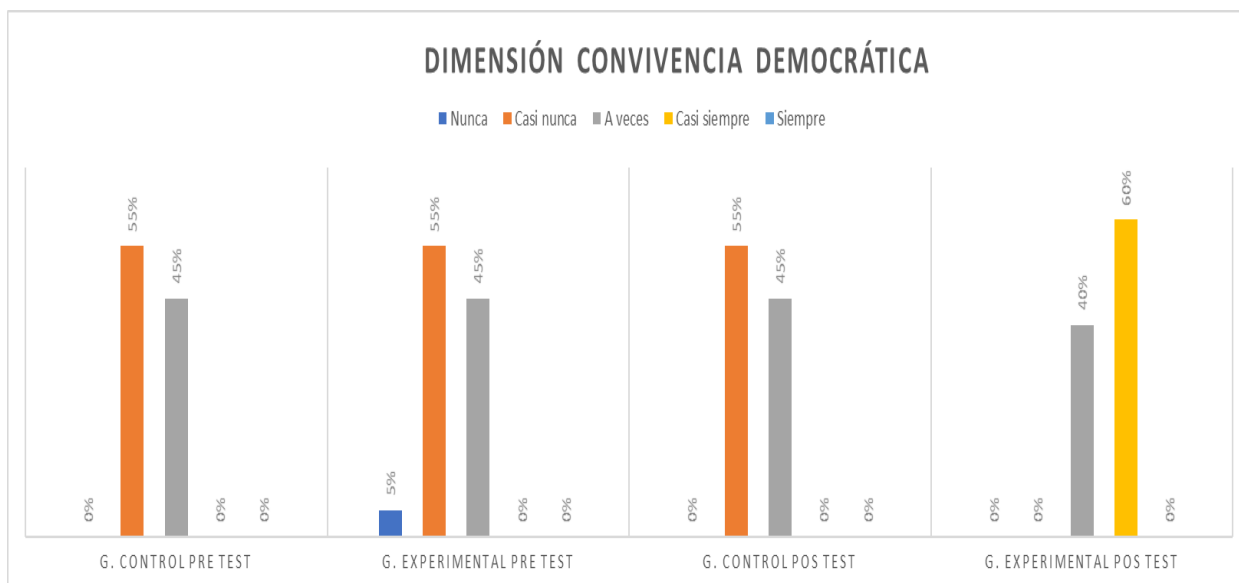
*Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia democrática del grupo control y experimental en el post test.*

POS_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	6 - 10	Nunca	0	0%	0	0%
	11 – 15	Casi nunca	11	55%	0	0%
	16 - 20	A veces	9	45%	8	40%
	21 – 25	Casi siempre	0	0%	12	60%
	26 -30	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Figura 7**

*Gráfico de barra por porcentajes de la dimensión convivencia democrática pretest y postest del grupo control y grupo experimental.*



Nota. En la figura se presentan los valores de la dimensión de convivencia democrática en niños de 5 años, tanto en el pretest como en el postest, para el grupo control y el grupo experimental. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

En la figura 07 se puede observar las diferencias al realizar el pre test en el grupo control y experimental respectivamente, en cuanto al grupo control se puede observar en esta segunda dimensión denominada convivencia democrática, tiene un 55% en el nivel de casi nunca y 45% en el nivel de a veces, mientras que el grupo experimental tiene un puntaje más elevado en el nivel de nunca siendo este un 5%, en casi nunca un 50% y en a veces 55%, se puede decir que existe una diferencia en ambos grupos en cuando al pre test; en comparación con el post test se puede ver un cambio significativo por la puesta en práctica del programa en el grupo experimental el cual obtuvo un 40% en el nivel a veces y 60% en casi siempre, mientras que el grupo control no tuvo ningún cambio y mantuvo sus porcentajes en 55% en el nivel de casi nunca y 45% en a veces, se evidencia de esta manera que el grupo experimental tuvo un cambio significativo a comparación del grupo control que no tuvo ninguna mejora en cuanto a esta segunda dimensión de convivencia democrática.

**Tabla 15**

*Tabla de Distribución de frecuencia de la dimensión convivencia pacífica del grupo control y experimental en el pre test.*

PRE_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA PACÍFICA	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	fi	%
	8 – 14	Nunca	0	0%	0	0%
	15 – 21	Casi nunca	10	50%	10	50%
	22 - 28	A veces	10	50%	10	50%
	29 – 35	Casi siempre	0	0%	0	0%
	36 - 40	Siempre	0	0%	0	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Tabla 16**

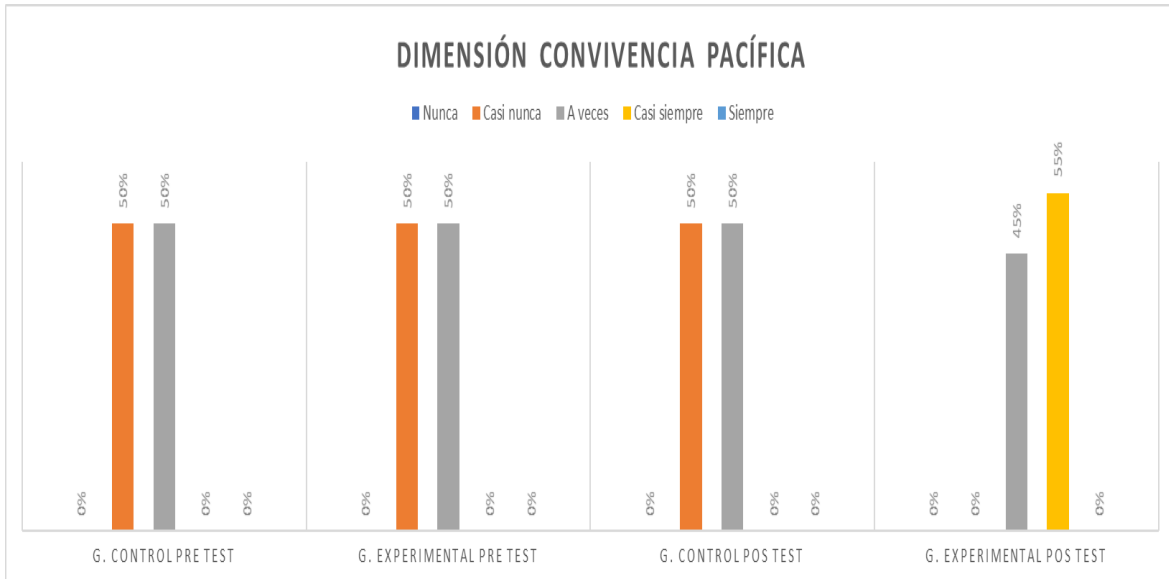
*Tabla de distribución de frecuencia de la dimensión convivencia pacífica del grupo control y experimental en el post test.*

POS_TEST DIMENSIÓN CONVIVENCIA PACÍFICA	Intervalo	Nivel	Grupo			
			Control		Experimental	
			fi	%	Fi	%
	8 – 14	Nunca	0	0%	0%	0%
	15 – 21	Casi nunca	10	50%	0%	0%
	22 - 28	A veces	10	50%	9	45%
	29 – 35	Casi siempre	0	0%	11	55%
	36 - 40	Siempre	0	0%	0%	0%
	Total		20	100%	20	100%

Nota. Elaboración propia.

**Figura 8**

*Gráfico de barra por porcentajes de la dimensión convivencia pacífica pretest y postest del grupo control y experimental.*



Nota. En la figura se presentan los valores de la dimensión de convivencia pacífica en niños de 5 años, tanto en el pretest como en el postest, para el grupo control y el grupo experimental. Fuente: IBPM SPSS Statistics 29.

En la figura anterior se presenta las diferencias estadísticas que existen entre los dos grupos tanto control y experimental en relación a la tercera y última dimensión denominada convivencia pacífica, en el pre test se puede observar las diferencias en cuanto al grupo control se visualiza 50% en el nivel casi nunca y 50% en a veces, mientras que en el grupo experimental se observa en el nivel casi nunca 50% y en a veces 50%, con lo cual se puede mencionar que en el pre test hubo una similitud en cuanto a los porcentajes entre ambos grupos, en comparación al post test se observa que el grupo experimental tuvo un impacto de mejora después de aplicar el programa, teniendo en el nivel casi siempre 55% y 45% en a veces, mientras que el grupo control mantuvo el mismo porcentaje en todos los niveles, 50% en casi nunca y 40% en a veces, por lo tanto se puede decir que el grupo experimental tuvo un cambio significativo a diferencia del grupo control en cuanto a la última dimensión denominada convivencia pacífica.

A continuación, nos adentraremos en una etapa adicional de la investigación, donde se llevará a cabo el análisis inferencial. Este procedimiento posibilitará la aplicación de pruebas estadísticas para evaluar la normalidad de los datos. Aunque hay diversas pruebas disponibles para estos análisis, los resultados de la prueba de normalidad serán cruciales para seleccionar la prueba más apropiada. Al tener conocimiento de estos resultados, se podrá determinar si los datos exhiben una distribución normal, lo que a su vez orientará la elección entre pruebas paramétricas y no paramétricas.

Para llevar a cabo la medición, se procedió a recopilar la información y crear una base de datos utilizando el programa estadístico SPSS versión 29. Esto incluyó la generación de sumas de frecuencia tanto para el pretest como para el posttest en ambos grupos, tanto en el grupo de control como en el experimental. Estas sumas son cruciales para evaluar la normalidad de los datos y calcular los valores de significancia, lo que permitirá llegar a conclusiones sobre la distribución de los datos. Dado que se trata de dos grupos independientes, se considera esencial llevar a cabo la prueba U de Mann-Whitney.

**Tabla 17**

*Resultados de la prueba de estadísticos del Pretest del grupo control y grupo experimental.*

<b>Estadísticos de prueba<sup>a</sup></b>	
	Pretest
U de Mann-Whitney	196.500
W de Wilcoxon	406.500
Sig. asin. (bilateral)	.924
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	.925 <sup>b</sup>

Nota. Nivel de significancia establecido en el coeficiente U de Mann-Whitney ( $p < 0.05$ ). Fuente: Tomado de IBM SPSS Statistics 29, editor de datos.

En la prueba de hipótesis, la regla de decisión establece lo siguiente: Si el valor p es menor a 0.05, se respalda la hipótesis alternativa (Hi); si el valor p es igual o mayor a 0.05, se respalda la hipótesis nula (Ho).

Hi: El mindfulness como estrategia influye de manera eficiente en el pretest del GC y GE en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

Ho: El mindfulness como estrategia no influye de manera eficiente en el pretest del GC y GE en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

Cuando las muestras no están relacionadas se aplica el estadístico el estadístico de U-Mann Whitney. Como la Sig. asin. (bilateral) es igual a 0,924 y resulta mayor que el nivel de significancia de 0,05 no se puede rechazar la Ho. En consecuencia, se ha probado que el mindfulness como estrategias no influye de manera eficiente en el pretest del GC y GE en la convivencia escolar de niños de 5 años, se ha probado que no hay diferencias significativas. Conclusión las muestras son equivalentes.

**Tabla 18**

*Resultados de la prueba de estadísticos del Pretest del grupo control y grupo experimental.*

<b>Estadísticos de prueba<sup>a</sup></b>	
	Postest
U de Mann-Whitney	1.500
W de Wilcoxon	211.500
Sig. asin. (bilateral)	<.001
Significación exacta [2*(sig. unilateral)]	<.001 <sup>b</sup>

Nota. Nivel de significancia establecido en el coeficiente U de Mann-Whitney (p < 0.05). Fuente: Tomado de IBM SPSS Statistics 29, editor de datos.

En la prueba de hipótesis, la regla de decisión establece lo siguiente: Si el valor  $p$  es menor a 0.05, se respalda la hipótesis alternativa ( $H_1$ ); si el valor  $p$  es igual o mayor a 0.05, se respalda la hipótesis nula ( $H_0$ ).

$H_0$ : El mindfulness como estrategia no influye de manera eficiente en el postest del GC y GE en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

$H_1$ : El mindfulness como estrategia influye de manera eficiente en el postest del GC y GE en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023.

Cuando se trata de muestras no relacionadas, se emplea el procedimiento estadístico de U de Mann-Whitney. Dado que la cantidad de significancia bilateral es 0.001, inferior al nivel de significancia de 0.05, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ). Por lo tanto, se ha demostrado que la implementación de mindfulness como estrategia tiene un impacto significativo en las puntuaciones del postest tanto en el grupo control (GC) como en el grupo experimental (GE), mejorando la convivencia escolar en niños de 5 años. No se detectaron discrepancias relevantes entre los grupos. En conclusión, se puede afirmar que el programa ha tenido éxito. Las hipótesis específicas fueron respaldadas a partir de los resultados obtenidos en la prueba previa y la posterior, indicando que mindfulness como estrategia tiene un efecto positivo en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años.



## V. DISCUSIÓN

El objetivo principal investigación presentada es determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años, teniendo también 3 diferentes dimensiones las cuales son la convivencia inclusiva, democrática y pacífica, las cuales se han trabajado y estudiado de manera individual, pero a la misma vez está relacionada una con otra de manera continua, el mindfulness como método propuesto en la edad preescolar ha sido diseñado con la finalidad de lograr la atención y concentración de los infantes mediante diferentes actividades propuestas dentro de un programa (Díaz et. al (2019); Oblitas et. al (2019)) son los autores que destacado y sido importantes para las definiciones e información fundamental en el trabajo de investigación.

Las investigaciones realizadas (Salas & Alcaide (2022); Tersis & Matsouka (2020); Isón et. al (2020); Díaz et. al (2022); Arce, K. (2019); Arce, K. (2020) nos mencionan que realizaron y propusieron diferentes programas, entre ellos un programa propuesto a mejorar el área socioemocional, donde se tuvo como objetivo mejorar el área socioemocional en infantes menores de 5 años los cuales tenían conductas agresivas, al realizar el programa se notó una mejora que favoreció en el área social y su convivencia; por otro lado se aplicó un programa que tuvo como objetivo realizar actividades lúdicas las cuales ayuden a desarrollar y mejorar las competencias sociales en los niños en edad preescolar, se realizó el pre y posttest donde se evidenció la mejora significativa llegando a la conclusión de que las actividades lúdicas son importantes en relación al desarrollo y reforzamiento de las competencias sociales en los infantes; así como también se ejecutó un taller de psicomotricidad el cual se basó en la reducción de agresividad en los estudiantes de 5 años, donde luego de culminar el taller se notó una mejora en el grupo donde se aplicó dicho taller, concluyendo que los talleres de psicomotricidad tienen un impacto positivo en los estudiantes siempre y cuando se realicen de manera adecuada. De lo mencionado es posible sostener que, teniendo los resultados de algunos estudios o investigaciones y la investigación presente, se puede aceptar la hipótesis general de la investigación el cual los dice “El mindfulness como estrategia influye de manera eficiente en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años”.

Siguiente con lo antes mencionado, las investigaciones realizadas (San et. al (2021); Garcia et. al (2018); Pereda, L. (2020)) mencionan la implementación de los juegos y narraciones para mejorar el área social de los estudiantes de preescolar, en su objetivo determinan aplicar el juego para potenciar y fortalecer el desarrollo social y emocional de los estudiantes de preescolar, se evidenció un aumento significativo en la mejora dentro del grupo en el cual se implementó. Esto llevó a la conclusión de que el juego desempeña un papel fundamental para optimizar el desarrollo social en los niños; se menciona como otro objetivo lograr tener una adecuada convivencia escolar en los estudiantes mediante el uso de las narraciones, para dicha investigación fue también necesario el apoyo de los padres de familia para la observación de los infantes, los resultado que se tuvieron fue que los estudiantes carecían de valores para lograr una buena relación con su entorno, por lo cual se concluyó que la literatura debe ser aplicada e implementada como parte fundamental de la mejora de la convivencia escolar sobre todo en infantes; también se tuvo como objetivo comprobar la mejora de la convivencia en estudiantes menores de 4 años mediante los juegos tradicionales, se puso visualizar una mejora positiva en el grupo de estudiantes donde se logró aplicar los juegos tradicionales, mientras que en el otro grupo no hubo mejora significativa, por lo cual se concluyó que los juegos tradicionales tienen un rol importante en cuanto al desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes; la información y los resultados brindados mediante las diferentes investigaciones ya mencionadas nos brinda información importante la cual nos indica cómo mediante la implementación de los juegos o narraciones tienen un lugar importante en la formación del desarrollo de la convivencia de los estudiantes, resaltando que la etapa preescolar es una de las más importantes ya que es donde los estudiantes empiezan a convivir con su entorno.

Por otro lado, se tiene las investigaciones (Ecevit & Sahin (2021); Alcoser et. al (2019); Huarcaya, B. (2019)) mencionan la relaciones que se pueden dar para mejorar las habilidades sociales, uno de los objetivos mencionan la relación de las habilidades motoras como parte de la mejora en las habilidades sociales, tuvieron como muestra a estudiantes menores de entre 5 a 6 años, se utilizó una herramienta para cuantificar los resultados que se obtenían es que efectivamente

las habilidades motoras en preescolares tiene una relación significativa y adecuada en cuanto a las habilidades sociales; otro de los objetivos fue describir mediante resultados la relación entre la educación emocional y el aprendizaje en cuanto a la convivencia escolar en estudiantes de entre 4 a 5 años en una institución educativa, donde se realizó una observación, donde por resultado se tuvo la gran mayoría de los estudiantes tienen un comportamiento poco adecuado con su entorno, concluyendo de esta manera que se debe buscar nuevas estrategias en relación a la educación emocional para que pueda influir de manera significativa en el desarrollo de la convivencia escolar en infantes; finalmente otro de los objetivos busca comprobar como influyen los valores morales en relación a la convivencia escolar en preescolares de entre 4 a 5 años, se utilizó la observación para poder obtener los resultados, donde al finalizar se observó que los valores morales si influyen de manera significativa ya que en el post test se obtuvo una mejora significativa respecto a la convivencia escolar. Con la descripción e información de las investigaciones presentadas se puede decir que las habilidades sociales se encuentran relacionadas a diferentes áreas como las emociones, los valores y la parte motora en los infantes, ya que como se puede observar, sin estos las habilidades sociales en los infantes no se podrían desarrollar de manera correcta.

Una de las investigaciones (Drouet (2022)) tiene como objetivo proponer estrategias dirigidas a docentes encargados de estudiantes preescolares, donde mencionan que mediante de los juegos se puede ayudar a desarrollar las habilidades sociales de los alumnos, se utilizó una entrevista a los docentes donde mencionaron que los estudiantes no cuentan con una buena integración con el entorno con el cual se desarrollan diariamente, con lo cual se determina que las habilidades sociales de los alumnos de la institución no se encuentran desarrollados, por lo cual se propone a los docente el uso de diversas estrategias para lograr fortalecer las habilidades sociales en la infancia. Mediante la información obtenida de la investigación es importante resaltar que para lograr mejorar de la convivencia en los infantes es importante la influencia de los docentes, con diferentes estrategias las cuales les sirvan a los estudiantes y también sea de interés para los mismo, logrando así un buen desarrollo de los preescolares.

Siguiendo con lo mencionado en una investigación (Castro et. al (2018)) se planteó como objetivo el poder medir la inteligencia emocional, para lograr una buena convivencia escolar en infantil, para lo cual se empleó la herramienta de la subescala con el fin de evaluar la inteligencia emocional y también se utilizó un test sobre las habilidades sociales, todos los resultados obtenidos fueron analizados en un programa estadístico SPSS, donde se obtuvo como resultado que la inteligencia emocional tiene un fundamental en el desarrollo de las capacidades sociales en los infantil, se concluyó de esta manera como el área emocional tiene relación con la socialización de los estudiantes con su entorno. Es así que se comprueba como la parte emocional de los infantes es importante para su vida diaria, ya que como seres humanos están en relación con su entorno de manera constante y para lograr un buen desarrollo social, es fundamental saber manejar las emociones desde una temprana edad.

## VI. CONCLUSIONES

1. El trabajo actual de investigación presentado tiene como objetivo determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años, I.E.I 064 Santa Anita, Lima, 2023; con relación a dicho objetivo se puede decir que, los resultados procedentes de la estadística evidenciaron que, debido al programa aplicado los grupos tanto control como experimental muestran diferencias evidentemente significativas con relación a la convivencia escolar, probando así que si hay resultados estadísticos positivos, de la misma manera cabe resaltar que en cuanto al grupo control se mantuvo en un mismo nivel debido a que no se realizó la ejecución del programa, es así que, se puede mencionar que en el grupo experimental existe un gran porcentaje de estudiantes que se encuentran en el rango de casi siempre en el post test; de manera contraria en el grupo control no existe dicha diferencia ni antes, ni después de la aplicación del instrumento utilizado. El instrumento presentado se realizó según las necesidades a observar y mejorar según los antecedentes observados en el marco teórico, la búsqueda de la información de diferentes puntos de vista de estudio permitió tener un mayor conocimiento del tema, así como conocer que tan importante es la aplicación del mindfulness y su efecto en cuanto a la mejora de la convivencia escolar; es así que se puede deducir que es fundamental realizar una investigación no solo desde un punto personal o de una sola disciplina, sino que es importante visualizar los enfoque multidisciplinarios ya que cada rama o área busca desde su punto de vista mejorar de los diversos aspectos a trabajar con la finalidad de que los resultados de la información tenga una visión más amplia desde las diferentes formas de ver la educación en infantes.
2. El instrumento presentado se realizó según las necesidades a observar y mejorar según los antecedentes observados en el marco teórico, la búsqueda de la información de diferentes puntos de vista de estudio permitió tener un mayor conocimiento del tema, así como conocer que tan importante es la aplicación del mindfulness y su efecto en cuanto a la mejora de la convivencia escolar; es así que se puede deducir que es fundamental

realizar una investigación no solo desde un punto personal o de una sola disciplina, sino que es importante visualizar los enfoque multidisciplinares ya que cada rama o área busca desde su punto de vista mejorar de los diversos aspectos a trabajar con la finalidad de que los resultados de la información tenga una visión más amplia desde las diferentes formar de ver la educación en infantes.

3. En relación con el objetivo específico, identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia inclusiva en niños de 5 años; mediante los resultados se puede decir que gran mayoría de los estudiantes al iniciar la investigación mediante la aplicación del instrumento por primera vez se visualizó que en ambos grupos tanto control como experimental carecían de inclusión y respeto por sus compañeros; mediante los gráficos se pueden demostrar que el grupo experimental en un comienzo contaba con un bajo puntaje de inclusión; dentro de la misma línea de inclusión al finalizar la aplicación del programa el grupo experimental llegó a cumplir con el objetivo, mostrando de esta manera mayor respeto por sus compañeros en diferentes situaciones presentadas, sabiendo controlar así sus reacciones y emociones.
4. En el segundo objetivo, identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia democrática en niños de 5 años; cabe mencionar que este objetivo se relaciona con el manejo de los infantes al momento de tomar decisiones con quienes los rodea, la capacidad que tienen de actuar con regulación al saber respetar los diferentes puntos de vista, saber resolver diversos problemas, reconocer y tomar en cuenta las decisiones y emociones de los demás, según la estadística se puede observar que si hubo un efecto significativo en cuanto a la mejora de la convivencia democrática, demostrando así que la gran mayoría de los estudiantes en el post test del grupo experimental se encuentran dentro de los resultados esperados.
5. En cuanto al tercer objetivo, Identificar los efectos del mindfulness como estrategia en convivencia pacífica en niños de 5 años, se puede decir que este se encuentra relacionado al manejo de la conducta del infante al momento de relacionarse con su entorno diariamente, la capacidad que tienen de actuar con regulación de emociones, buscando así llegar a

acuerdos grupales de manera pertinente y adecuada a través del análisis estadístico, se puede deducir que la gran mayoría de los estudiantes que forman parte del grupo experimental experimentan un cambio significativo en lo que respecta al desarrollo y la mejora de la convivencia pacífica en los niños, cumpliendo así con las expectativas previstas por la investigación.

6. En conclusión, se puede decir que el mindfulness ha tenido un rol importante y fundamental para el desarrollo y mejora de la convivencia escolar en los estudiantes, sin embargo es importante mencionar que esto no se da con contexto habituales, sino que se tiene que trabajar y reforzar mediante actividades que contengan contextos dinámicos para ellos ya que de esta manera es más enriquecedora para ellos al estar en la etapa de infantes, también es importante resaltar que la triada escolar correspondiente a docente, padres de familia y estudiantes es importante ya que al estar involucrados todos, se maneja de mejor manera el desarrollo de las actividades para lograr el objetivo esperado, el cual será finalmente será un beneficio no solo de los estudiantes, sino de la escuela y el hogar de cada uno de ellos

## VII. RECOMENDACIONES

1. Los datos que se presentan en el estudio, será fructífero para aquel o aquellos investigadores de diversas disciplinas o áreas, es por ello que se recomienda hacer uso de la presente información de manera adecuada, para su difusión, así se pueda tener información de cómo se encuentran actualmente los estudiantes en lo que refiere al mindfulness y la mejora de la convivencia escolar, así como su importancia.
2. Por otro lado, se le recomienda como sugerencia a las docentes utilizar la información de la presente investigación, de esta manera es importante mencionar que en caso se utilice la estrategia propuesta se debe dar de manera secuencial, ya que será efectiva siempre y cuando se use dentro del ámbito, espacio y manera correctas de aplicar.
3. Se recomienda utilizar la información presentada para realizar diferentes capacitaciones a las docentes buscando así mejorar ciertos aspectos de los estudiantes, así como también la mejora en las instituciones y las diferentes áreas o disciplinas que se tengan, es importante saber que al compartir la información que se ha obtenido luego de aplicar el programa se pueden aportar sugerencias de mejora si se quiere hacer uso del programa.
4. A los docentes del área de educación inicial que investigan acerca de diferentes estrategias o métodos para lograr una mejora significativa en la convivencia escolar de los estudiantes con su entorno, se les recomienda utilizar la información que les sea útil de esta investigación, para que de esta manera puedan obtener más datos acerca del tema en diversos contextos y se busque a la vez.
5. Finalmente se recomienda utilizar del instrumento presentado en el estudio, el cual cuenta con diversos ítems los cuales han sido revisado y validados por expertos en el campo de educación inicial, a su vez el instrumento ha sido sometido estadísticamente para que de esta manera se pueda demostrar y comprobar su confiabilidad y validez, siendo así demostrado que es válido y confiable para ser utilizado y aplicado para obtener resultados relacionado al tema de la investigación.



## REFERENCIAS

- Alcozer, R., Moreno, B. y León, M. (2019). La educación emocional y su incidencia en el aprendizaje de la convivencia en inicial 2. CIENCIA UNEMI, 12(31), 102–115. <https://doi.org/10.29076/issn.2528-7737vol12iss31.2019pp102-115p>
- Arce, K. (2019). Taller de psicomotricidad para disminuir la agresividad en niños de 5 años. SCIÉENDO, 22(4), 283–289. <https://doi.org/10.17268/sciendo.2019.035>
- Arce, K. (2020). Modelo educativo “juego, siento, soy” e inteligencia emocional en niños de educación inicial. SCIÉENDO, 23(1), 59–64. <https://doi.org/10.17268/sciendo.2020.009>
- Arias, J. (2020). Proyecto de tesis: guía para la elaboración. Editorial: Arias Gonzales, José Luis. <http://repositorio.concytec.gob.pe/handle/20.500.12390/2236>
- Ayed, I., Ghazel, A., Jaume, A., Moyà, G., Varona, J., & Martínez, P. (2019). Vision-based serious games and virtual reality systems for motor rehabilitation: A review geared toward a research methodology. In International Journal of Medical Informatics (Vol. 131, p. 103909). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2019.06.016>
- Castro, N., Paredes, W. y Salas, M. (2018). Inteligencia emocional en niños de preescolar y su relación en su entorno escolar. Revista Científica Ciencia y Tecnología, 18(19). <https://doi.org/10.47189/rcct.v18i19>
- Cerda, G., Salazar, Y., Guzmán, C. y Narváez, G. (2018). Impacto de la convivencia escolar sobre el rendimiento académico, desde la percepción de estudiantes con desarrollo típico y necesidades educativas especiales. Propósitos y Representaciones, 6(1), 247–300. <https://doi.org/10.20511/pyr2018.v6n1.194>
- Chanduví, R., Flores, E. y Chanduví, J. (2018). La convivencia pacífica y la producción intelectual peruana. Horizonte Empresarial, 5(2), 1–14. <https://doi.org/10.26495/rhe185.27212>
- Díaz, D., Chávez, P., Taber, Y. y Ruez, H. (2022). Estrategias lúdicas y normas de convivencia en educación inicial. Horizontes. Revista de Investigación En

Ciencias de La Educación, 6(26), 2078–2093.  
<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i26.475>

Díaz, D., Cruzat, C., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S. y Ulloa, V. (2019). Mindfulness en el control del atracón, la perspectiva de un grupo de adultos chilenos. In *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios* (Vol. 10, Issue 1, pp. 75–84). <https://doi.org/10.22201/FESI.20071523E.2019.1.483>

Drouet, I. (2022). *Desarrollo de habilidades sociales en niños con necesidades educativas especiales de la Educación Inicial* [Guayaquil: ULVR, 2022.].  
<http://repositorio.ulvr.edu.ec/handle/44000/5095>

Ecevit, R. G., & Şahin, M. (2021). Relationship Between Motor Skills and Social Skills in Preschool Children. *European Journal of Education Studies*, 8(10), 46–60. <https://doi.org/10.46827/ejes.v8i10.3928>

Fierro, C. y Carbajal, P. (2019). Convivencia escolar: Una revisión del concepto. *Psicoperspectivas*, 18(1). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol18-Issue1-fulltext-1486>

Figuerola, O. y Pereira, S. (2018). Convivencia escolar para la ciudadanía a la luz de las dimensiones declaradas por la UNESCO. *Revista Redipe*, 7(2), 94–103.  
<https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/431>

García, L., Mayo, N. y Montes, S. (2018). Influencia de la literatura en el fortalecimiento de la convivencia escolar en los estudiantes del grado transición de la Institución Educativa José María Muñoz Florez del municipio de Carepa. Reponame: Colecciones Digitales Uniminuto.  
<https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/8483>

Hernández, I. (2022). La convivencia escolar desde las habilidades socio-emocionales en el niño preescolar. *SANTIAGO*, 158, 156–171.  
<https://web.s.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=f27e7de6-5be0-40ea-9052-f9621b700890%40redis>

- Hernández, R. y Mendoza, C. (2019). Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *Progress in Retinal and Eye Research*, 561(3), S2–S3.
- Huarcaya, B. (2019). Influencia de los valores morales para mejorar la convivencia escolar en los niños y niñas de la institución Educativa N° 258 de la Chocorvo en Huancavelica-2019. In *Repositorio Institucional - UNH*. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2755>
- Ison, M., González, D., & Korzeniowski, C. (2020). Strengthening Socio-Cognitive and Emotional Skills in Early Education through a School-Based Program: Preliminary Study. *European Journal of Psychology and Educational Research*, 3(2), 87–100. <https://doi.org/10.12973/ejper.3.2.87>
- Majid, U. (2018). Research Fundamentals: Study Design, Population, and Sample Size. *Undergraduate Research in Natural and Clinical Science and Technology (URN CST) Journal*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.26685/urncst.16>
- Martínez, M. A. (2018). La formación en convivencia: papel de la mediación en la solución de conflictos. *Educación y Humanismo*, 20(35), 127–142. <https://doi.org/10.17081/eduhum.20.35.2838>
- Mejía, A., Núñez, M., Flores, V. y Lara, M. (2023). Efectividad del mindfulness en niños y adolescentes con diagnóstico de TDAH: Una revisión sistemática. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 2679–2695. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.446>
- MINEDU. (2018). *Decreto Supremo N.º 004-2018-* <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/273491-004-2018-minedu>
- Ministerio de Educación. (2018). *Resolución Ministerial N.º 752-2018/MINSA - Normas y documentos legales - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano*. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/normas-legales/2044693-271-2021-minedu>

- Ministerio de Educación. (2023). *Cartilla sobre convivencia escolar*. <https://web.s.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&sid=f27e7de6-5be0-40ea-9052-f9621b700890%40redis>
- Ministerio de Educación. (2023). Números de casos reportados en el SíseVe a nivel nacional. In *SíseVe* (p. 1). <http://www.siseve.pe/web/>
- Mejía, J. (2022). Los paradigmas en la investigación científica. *Revista Ciencia Agraria*, 1(3), 7–14. <https://doi.org/10.35622/j.rca.2022.03.001>
- Ministerio de Educación. (2016). Programa Curricular de Inical. 259. [http://www.ugelchinchagob.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PARTE-1-17-12-2016-01\\_14\\_54-RM-N°-649-2016-MINEDU-parte-1.pdf](http://www.ugelchinchagob.pe/wp-content/uploads/2016/12/649-2016-MINEDU-PARTE-1-17-12-2016-01_14_54-RM-N°-649-2016-MINEDU-parte-1.pdf)
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J. y Romero, H. (2018). Metodología de la investigación cuantitativa - cualitativa y redacción de la tesis. (5a ed.). <https://www.yumpu.com/es/document/read/65746074/metodologia-de-la-investigacion-5ta-edicion>
- Oblitas, L., Soto, D., Anicama, J., y Arama, A. (2019). Incidencia del mindfulness en el estrés académico en estudiantes universitarios: Un estudio controlado. *Terapia Psicológica*, 37(2), 116–128. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082019000200116>
- Otero, A. (2018). ENFOQUES DE INVESTIGACIÓN. *Investigación Científica*. [https://www.researchgate.net/publication/326905435\\_ENFOQUES\\_DE\\_INVESTIGACION](https://www.researchgate.net/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION)
- Paredes, E. (2021). La educación inclusiva y la convivencia escolar. *Polo Del Conocimiento*, 6(2), 483–499. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i2.2273>
- Pereda, L. (2020). Los juegos tradicionales para mejorar la convivencia escolar en estudiantes de educación inicial, *El Porvenir 2019* [Universidad César Vallejo]. In *Repositorio Institucional - UCV*. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/44857>

- Salas, N., & Alcaide, M. (2022). School coexistence and social-emotional competencies in pupils of early childhood education. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 20(58), 591–612. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v20i58.5929>
- Saldarriaga, P., Guadalupe, B. y Llor, M. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea Jean. *Dominio de Las Ciencias*, 2, 127–137.
- San, N., Myint, A., & Oo, C. (2021). Using play to improve the social and emotional development of preschool children. *Southeast Asia Early Childhood Journal*, 10(2), 16–35. <https://doi.org/10.37134/SAECJ.VOL10.2.2.2021>
- Tersi, M., & Matsouka, O. (2020). Improving social skills through structured playfulness program in preschool children. *International Journal of Instruction*, 13(3), 259–274. <https://doi.org/10.29333/iji.2020.13318a>
- UNESCO. (2019). Behind the numbers: ending school violence and bullying - UNESCO Digital Library. In *UNESDOC digitalLibrary*. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483>
- Urbina, C., Ipinza, R. y Gutiérrez, L. (2020). Prácticas relacionales profesor/a-estudiante y participación en el aula: Desafíos para la construcción de una convivencia democrática. *Psicoperspectivas. Individuo y Sociedad*, 19(3). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue3-fulltext-2045>

ANEXOS

**Anexo 1.** Tabla de Operacionalización de variables

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición										
<u>Variable Dependiente:</u> Convivencia Escolar	Se entiende convivencia escolar a la construcción de la integridad y la paz entre quienes conforman la comunidad escolar a partir de las prácticas pedagógicas. (Fierro & Carbajal, 2019)	La convivencia escolar se divide en dimensiones (convivencia inclusiva, convivencia democrática y convivencia pacífica) las cuales ayudan a enfrentar diversos desafíos en el aula	Convivencia inclusiva: Hace referencia a la valoración de la diversidad de identidades, del respeto y el cuidado hacia la pluralidad.	Participación Comunicación Colaboración	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>Nunca</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Casi nunca</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>A veces</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Casi siempre</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Siempre</td> </tr> </table>	1	Nunca	2	Casi nunca	3	A veces	4	Casi siempre	5	Siempre
			1	Nunca											
			2	Casi nunca											
3	A veces														
4	Casi siempre														
5	Siempre														
Convivencia democrática: Se refiere a la autonomía al momento de tomar decisiones de manera grupal, la intervención, resolver problemas de manera que se cumplan los acuerdos mutuos.	Acuerdos Diferencias Conflictos														
Convivencia pacífica: Es la habilidad de poder mantener una buena relación basadas en la tolerancia, respeto y cuidado en grupos colectivos	Interrelaciones Valores Conductas														

<u>Variable Independiente:</u> Mindfulness	Se le conoce así a la forma de atención que cada ser humano obtiene al ser consciente de lo que realiza en el momento intencionalmente. (Kabat Zinn 2017)	El mindfulness se divide en cuatro dimensiones (atención plena a la respiración, atención plena al entorno, atención plena al cuerpo, atención plena a las emociones) las cuales nos ayudaran a crear el programa MindPowerKids.	Atención plena a la respiración	-Relajación
			Atención plena al entorno	-Concentración -Memoria
			Atención plena al cuerpo	-Musicalidad
			Atención plena a las emociones	-Control de emociones

Matriz de Consistencia

<b>Problema</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Hipótesis</b>	<b>Metodología</b>
<b>General</b>	<b>General</b>	<b>General</b>	Enfoque: Cuantitativo  Tipo: Aplicado  Diseño: Experimental  Nivel: Cuasi-experimental
¿Cómo influye el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, Lima, 2023?	Determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años, Lima, 2023.	El mindfulness como estrategia influye de manera eficaz en la mejora de la convivencia escolar en niños de 5 años, Lima, 2023.	
<b>Específicos</b>	<b>Específicos</b>	<b>Específicos</b>	
¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia inclusiva, en los niños de 5 años, Lima, 2023?	Identificar qué efectos tiene el mindfulness como estrategia en convivencia inclusiva en niños de 5 años, Lima, 2023.	La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia inclusiva en niños de 5 años, Lima, 2023.	
¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia democrática en los niños de 5 años, Lima, 2023?	Identificar qué efectos tiene el mindfulness como estrategia en convivencia democrática en niños de 5 años, Lima, 2023.	La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia democrática en niños de 5 años, Lima, 2023.	
¿Qué efectos tiene el Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia pacífica en los niños de 5 años, Lima, 2023?	Identificar qué efectos tiene el mindfulness como estrategia en convivencia pacífica en niños de 5 años, Lima, 2023.	La influencia del mindfulness tiene efectos eficaces en la convivencia pacífica en niños de 5 años, Lima, 2023.	



## Anexo 2. Instrumento de recolección de datos

### Instrumento para medir la convivencia escolar

Alumno (a): \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_\_

**Instrumento:** Guía de observación para medir la convivencia escolar.

**Objetivo del instrumento:** El presente instrumento tiene por objetivo identificar como se encuentra la convivencia escolar en la I.E.I en el año 2023.

**Indicaciones:** Observamos y marcar con una **X** según corresponda el nivel en el que se encuentra el estudiante.

DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	1	2	3	4	5
Convivencia Inclusiva	Participación	1. Se incorpora a los equipos de trabajo con facilidad.					
		2. Se integra en actividades grupales del aula.					
	Comunicación	3. Dialoga con sus compañeros de equipo respetando su turno.					
		4. Se expresa libremente al conversar con sus compañeros.					
	Colaboración	5. Apoya a sus compañeros en las responsabilidades del aula.					
		6. Colabora prestando atención en las actividades.					
Convivencia Democrática	Acuerdos	7. Respeta las normas de convivencia establecidas en el aula.					
		8. Hace respetar los acuerdos del aula.					
	Diferencias	9. Respeta las opiniones de sus compañeros.					
		10. Respeta las diferencias personales de sus compañeros.					
	Conflictos	11. Participa en la resolución de conflictos.					
		12. Evita propiciar conflictos en el grupo.					
Convivencia Pacífica	Interrelaciones humanas	13. Es afable con sus compañeros.					
		14. Expresa sus emociones de manera adecuada con sus compañeros de grupo.					
		15. Identifica las emociones de sus compañeros.					
	Valores	16. Demuestra ser tolerante ante las diferentes situaciones presentadas en el aula.					
		17. Es atento al momento de dirigirse con los demás.					
	Conductas	18. Muestra respeto a sus compañeros.					
19. Sigue instrucciones de principio a fin y termina el trabajo asignado.							
20. Demuestra empatía con sus compañeros.							

LEYENDA	
1	Nunca
2	Casi nunca
3	A veces
4	Casi siempre
5	Siempre

### Anexo 3. Evaluación por juicio de expertos

#### **Evaluación por juicio de expertos**

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Lista de cotejo para medir la convivencia escolar**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer educativo. Agradecemos su valiosa colaboración.

#### 1. **Datos generales del juez:**

<b>Nombre del juez:</b>	YADIRI AMERICA PEJERREY RIVAS		
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( X )	Doctor	( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social	( )
	Educativa ( X )	Organizacional	( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	DIRECTORA		
<b>Institución donde labora:</b>	IE 064 SEÑOR DE LOS MILAGROS		
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años	( )	
	Más de 5 años	( X )	

#### 2. **Propósito de la evaluación:**

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

#### 3. **Datos de la escala**

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario para evaluar la Convivencia Escolar
<b>Autor:</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019)
<b>Procedencia:</b>	México
<b>Administración:</b>	Directa individual

<b>Tiempo de aplicación:</b>	30 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Pedagógica.
<b>Significación:</b>	El instrumento contiene tres dimensiones y un total de 20 ítems. Su objetivo es Medir el nivel de Convivencia escolar Aplicación a estudiantes de 5 años. Escala ordinal con los siguientes niveles: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.

#### 4. Soporte teórico

<b>VARIABLE</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Definición</b>
<b>Convivencia Escolar</b>	<b>Convivencia Inclusiva</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Hace referencia a la valoración de la diversidad de identidades, del respeto y el cuidado hacia la pluralidad.
	<b>Convivencia Democrática</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Se refiere a la autonomía al momento de tomar decisiones de manera grupal, la intervención, resolver problemas de manera que se cumplan los acuerdos mutuos.
	<b>Convivencia Pacífica</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Es la habilidad de poder mantener una buena relación basadas en la tolerancia, respeto y cuidado en grupos colectivos.

## 5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario para evaluar la convivencia escolar por Fierro, C., & Carbajal, P. (2019), adaptado por mi persona. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:**

**Primera dimensión:** Convivencia inclusiva

- **Objetivos de la Dimensión:** Valorar a sus compañeros del aula.

<b>Indicadores</b>	<b>Ítem (1,2,3,4,5,6)</b>	<b>Claridad</b>	<b>Coherencia</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Observaciones / Recomendaciones</b>
<b>Participación</b>	1. Se incorpora a los equipos de trabajo con facilidad.	4	4	4	
	2. Se integra en actividades grupales del aula.	4	4	4	
<b>Comunicación</b>	3. Dialoga con sus compañeros de equipo respetando su turno.	4	4	4	
	4. Se expresa libremente al conversar con sus compañeros.	4	4	4	
<b>Colaboración</b>	5. Apoya a sus compañeros en las responsabilidades del aula.	4	4	4	
	6. Presta atención en las actividades.	4	4	4	

**Dimensiones del instrumento:**

**Segunda dimensión:** Convivencia democrática

- **Objetivos de la Dimensión:** Respetar las opiniones de los demás.

Indicadores	Ítem (7,8,9,10,11,12)	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones / Recomendaciones
<b>Acuerdos</b>	7. Respeta las normas de convivencia establecidas en el aula.	4	4	4	
	8. Hace respetar los acuerdos del aula.	4	4	4	
<b>Diferencias</b>	9. Respeta las opiniones de sus compañeros.	4	4	4	
	10. Respeta las diferencias personales de sus compañeros.	4	4	4	
<b>Conflictos</b>	11. Participa en la resolución de conflictos.	4	4	4	
	12. Evita propiciar conflictos en el grupo.	3	4	4	

**Dimensiones del instrumento:**

**Tercera dimensión:** Convivencia pacífica

- **Objetivos de la Dimensión:** Establecer un ambiente armonioso en el aula.

Indicadores	Ítem (13,14,15,16,17,18,19, 20)	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones / Recomendaciones
Interrelaciones humanas	13. Es amigable con sus compañeros.	4	4	4	
	14. Expresa sus emociones de manera adecuada con sus compañeros de grupo.	4	4	4	
	15. Identifica las emociones de sus compañeros.	4	3	3	
Valores	16. Demuestra ser tolerante ante las diferentes situaciones presentadas en el aula	4	4	4	
	17. Es amable al momento de dirigirse con los demás.	4	4	4	
Conductas	18. Muestra respeto a sus compañeros.	4	4	4	
	19. Es amable cuando se dirige a los demás.	4	4	4	
	20. Demuestra empatía.	4	4	4	

**Observaciones:**

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



**Apellidos y Nombres del juez validador:** PEJERREY RIVAS YADIRI AMERICA

**Especialidad:** Mgtr. / Doc. MAESTRIA EN DOCENCIA Y GESTIÓN EDUCATIVA

**DNI:** 16626078

**Fecha de validación:** 07/07/2023

**Firma:**

  
  
Mag. Yadirí Pejerrey Rivas  
DIRECTORA  
I.E. N° 004 "SEÑOR DE LOS MILAGROS"

## Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Lista de cotejo para medir la convivencia escolar**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer educativo. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez:

<b>Nombre del juez:</b>	Mavila Salazar Cerna
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( X )                      Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )                      Social ( ) Educativa ( X )                      Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Educación Inicial
<b>Institución donde labora:</b>	Universidad Cesar Vallejo
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( ) Más de 5 años (X)

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario para evaluar la Convivencia Escolar
<b>Autor:</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019)
<b>Procedencia:</b>	México
<b>Administración:</b>	Directa individual



<b>Tiempo de aplicación:</b>	30 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Pedagógica.
<b>Significación:</b>	El instrumento contiene tres dimensiones y un total de 20 ítems. Su objetivo es Medir el nivel de Convivencia escolar Aplicación a estudiantes de 5 años. Escala ordinal con los siguientes niveles: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.

#### 4. Soporte teórico

<b>VARIABLE</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Definición</b>
<b>Convivencia Escolar</b>	<b>Convivencia Inclusiva</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Hace referencia a la valoración de la diversidad de identidades, del respeto y el cuidado hacia la pluralidad.
	<b>Convivencia Democrática</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Se refiere a la autonomía al momento de tomar decisiones de manera grupal, la intervención, resolver problemas de manera que se cumplan los acuerdos mutuos.
	<b>Convivencia Pacífica</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Es la habilidad de poder mantener una buena relación basadas en la tolerancia, respeto y cuidado en grupos colectivos.

## 5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario para evaluar la convivencia escolar por Fierro, C., & Carbajal, P. (2019), adaptado por mi persona. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

**Dimensiones del instrumento:**

**Primera dimensión:** Convivencia inclusiva

- **Objetivos de la Dimensión:** Valorar a sus compañeros del aula.

<b>Indicadores</b>	<b>Ítem (1,2,3,4,5,6)</b>	<b>Claridad</b>	<b>Coherencia</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Observaciones / Recomendaciones</b>
<b>Participación</b>	1. Se incorpora a los equipos de trabajo con facilidad.	4	4	4	
	2. Se integra en actividades grupales del aula.	4	4	4	
<b>Comunicación</b>	3. Dialoga con sus compañeros de equipo respetando su turno.	4	4	4	
	4. Se expresa libremente al conversar con sus compañeros.	4	4	4	
<b>Colaboración</b>	5. Apoya a sus compañeros en las responsabilidades del aula.	4	4	4	
	6. Presta atención en las actividades.	4	4	4	

**Dimensiones del instrumento:**

**Segunda dimensión:** Convivencia democrática

- **Objetivos de la Dimensión:** Respetar las opiniones de los demás.

Indicadores	Ítem (7,8,9,10,11,12)	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones / Recomendaciones
<b>Acuerdos</b>	7. Respeta las normas de convivencia establecidas en el aula.	4	4	4	
	8. Hace respetar los acuerdos del aula.	4	4	4	
<b>Diferencias</b>	9. Respeta las opiniones de sus compañeros.	4	4	4	
	10. Respeta las diferencias personales de sus compañeros.	4	4	4	
<b>Conflictos</b>	11. Participa en la resolución de conflictos.	4	4	4	
	12. Evita propiciar conflictos en el grupo.	4	4	4	

**Dimensiones del instrumento:**

**Tercera dimensión:** Convivencia pacífica

- **Objetivos de la Dimensión:** Establecer un ambiente armonioso en el aula.

Indicadores	Ítem (13,14,15,16,17,18, 19,20)	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones / Recomendaciones
Interrelaciones humanas	13. Es amigable con sus compañeros.	4	4	4	
	14. Expresa sus emociones de manera adecuada con sus compañeros de grupo.	4	4	4	
	5. Identifica las emociones de sus compañeros.	4	4	4	
Valores	6. Demuestra ser tolerante ante las diferentes situaciones presentadas en el aula	4	4	4	
	7. Es amable al momento de dirigirse con los demás.	4	4	4	
Conductas	18. Muestra respeto a sus compañeros.	4	4	4	
	19. Es amable cuando se dirige a los demás.	4	4	4	
	20. Demuestra empatía.	4	4	4	

**Observaciones:**

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

**Apellidos y Nombres del juez validador:** Salazar Cerna, Mavila

**Especialidad:** Mgtr. / Doc. En Problemas de Aprendizaje

**DNI:** 10341928

**Fecha de validación:** 07/07/2023

**Firma:**

## Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “**Lista de cotejo para medir la convivencia escolar**”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando al quehacer educativo. Agradecemos su valiosa colaboración.

### 1. Datos generales del juez:

<b>Nombre del juez:</b>	Maria Julia , Silvera Echegaray	
<b>Grado profesional:</b>	Maestría ( X )	Doctor ( )
<b>Área de formación académica:</b>	Clínica ( )	Social ( )
	Educativa ( X )	Organizacional ( )
<b>Áreas de experiencia profesional:</b>	Administración de la Educación	
<b>Institución donde labora:</b>	IE 064 SEÑOR DE LOS MILAGROS	
<b>Tiempo de experiencia profesional en el área:</b>	2 a 4 años ( )	
	Más de 5 años (X)	

### 2. Propósito de la evaluación:

Validar el contenido del instrumento, por juicio de expertos.

### 3. Datos de la escala

<b>Nombre de la Prueba:</b>	Cuestionario para evaluar la Convivencia Escolar
<b>Autor:</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019)
<b>Procedencia:</b>	México

<b>Administración:</b>	Directa individual
<b>Tiempo de aplicación:</b>	30 minutos
<b>Ámbito de aplicación:</b>	Pedagógica.
<b>Significación:</b>	El instrumento contiene tres dimensiones y un total de 20 ítems. Su objetivo es Medir el nivel de Convivencia escolar Aplicación a estudiantes de 5 años. Escala ordinal con los siguientes niveles: (1) Nunca, (2) Casi nunca, (3) A veces, (4) Casi siempre y (5) Siempre.

#### 4. Soporte teórico

VARIABLE	Dimensiones	Definición
<b>Convivencia Escolar</b>	<b>Convivencia Inclusiva</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Hace referencia a la valoración de la diversidad de identidades, del respeto y el cuidado hacia la pluralidad.
	<b>Convivencia Democrática</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Se refiere a la autonomía al momento de tomar decisiones de manera grupal, la intervención, resolver problemas de manera que se cumplan los acuerdos mutuos.
	<b>Convivencia Pacífica</b>	Fierro, C., & Carbajal, P. (2019). Es la habilidad de poder mantener una buena relación basadas en la tolerancia, respeto y cuidado en grupos colectivos.

## 5. Presentación de instrucciones para el juez:

A continuación, a usted le presento el cuestionario para evaluar la convivencia escolar por Fierro, C., & Carbajal, P. (2019), adaptado por mi persona. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
<b>CLARIDAD</b> El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de estas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
<b>COHERENCIA</b> El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
<b>RELEVANCIA</b> El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

*Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente*

1 No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel



**Dimensiones del instrumento:**

**Primera dimensión:** Convivencia inclusiva

- **Objetivos de la Dimensión:** Valorar a sus compañeros del aula.

<b>Indicadores</b>	<b>Ítem (1,2,3,4,5,6)</b>	<b>Claridad</b>	<b>Coherencia</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Observaciones / Recomendaciones</b>
<b>Participación</b>	1. Se incorpora a los equipos de trabajo con facilidad.	4	4	4	
	2. Se integra en actividades grupales del aula.	4	4	4	
<b>Comunicación</b>	3. Dialoga con sus compañeros de equipo respetando su turno.	4	4	4	
	4. Se expresa libremente al conversar con sus compañeros.	4	4	4	
<b>Colaboración</b>	5. Apoya a sus compañeros en las responsabilidades del aula.	4	4	4	
	6. Presta atención en las actividades.	4	4	4	

**Dimensiones del instrumento:****Segunda dimensión:** Convivencia democrática

- **Objetivos de la Dimensión:** Respetar las opiniones de los demás.

<b>Indicadores</b>	<b>Ítem</b> (7,8,9,10,11,12)	<b>Claridad</b>	<b>Coherencia</b>	<b>Relevancia</b>	<b>Observaciones / Recomendaciones</b>
<b>Acuerdos</b>	7. Respeta las normas de convivencia establecidas en el aula.	4	4	4	
	8. Hace respetar los acuerdos del aula.	4	4	4	
<b>Diferencias</b>	9. Respeta las opiniones de sus compañeros.	4	4	4	
	10. Respeta las diferencias personales de sus compañeros.	4	4	4	
<b>Conflictos</b>	11. Participa en la resolución de conflictos.	4	4	4	
	12. Evita propiciar conflictos en el grupo.	4	4	4	

**Dimensiones del instrumento:**

**Tercera dimensión:** Convivencia pacífica

- **Objetivos de la Dimensión:** Establecer un ambiente armonioso en el aula.

Indicadores	Ítem (13,14,15,16,17,18, 19,20)	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones / Recomendaciones
Interrelaciones humanas	13. Es amigable con sus compañeros.	4	4	4	
	14. Expresa sus emociones de manera adecuada con sus compañeros de grupo.	4	4	4	
	5. Identifica las emociones de sus compañeros.	4	4	4	
Valores	6. Demuestra ser tolerante ante las diferentes situaciones presentadas en el aula	4	4	4	
	7. Es amable al momento de dirigirse con los demás.	4	4	4	
Conductas	18. Muestra respeto a sus compañeros.	4	4	4	
	19. Es amable cuando se dirige a los demás.	4	4	4	
	20 Demuestra empatía.	4	4	4	

**Observaciones:**

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


**Apellidos y Nombres del juez validador:** **María Julia Silvera Echegaray**

**Especialidad:** Mgtr. / Doc. Administración de la Educación

**DNI:** 43542486

**Fecha de validación:** 10/10/2023

**Firma:**



**Anexo 4.** Excel de confiabilidad.

Variable	Convivencia Escolar																				Vi	
	Convivencia Inclusiva						Convivencia Democrática						Convivencia Pacífica									
	I1	I2	I3	I4	I5	I6	I7	I8	I9	I10	I11	I12	I13	I14	I15	I16	I17	I18	I19	I20		
Sujeto 1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	45	
Sujeto 2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	52	
Sujeto 3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	57	
Sujeto 4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	56	
Sujeto 5	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	51	
Sujeto 6	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	51	
Sujeto 7	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	
Sujeto 8	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	
Sujeto 9	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	53	
Sujeto 10	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	44	
Sujeto 11	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	35	
Sujeto 12	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	26	
Sujeto 13	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	58	
Sujeto 14	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	51	
Sujeto 15	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	50	
Vi	0.33	0.36	0.38	0.24	0.43	0.22	0.22	0.33	0.52	0.52	0.24	0.33	0.16	0.27	0.38	0.29	0.2	0.38	0.33	0.38	VT	75.5288889
																				Suma Vi	6.5	
Numero de items	20																					
												$\alpha=$	0.96									

$\alpha=$	0.962073301
-----------	-------------

## Anexo 5. Carta de presentación a la institución educativa.



San Juan de Lurigancho, 17 de Julio del 2023

### CARTA N° 0013-2023/UCV-VA-P10-SJL/CCP

Estimada Señora:  
**YADIRI AMERICA PEJERREY RIVAS**  
Directora  
I.E.I 064 Señor de los Milagros  
Presente.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente en nombre de la Universidad César Vallejo - Campus Lima Este y, a la vez presentar a las estudiantes: **ALCANTARA MANTARI RITA PATRICIA** identificada con DNI 71331778 y código de estudiante N.º 7002279994, a **VIDAL ROCHA MILAGROS TERESA** identificada con DNI 72391507 y código de estudiante N.º 7001247835, quienes están cursando el IX ciclo de la Carrera Profesional de Educación Inicial, en el semestre 2023-I; las estudiantes en mención se encuentran realizando su trabajo de investigación titulado "Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, Lima, 2023".

En tal sentido, solicito a usted tenga a bien otorgar el permiso correspondiente para realizar el estudio a través de la aplicación de instrumentos en su institución educativa y este contribuya con el desarrollo de la tesis. Dicha información recaudada, se mantendrá en absoluta confidencialidad, puesto que su aplicación es únicamente con fines académicos.

Su aprobación para realizar este estudio será muy apreciada por nuestra Escuela Profesional de Educación Inicial, así mismo para la aplicación de los instrumentos de las estudiantes dependerá de su pago de matrícula y pensión del semestre 2023-2.

Agradeciendo por el apoyo y la atención a la presente, aprovechamos la oportunidad para reiterarles nuestra gran consideración, y vuestro apoyo al Departamento de Investigación de esta casa de estudios.

Atentamente,



**Mgtr. Katelinen Mirian Rivera Paipay**  
Jefe del Programa Académico de Educación Inicial  
Filial Lima Este

www.ucv.edu.pe



## **Anexo 6.** Modelo del consentimiento informado UCV.

### **Consentimiento Informado del Apoderado**

Título de la investigación: Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, Lima, 2023.

Investigador (a) (es): Alcantara Mantari, Rita Patricia

Vidal Rocha, Milagros Teresa

#### **Propósito del estudio**

Estamos invitando a su hijo (a) a participar en la investigación titulada “Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, Lima, 2023.”, cuyo objetivo es Determinar la influencia del mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en niños de 5 años, Lima, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de pre grado, de la carrera profesional de Educación Inicial, de la Universidad César Vallejo del campus San Juan de Lurigancho, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución Educativa N°064 Señor de los Milagros.

Describir el impacto del problema de la investigación.

La convivencia escolar en el aula de 5 años, es necesario para el desarrollo del niño, sin embargo, se necesita reforzar el manejo de las emociones, comportamiento, valores y comunicación de los estudiantes en su entorno social.

#### **Procedimiento**

Si usted acepta que su hijo participe y su hijo decide participar en esta investigación (enumerar los procedimientos del estudio):

1. Se realizarán actividades bajo una observación para la recolección de datos sobre la investigación: “Mindfulness como estrategia para mejorar la convivencia escolar en los niños de 5 años, Lima, 2023.”
2. Estas actividades tendrán un tiempo aproximado de 35 minutos y se realizarán en un ambiente adecuado dentro de la institución N°064 Señor de los Milagros.

3. Los resultados de las actividades serán codificados usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

\* \* Obligatorio hasta menores de 18 años, consentimiento informado cuando es firmado por el padre o madre. Si fuese otro tipo de apoderado sería consentimiento por sustitución.

**Participación voluntaria (principio de autonomía):**

Su hijo puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

**Riesgo (principio de No maleficencia):**

La participación de su hijo en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su hijo tiene la libertad de responderlas o no.

**Beneficios (principios de beneficios):**

Mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

**Confidencialidad (principio de justicia):**

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su hijo es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

**Problemas o preguntas:**

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con las Investigadoras Alcantara Mantari, Rita Patricia email: [ralcantarama12@ucvvirtual.edu.pe](mailto:ralcantarama12@ucvvirtual.edu.pe); Vidal Rocha, Milagros Teresa email: [mvidalro31@ucvvirtual.edu.pe](mailto:mvidalro31@ucvvirtual.edu.pe) y Docente asesor Gloria María Villa Córdova email: [gvillaco@ucvvirtual.edu.pe](mailto:gvillaco@ucvvirtual.edu.pe)

**Consentimiento**

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo participe en la investigación.

Nombre y apellidos: .....

Fecha y hora: .....

Firma: .....





## I. INTRODUCCIÓN

El presente programa contiene actividades los cuales tienen como finalidad ayudar a infantes de 5 años a mejorar su concentración, atención, coordinación y control de emociones, para ellos las actividades han sido elegidas, planteadas y pensadas en relación con ello.

Es fundamental recalcar que el propósito de este programa es causar un efecto de mejora en la convivencia escolar, mejorando y reforzando las relaciones y autocontrol de emociones con su entorno, a su vez buscar mejorar la coordinación y atención de los infantes en diferentes situaciones que se les pueda presentar.

La creación del programa no solo busca beneficiar a escolares, también puede ser utilizado en grupos de una comunidad general o en casa, ya que este programa puede ser tomado como una guía de orientación.

El beneficio general del programa es aportar de manera significativa en la relación social de los infantes y la relación con su entorno, esperando así ser de ayuda y apoyo para docentes, padres de familia y/o comunidad en general.

Finalmente es importante mencionar que este programa ha sido analizado, revisado y creado en base a la edad de los estudiantes a los que va dirigido, quiere decir que las actividades pueden ser modificadas según conveniencia o edad en la que se quiera aplicar.

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	1	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al cuerpo	<b>Indicador</b>	Musicalidad
<b>Título de la actividad</b>		Los sonidos de mi corazón	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se saluda a los estudiantes motivándolos con una canción y se les brindará normas para poder desarrollar la actividad.</li> <li>❖ La docente pedirá a los estudiantes que cierren los ojos y escuchen atentamente lo que sucede a su alrededor y seguidamente que comenten sobre lo que llegaron a escuchar.</li> <li>❖ Luego se les dirá a los estudiantes que se jugará un juego llamado: "Simón dice", para el cual se tendrá que prestar atención a las indicaciones del juego, en la indicación se pedirá a los estudiantes que realicen movimientos con todo su cuerpo como: Saltar, Correr, Girar, etc.</li> <li>❖ Al concluir el juego se pedirá a los estudiantes que se sienten y toquen su pecho para que puedan escuchar el sonido que hace su corazón.</li> <li>❖ Finalmente, se les preguntara a los estudiantes: ¿Qué sentiste cuando escuchaste tu pecho? ¿Qué escuchaste cuando tocaste tu pecho? ¿Para qué nos servirá lo que hemos realizado?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- USB</li> <li>- Parlante</li> <li>- Cojines</li> <li>- Cámara</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	2	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Memoria
<b>Título de la actividad</b>		Memorizando los objetos	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se saluda a los estudiantes motivándolos con una canción y se les brindará normas para poder desarrollar la actividad.</li> <li>❖ La docente pedirá a los estudiantes que cierren los ojos para que recuerden lo que llevan puesto y de manera ordenada lo mencionen.</li> <li>❖ A continuación, se les presentará a los estudiantes Flash Cards de diferentes imágenes y se les dará un tiempo para que memorizar lo que ven, luego se les pedirá que cierren los ojos para ir quitando algunas imágenes, al momento que los estudiantes habrán los ojos tendrán que mencionar de manera ordenada las imágenes que faltan.</li> <li>❖ Finalmente, se les preguntara a los estudiantes: ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?, ¿Se les hizo difícil realizar la actividad? ¿Para qué nos servirá lo que hemos realizado hoy?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imágenes en flash cards</li> <li>- Parlante</li> <li>- USB</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	3	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Concentración
<b>Título de la actividad</b>		Encontrando las diferencias de las imágenes.	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se saluda a los estudiantes motivándolos con una canción y se les brindará normas para poder desarrollar la actividad.</li> <li>❖ Se le pedirá a un grupo de estudiantes que pasen al frente y se preguntará al resto de estudiantes: ¿Qué diferencia observan entre sus compañeros?, se pedirá la participación de manera ordenada para que todos colaboren con una respuesta.</li> <li>❖ A continuación, se les presentará a los niños imágenes grandes del mismo personaje u objeto pero que tengan pequeñas diferencias, y se les preguntara: ¿Cuáles son las diferencias que observan? ¿Por qué es diferente?, se pedirá la participación de manera ordenada.</li> <li>❖ Finalmente, se les preguntara a los estudiantes: ¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?, ¿Se les hizo difícil encontrar las diferencias de las imágenes? ¿Para qué nos servirá lo que hemos realizado hoy?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Imágenes grandes.</li> <li>- Parlante</li> <li>- USB</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	4	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Control de emociones
<b>Título de la actividad</b>		¿Cuáles son mis emociones?	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>		<b>Recursos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para empezar, se comunica a los estudiantes que vamos a ir al patio, una vez en el patio los saludamos y recordamos las normas del aula, luego los motivamos con una canción "Si estas feliz".</li> <li>❖ A continuación, se les mostrará "la caja mágica" y preguntamos ¿Qué creen que podemos encontrar en esta caja? ¿Qué podemos hacer con lo que hay en esta caja? Escuchamos sus respuestas. Luego sacamos las imágenes de los monstruos de las emociones y les preguntamos ¿Quiénes crees que son los de las imágenes? ¿Qué podemos hacer con estos personajes? Luego les entregamos un globo a cada uno de los estudiantes, les pedimos que los tiren al aire y que no lo dejen caer, mientras suena una música, luego les decimos que cada uno agarre su globo y les preguntamos ¿Cómo se sintieron cuidando a su globo? Escuchamos a cada uno y dibujamos con indeleble la emoción en el globo, luego pedimos que se agrupen por grupos de emociones para que cada uno explique ¿Por qué te sentiste así? ¿En qué otra situación te sientes así? ¿Cómo podemos manejar nuestras emociones?</li> <li>❖ Finalmente les preguntamos a todos de manera general ¿De qué otra manera podemos expresar nuestras emociones? ¿Qué hacemos si uno de nuestros compañeros se siente triste, mal o enojado?</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- USB</li> <li>- Globo</li> <li>- Plumón</li> <li>- Caja Mágica</li> <li>- Imágenes de las emociones</li> </ul>	

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	5	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Concentración
<b>Título de la actividad</b>		El tesoro perdido	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para realizar esta actividad nos dirigimos al patio.</li> <li>❖ Les preguntamos a los estudiantes, ¿Sabes qué es un tesoro?, luego de escuchar sus ideas, se les entregará unos "Mapas del tesoro" y unos parches de pirata para que puedan encontrar el tesoro perdido en grupo, luego les decimos que den 5 vueltas en su mismo lugar y con música de fondo empiezan a buscar, deberán encontrar piezas de un rompecabezas que tendrán que unir para formar una figura.</li> <li>❖ Una vez que encuentren las figuras preguntaremos ¿Qué figura crees que formará el rompecabezas? ¿Cuántas piezas encontraron? ¿Fue fácil encontrar las piezas? ¿Necesitaron ayuda de sus compañeros o lo hicieron solos? Luego se les pedirá que armen el rompecabezas para que descubran la figura y se les felicitará.</li> <li>❖ Finalmente, se les pregunta ¿Cómo se sintieron al buscar el tesoro? ¿Tuvieron alguna dificultad al realizar la actividad? ¿Cómo lo resolvieron? ¿Se ayudaron entre todos?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- USB</li> <li>- Parches</li> <li>- Mapas del tesoro</li> <li>- Piezas de rompecabeza.</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	6	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Concentración
<b>Título de la actividad</b>		Los brazaletes de colores	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para empezar, se comunica a los estudiantes que se agruparán por mesas en cantidades iguales.</li> <li>❖ A continuación, se les mostrará una bolsa de tela y les pregunta ¿Qué creen que habrá en la bolsa? ¿Para qué servirá lo que hay en la bolsa? Una vez que escuchemos atentamente a los estudiantes, les mostraremos los brazaletes de diferentes colores, se les pregunta ¿Qué podemos hacer con estos brazaletes? ¿De qué manera podemos utilizarlos?</li> <li>❖ Les comentaremos que realizaremos una actividad donde un estudiante frente a otro debe colocarse los brazaletes en el brazo en el orden que desee y luego deben esconderlo detrás y el compañero de al frente debe tratar de recordar en qué orden se lo colocó su compañero y repetirlo, para ello debe estar atento y concentrado, del mismo modo lo harán todos los estudiantes.</li> <li>❖ Finalmente preguntamos ¿De qué trató la actividad? ¿Qué teníamos que hacer en la actividad? ¿Todos participaron y esperaron su turno? Cuando no lograbas coincidir en el orden de los brazaletes ¿Cómo lo solucionabas?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- USB</li> <li>-</li> </ul>



PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	7	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Concentración
<b>Título de la actividad</b>		Juego de la atención	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se realiza la motivación con una canción, para luego recordar las normas de convivencia.</li> <li>❖ Se les mostrará a los estudiantes dos brazaletes (rojo y azul), les preguntamos ¿Qué podríamos hacer con ambos brazaletes) luego proponemos colocarlos uno en cada muñeca o brazo, les mostraremos unas cartillas circulares que tendrán ambos colores y adicional algunas de color negro, explicamos la temática de la actividad la cual es cuando salga la cartilla del color del brazalete ponemos la mano sobre la cartilla y cuando salga la adicional (negro) nadie puede colocar la mano sobre la cartilla, de esta manera reforzaremos la atención y concentración de los estudiantes.</li> <li>❖ Finalmente, se les pregunta ¿Fue fácil o difícil realizar la actividad, por qué? ¿De qué otra manera podríamos utilizar las cartillas y brazaletes?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- Brazaletes</li> <li>- Cartillas</li> <li>- Cámara</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	8	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Memoria
<b>Título de la actividad</b>		Bingo de frutas	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se saluda a los estudiantes e iniciamos con una canción de motivación.</li> <li>❖ A continuación, les presentamos a los estudiantes cartillas y preguntamos ¿Qué creen que tendrán las cartillas? Una vez escuchamos sus respuestas, les mostraremos y explicaremos la actividad, donde en una caja tendremos las fichas que irán saliendo mediante el juego y ellos deberán marcar las que salgan en sus cartillas con plumones, marcarán cada ficha que salga si tienen la misma imagen en sus cartillas.</li> <li>❖ Se comparará las cartillas de los estudiantes que vayan terminando y contaremos cuántas fichas marcó cada estudiante que termine la actividad.</li> <li>❖ Finalmente preguntamos ¿Cómo te sentiste al realizar la actividad? ¿Qué otra actividad podríamos realizar con las cartillas y las fichas? ¿Para qué nos habrá servido la actividad realizada?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- imágenes</li> <li>- Caja</li> <li>- Plumones</li> <li>- Parlantes</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
Desarrollado por		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
N°	9	Duración	35 min
Dimensión	Atención plena a la respiración	Indicador	Relajación
Título de la actividad		Yoga con dados	
Grado y Sección: 5 años			
Ejecución de la actividad		Recursos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Saludamos a los estudiantes y empezamos con una canción para motivación.</li> <li>❖ Luego presentamos a los niños un dado y un cartel donde encontrarán números del 1 al 6 y cada número tendrá diferentes posiciones de yoga seguidamente preguntamos ¿Qué hay en el dado? ¿Qué podremos hacer con las imágenes? Los niños brindarán sus propuestas y mencionamos que pondremos una canción instrumental de fondo, luego por turnos lanzarán el dado donde encontrarán círculos en diferentes cantidades (desde el 1 a 6), donde ellos en grupo deberán elegir una posición del cartel para realizar en grupo y todos deben estar de acuerdo, así sucesivamente cada estudiante irá lanzando el dado y eligiendo una diferente posición a la anterior.</li> <li>❖ Para terminar se les preguntas a los estudiantes ¿Para qué nos servirá la actividad realizada? ¿Se les dificultó realizar las distintas posiciones? ¿Por qué? ¿Qué más podríamos hacer con el dado?</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dado</li> <li>- Cartel</li> <li>- Imágenes</li> <li>- Plumones</li> <li>- Parlante</li> </ul>	

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	10	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena a la respiración	<b>Indicador</b>	Relajación
<b>Título de la actividad</b>		Yoga con cartillas	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se invita a los niños acercarse al medio del salón y colocarse en las cintas que estarán distribuidas de manera que cada uno tenga su espacio.</li> <li>❖ A continuación, se les muestra a los estudiantes unas tarjetas donde podrán observar imágenes con de diferentes posiciones de yoga las cuales elegirán al azar cada uno de ellos de manera ordenada, respetando su turno, en la actividad se colocará música de fondo relajante para los estudiantes, cada estudiante elige la cartilla, realiza la posición, mientras los demás estudiantes imitan a su compañero y así cada uno de los estudiantes elegirá y los demás imitarán.</li> <li>❖ Para terminar la actividad realizamos las siguientes preguntas ¿Qué posición fue más fácil y cuál fue la más difícil para ti? ¿Por qué? ¿Qué otras cosas podríamos imitar?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- Cinta</li> <li>- Tarjetas</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
Desarrollado por		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
N°	11	Duración	35 min
Dimensión	Atención plena al entorno	Indicador	Concentración
Título de la actividad		Circuito de colores	
Grado y Sección: 5 años			
Ejecución de la actividad		Recursos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se inicia mostrando a los estudiantes unas cajas, los estudiantes darán sus opiniones sobre qué podríamos hacer con las cajas, luego haremos sonar lo que hay dentro de ellas y de igual manera igual adivinarán lo que hay dentro.</li> <li>❖ Luego de escuchar las ideas de los niños, los llevaremos a un espacio donde encontrarán un circuito de caminos, pelotas de colores y las cajas, en esta actividad deberán realizar el circuito de seguir el camino de aros y cintas, luego agarrar pelotas e intentar encestarlas en las cajas, esto se realizará de manera grupal, respetando así los turnos de todos los compañeros del aula, luego de que todos acaben la actividad la dificultad irá aumentando.</li> <li>❖ Luego de terminar la actividad se les preguntará a los estudiantes ¿Fue fácil o difícil el circuito? ¿Por qué? ¿De qué otra manera se podría haber realizado el circuito? ¿Qué otros objetos podríamos encestar en las cajas?</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- Cajas</li> <li>- Cintas</li> <li>- Aros</li> <li>- Pelotas de colores</li> </ul>	

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
Desarrollado por		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
N°	12	Duración	35 min
Dimensión	Atención plena a las emociones	Indicador	Control de emociones
Título de la actividad		El globo de las emociones	
Grado y Sección: 5 años			
Ejecución de la actividad		Recursos	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para esta actividad nos dirigimos al espacio del patio del colegio, preguntamos a los estudiantes ¿Cómo se sienten el día de hoy? Escuchamos a los estudiantes y les presentamos una "caja sorpresa" donde dentro podrán encontrar imágenes del monstruo de las emociones, los niños nos comentarán en que momento o situación se han sentido así y cómo lo han solucionado.</li> <li>❖ Luego de que los niños nos comenten y expliquen sus emociones, se les entregará un globo a cada uno de ellos, se les explicará que deberán lanzar el globo al aire, tratando de evitar que este caiga al suelo, para realizar la actividad se colocará una música de fondo relajante para que los estudiantes se concentren e iniciarán la actividad.</li> <li>❖ Una vez terminada la actividad los estudiantes se sentarán en círculo y preguntaremos uno a uno como se sintieron y con un indeleble dibujaremos la emoción, para que luego cada uno explique por qué se sintió así y cómo controlaba sus emociones cuando el globo se le caía.</li> <li>❖ Ya en el aula los niños dibujarán cómo se sintieron realizando la actividad de los globos.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caja sorpresa</li> <li>- Imágenes</li> <li>- Parlante</li> <li>- Indeleble</li> <li>- Globos</li> <li>- Dibujos</li> </ul>	

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	13	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Memoria
<b>Título de la actividad</b>		Emparejados	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se le presenta a los estudiantes unas cartillas con diferentes imágenes cada una de estas tendrán un par y los estudiantes una vez colocadas las cartillas volteadas sobre las mesas de los diferentes grupos deberán coordinar y turnarse entre ellos para iniciar la actividad.</li> <li>❖ Una vez tengan las cartillas por los turnos designados deben voltear solo 2 cartillas por estudiantes hasta que encuentren su par, para lo cual deben estar concentrados y atentos para poder recordar donde se ubican cada una de las imágenes.</li> <li>❖ Una vez terminada la actividad pediremos a los estudiantes que nos expliquen que han realizado en su actividad, como coordinaron entre todos para poder lograr el objetivo de encontrar todos los pares de imágenes.</li> <li>❖ Finalmente plasmarán mediante un dibujo los pares que recuerden de la actividad.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartillas</li> <li>- Parlante</li> <li>- Hojas</li> <li>- Lápiz</li> <li>- Colores</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	14	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena a las emociones	<b>Indicador</b>	Control de emociones
<b>Título de la actividad</b>		Conociendo mis emociones	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para esta actividad los estudiantes se ubican en un solo grupo de mesa.</li> <li>❖ Luego se les muestra dos diferentes grupos de cartillas, una vez escuchemos sus opiniones sobre lo que podríamos encontrar en las cartillas, les mostraremos que en un grupo de cartillas están plasmadas las emociones como por ejemplo la tristeza, felicidad, enojo, aburrido, etc, mientras que en el otro grupo de cartillas encontraremos preguntas, como ¿Cuándo fue la última vez que te sentiste así? ¿Qué haces cuando te sientes así?, interpretar la emoción mostrada de manera exagerada, etc.</li> <li>❖ Cada uno de los estudiantes sacará una cartilla de cada grupo y responderá la pregunta o imitará la emoción.</li> <li>❖ Finalmente, cada niño dibuja la emoción que sienta en ese momento o la que más le guste.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartillas</li> <li>- Hojas</li> <li>- Lápiz</li> <li>- Colores</li> </ul>



PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	15	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Memoria
<b>Título de la actividad</b>		Encontrando las sombras	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se le presenta a los estudiantes unas cartillas con diferentes imágenes cada una de estas tendrán su sombra y los estudiantes una vez colocadas las cartillas volteadas sobre las mesas de los diferentes grupos deberán coordinar y turnarse entre ellos para iniciar la actividad.</li> <li>❖ Una vez tengan las cartillas por los turnos designados deben voltear solo 2 cartillas por estudiantes hasta que encuentren la sombra de cada imagen, para lo cual deben estar concentrados y atentos para poder recordar donde se ubican cada una de las imágenes y la sombra.</li> <li>❖ Una vez terminada la actividad pediremos a los estudiantes que nos expliquen que han realizado en su actividad, como coordinaron entre todos para poder lograr el objetivo de encontrar todos los pares de imágenes.</li> <li>❖ Finalmente plasmarán mediante un dibujo los pares que recuerden de la actividad.</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cartillas</li> <li>- Parlante</li> <li>- Hojas</li> <li>- Lápiz</li> <li>- Colores</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	16	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena a la respiración	<b>Indicador</b>	Relajación
<b>Título de la actividad</b>		El ritmo de mi respiración	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para esta actividad se necesita un espacio amplio como el patio del colegio.</li> <li>❖ Los estudiantes realizarán una dinámica del ritmo de 2 bailes con sincronización y coordinación de movimientos, luego se ubicarán manteniendo distancia entre ellos, acostados sobre los tapetes después de haber realizado los bailes se colocarán unos pañuelos sobre su vientre y observarán cómo estos suben y bajan según la respiración de cada uno de ellos, también colocarán sus manos sobre su vientre para sentir el movimiento, acompañada a la actividad se colocará música de fondo para mayor concentración y atención en los estudiantes en su respiración y movimiento de los pañuelos.</li> <li>❖ Luego de realizar la actividad los estudiantes mencionarán de manera ordenada cómo se han sentido al realizar la actividad, si alguno sintió tranquilidad y si alguno se frustró al no sentir su respiración.</li> <li>❖ Luego plasmarán mediante un dibujo la actividad que han realizado</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Parlante</li> <li>- Tapetes</li> <li>- Pañuelos</li> <li>- Hojas</li> <li>- Lápiz</li> <li>- Colores</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	17	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al cuerpo	<b>Indicador</b>	Musicalidad
<b>Título de la actividad</b>		Sigue tu ritmo	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>		<b>Recursos</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para esta actividad se necesita un espacio amplio y sin distracciones.</li> <li>❖ Se les mostrará a los estudiantes que cada parte de la canción que escucharán tiene un movimiento diferente el cual deberán seguir, la actividad cada vez se dificultará más, ya que el ritmo será cada vez más rápido.</li> <li>❖ Los estudiantes deberán mantener el ritmo y coordinación en las diferentes canciones que se les presente.</li> <li>❖ Luego se invitará a que cada niño proponga otros movimientos diferentes a los presentados, el cual los demás compañeros deberán seguir.</li> <li>❖ Finalmente volvemos a las aulas y preguntaremos ¿Se les dificultó realizar las actividades? ¿Por qué? ¿Qué otra canción conoce donde podamos realizar diferentes movimientos? ¿Para qué nos servirá la actividad realizada?</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- USB</li> <li>- Parlante</li> <li>- Cojines</li> <li>- Cámara</li> </ul>	

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	18	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al entorno	<b>Indicador</b>	Concentración
<b>Título de la actividad</b>		Encontrando los pares de colores	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para la siguiente actividad de se colocarán dos mesas en medio del aula y en cada mesa una silla frente a otra y una caja con pelotas de diferentes colores.</li> <li>❖ Para esta actividad se necesitará dos estudiantes por grupo, la caja que encontrarán sobre las mesas tendrá dos agujeros en cada lado que son para que los estudiantes introduzcan las manos y pueda sacar dos pelotas cada uno.</li> <li>❖ La finalidad la actividad es que cuando ambos estudiantes introduzcan sus manos y saquen las pelotas logren sacar el mismo color uno de ellos y así sucesivamente hasta encontrar todos los pares.</li> <li>❖ La actividad necesita de concentración y coordinación al momento de sacar las pelotas de las cajas. Una vez ambos estudiantes terminen la actividad deberán elegir o proponer cada uno a un nuevo compañero para realizar la actividad.</li> <li>❖ Finalmente, los estudiantes plasmarán sobre hojas la actividad que han realizado y preguntaremos ¿Qué tan difícil fue realizar la actividad? ¿Para qué nos servirá la actividad realizada? ¿Qué otros objetos podríamos introducir en las cajas?</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>-Cajas</li> <li>-Pelotas</li> <li>-Parlante</li> </ul>

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	19	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al cuerpo	<b>Indicador</b>	Musicalidad
<b>Título de la actividad</b>		Creando tu tintineo	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para la actividad se necesitará estar en un lugar cerrado, sin ruido, ni distracciones.</li> <li>❖ Se les entregará a todos los estudiantes una campana, luego se les mostrará un ejemplo de cómo podemos hacer distintos sonidos o ritmos con el sonido del cascabel.</li> <li>❖ A continuación, los niños uno a uno, respetando el orden irán proponiendo frente a sus compañeros un ritmo, secuencia o sonido del cascabel, los demás compañeros deberán imitar el mismo sonido o ritmo que escuchen.</li> <li>❖ Sucesivamente todos los estudiantes saldrán al frene y realizarán la misma acción.</li> <li>❖ Se debe tener en cuenta que para dicha actividad es importante la coordinación de los sonidos.</li> <li>❖ Finalmente preguntaremos ¿Qué tan difícil fue realizar esta actividad? ¿Con que otro objeto podríamos realizar sonidos?</li> </ul>			-Cascabeles

PROGRAMA "MindPower Kids" - 2023			
<b>Desarrollado por</b>		Alcantara Patricia y Vidal Milagros	
<b>N°</b>	20	<b>Duración</b>	35 min
<b>Dimensión</b>	Atención plena al cuerpo	<b>Indicador</b>	Musicalidad
<b>Título de la actividad</b>		El globo musical	
<b>Grado y Sección: 5 años</b>			
<b>Ejecución de la actividad</b>			<b>Recursos</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Para la actividad se necesitará un espacio amplio.</li> <li>❖ Los estudiantes se ubicarán en 3 filas donde se tenga igual cantidades.</li> <li>❖ Luego se les entregará un globo al estudiante que está primero en cada fila, para explicarles que los que están adelante van a proponer un movimiento diferente (y luego por turnos) como por ejemplo, pasar el globo y quien lo recibe da un giro, pasar el globo y quien lo revise da un salto, etc, acompañada a la actividad irá la música de fondo "congelados", quiere decir que los estudiantes realizarán la actividad y cuando la música diga congelados quien tenga el globo saldrá de la fila y así sucesivamente irán realizando la actividad hasta que solo quede uno.</li> <li>❖ Una vez termine la actividad se les preguntas a los estudiantes ¿Fue fácil o difícil realizar la actividad? ¿Por qué? ¿Con qué otra música se podría realizar la actividad?</li> </ul>			<p>- Parlante -Globos</p>