



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN INICIAL**

“Programa De Yoga Para Desarrollar La Atención En Niños Y Niñas
De Cinco Años De Una Institución Educativa Pública, Trujillo, 2018”

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN INICIAL**

AUTORA

LUNA VICTORIA CORREA MARJORIE LISETH

ASESOR

DR. JORGE OCTAVIO SAENZ PIEDRA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

DIDÁCTICA Y EVOLUCIÓN DEL APRENDIZAJE

TRUJILLO-2018

PÁGINA DE JURADO

Dr. Jorge Octavio Sáenz Piedra
PRESIDENTE

Mg. Giselle Lizbeth Silva Lopez
SECRETARIA

Mg. Roxana Milagritos Reyes Gonzales
VOCAL

DEDICATORIA

A mi familia, a mi mami Mireya, a mi papi Juan Carlos, quienes a pesar de la distancia siempre me han apoyado

A mi hermano Iván y a mis hermanas Allison, Anghela y Aixa.

Así mismo a mis abuelitos, Mamá Zoila, Abuelito Manuel, Mamá Elvia y Papá Enrique. Todos ellos, personas importantes en mi vida.

AGRADECIMIENTO

Gracias a mis padres por permitir, por medio de su apoyo, que pueda cumplir unos de mis sueños.

A mis maestros y maestras que me inspiraron para elegir y concluir mi carrera.

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Marjorie Liseth Luna Victoria Correa, estudiante de la Facultad de Educación e Idiomas, de la Escuela Académica Profesional de Educación Inicial de la Universidad César Vallejo, identificado (a) con DNI N° 70342200, con la tesis titulada:

“PROGRAMA DE YOGA PARA DESARROLLAR LA ATENCIÓN EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, TRUJILLO, 2018”

Declaro bajo juramento que:

1. La tesis es de mi autoría
2. He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas. Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
3. La tesis no ha sido auto-plagiada; es decir, no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aporte a la realidad investigada.

De identificarse la falta de fraude, (datos falseados), plagio, información sin citar a autores) auto-plagio (presenta como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajean) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo.

Lugar y fecha: Universidad Cesar Vallejo - 03 de Julio del 2018

Nombres y apellidos: Marjorie Liseth Luna Victoria Correa

DNI N°: 70342200

PRESENTACIÓN

Señores miembros del Jurado, presento ante Uds. la Tesis titulada “PROGRAMA DE YOGA PARA DESARROLLAR LA ATENCIÓN EN NIÑOS Y NIÑAS DE CINCO AÑOS DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, TRUJILLO, 2018”, con la finalidad de establecer que el programa de yoga, desarrolla la atención en niños y niñas de cinco años de la institución N°1733, Trujillo, 2018., en cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo para obtener el Grado Académico de Licenciada.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación

La Autora

ÍNDICE

| | |
|--|-------------|
| Páginas preliminares | |
| Página del jurado | i |
| Dedicatoria | ii |
| Agradecimiento | iii |
| Declaración de autenticidad | iv |
| Presentación | v |
| Índice | vi |
| Resumen | vii |
| Abstract | viii |

I. INTRODUCCIÓN

| | |
|------------------------------------|----|
| 1.1 Realidad problemática..... | 9 |
| 1.2 Trabajos previos..... | 10 |
| 1.3 Teorías relacionadas..... | 13 |
| 1.4 Formulación del problema..... | 23 |
| 1.5 Justificación del estudio..... | 23 |
| 1.6 Hipótesis..... | 24 |
| 1.7 Objetivos..... | 24 |

II. MÉTODO

| | |
|--|----|
| 2.1 Diseño de investigación..... | 25 |
| 2.2 Variables y Operacionalización..... | 26 |
| 2.3 Población, muestra y muestreo..... | 28 |
| 2.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos..... | 29 |
| 2.5 Métodos de análisis de datos..... | 30 |
| 2.6 Aspectos Éticos..... | 30 |

III. RESULTADOS.....31

IV. DISCUSION.....39

V. CONCLUSIONES.....41

VI. RECOMENDACIONES.....41

VII. REFERENCIAS.....42

VIII. ANEXOS.....44

- ✓ Test
- ✓ Validación
- ✓ Base de datos
- ✓ Programa experimental
- ✓ Constancia de aplicación de programa

RESUMEN

La investigación busca establecer que el Programa de yoga desarrolla la atención en niños y niñas de cinco años de una institución educativa pública, Trujillo, 2018. Para este estudio se utilizó el diseño cuasi experimental con una población de 84 niños y niñas y una muestra de 59 niños y niñas. Teniendo dos aulas, una como grupo experimental y otra como grupo control. Los datos fueron recogidos a través de un Test sobre Atención, cuyo valor de confiabilidad fue de 0,923, indicando un nivel muy bueno; la validez del instrumento fue verificada por tres especialistas en educación inicial, quienes coincidieron positivamente para la aplicación del mismo. Los datos obtenidos fueron procesados, a través de unas medidas estadísticas, como: La frecuencia, media aritmética, desviación estándar, coeficiente de variación y la T de Student. Los resultados obtenidos muestran que el grupo experimental en el pre test de atención se ubicó en el nivel bajo con un 86 % y 14 % en el nivel alto; en el post test alcanzó el 83 % en el nivel alto y 17 % en el nivel bajo, este importante resultado es debido a la ejecución del programa de yoga que desarrolló significativamente la atención en las niñas y niños.

Palabras claves: Programa, yoga, atención, pre test, post test

ABSTRACT

This research seeks to establish that the Yoga Program develops attention in five-year-old boys and girls of a public educational institution, Trujillo, 2018. For this study, the quasi-experimental design was used with a population of 84 boys and girls and a sample of 59 boys and girls. Having two classrooms, one as an experimental group and the other classroom as a control group. The data were collected through a Test on Attention, whose reliability value was 0.923, indicating a very good level; The validity of the instrument was verified by three specialists in Early Childhood Education, who coincided positively for its application. The data obtained were processed, through statistical measures, such as: Frequency, arithmetic mean, standard deviation, coefficient of variation and Student's T. The results obtained show that the experimental group in the pre-test of attention was located in the low level with 86% and 14% in the high level; in the post test it reached 83% in the high level and 17% in the low level, this important result is due to the execution of the yoga program that significantly developed the attention in the girls and boys.

Keywords: Program, Yoga, pre test, post test.

I. INTRODUCCIÓN

1.1 REALIDAD PROBLEMÁTICA

Un reportaje publicado por la revista New York Times, afirma que el número de niños con déficit de atención ha aumentado masivamente en los últimos tiempos. Durante los años 90, había aproximadamente el 5% de casos de escolares con este problema. El año pasado, dicha cifra aumentó al 11% e incluía por primera vez a adultos. La periodista Maggie Koerth-Baker, autora del reportaje, manifiesta que, de los 6,4 millones de personas diagnosticadas, un alto número, no muestra diferencias físicas con las no afectadas. El aumento se debería a otras razones, como las estrategias educativas de hoy en día o la exigencia educativa de los padres a hijos.

En nuestro país, aunque no son cifras oficiales, se estima que entre el 3% y el 7% de la población escolar sufre algún grado de TDAH (trastorno por déficit de atención e hiperactividad). Los especialistas manifiestan que en un aula de 30 niños puede haber de 1 a 2 con este mal, que no les permite enfocar su atención, e interactuar con otros sin parecer agresivos. Los estudios denotan que es cuatro veces más frecuente en niños que en niñas, y que los primeros indicios aparecen antes de los 4 años.

Un estudio realizado por la Universidad Privada Antenor Orrego (UPAO) en la ciudad de Trujillo, señala que la población del estudio entre niños y niñas del nivel inicial de una institución; revelan dificultades de procesamiento de la información, y sus notas en las diversas áreas se ubican debajo del promedio; también manifiestan problemas de conducta, como problemas de adaptación, presencia de cuadros de hiperactividad y déficit de atención.

En la institución educativa Mi Mundo Maravilloso N°1733, gran parte de los niños de cinco años del aula Amistad, manifiestan atención dispersa durante el desarrollo de las clases, la mayor parte del tiempo se muestran distraídos, muestran poco interés al tema que se trabaja y gran interés a los estímulos distractores.

Por lo tanto el presente trabajo de investigación pretende el desarrollo de la atención en niños y niñas a través de un programa de yoga.

1.2 TRABAJOS PREVIOS

Internacionales:

PIMENTEL y JULIO (2014) “La atención en las niñas y niños en el nivel de preescolar de la Institución Educativa Ternera del distrito de Cartagena”. Universidad del Tolima-Universidad de Cartagena. Colombia. Reconocer estrategias pedagógicas que estimulen la atención, en los niños y niñas del nivel de Preescolar de la Institución Educativa de Ternera Distrito Turístico y Cultural de Cartagena de India y favorezcan los procesos de aprendizajes. Diseño de investigación acción. Población 122 entre niños(as), padres de familia y docentes. Muestra 53 entre niños(as), padres de familia y docentes. En este trabajo se ha experimentado distintas situaciones que han llevado al niño a sentirse con ganas de llegar a la escuela y trabajar, incluso se ha mostrado un interés enorme en lo que está realizando, así como el competir con sus compañeros, estimulando a integrarse todos en las actividades. Se aprendió de manera general más acerca de los conceptos y temas sobre la atención, considerando las aportaciones de cada autor desde su propia perspectiva, cabe mencionar que el tema que se está tratando es de gran importancia desde temprana edad, incluso hasta en niños mayores, ya que el juego y la motivación es relevante en la educación preescolar, siendo el impulso a salir adelante.

CHUQUIMARCA (2013) “La atención dispersa y su incidencia en los aprendizajes de los niños de la escuela Unidad Cristiana educativa antisana de la parroquia de Pintag”. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador. Determinar la incidencia de la atención dispersa en el aprendizaje de los niños de la escuela Unidad Cristiana Educativa Antisana de la Parroquia de Pintag. Diseño de investigación aplicada. Población muestral 73 niños (as). La atención de los estudiantes en el aula es muy frágil, se pierde con cualquier cambio brusco tanto dentro como fuera del aula. Cuando no existe interés en la materia por parte del estudiante se distrae con facilidad.

PEREZ (2010) "Propuesta pedagógica para potenciar el desarrollo integral de niños de 5-6 años de edad mediante la práctica del yoga". Pontificia Universidad Javeriana. Colombia. Desarrollar un plan educativo, inspirado en el principio del yoga para repotenciar el progreso completo de niños de cinco y seis años que forman parte de la básica educativa regular. Diseño de investigación cualitativa. Población 78 niños (as). Se establece prudente diseñar un plan educativo, que, desde la práctica de yoga potencie el progreso completo de niños de cinco y seis años.

Nacionales:

CORONADO (2010) "La atención en niños de 5 años con adecuada e inadecuada nutrición de una Institución Educativa inicial - Callao". Universidad San Ignacio de Loyola. Lima. Comparar los niveles de atención en niños de 5 años con adecuada e inadecuada nutrición de una Institución Educativa inicial – Callao. Diseño de investigación descriptivo comparativo. Población 95 y muestra 40 niños (as). Los niños de 5 años de una Institución Educativa Inicial con nutrición adecuada presentan un mayor nivel de atención sostenida que los niños con nutrición inadecuada.

MORALES (2015) "Salomón: detección temprana en TDAH". Universidad de Lima. Lima. Determinar estrategias de intervención preventivas acorde a las características del caso de un niño con TDAH en etapa pre-escolar. Diseño de investigación mixto, cuantitativo y cualitativo. Población 1 niño. Es importante una detección temprana del TDAH para prevenir futuras complicaciones o repercusiones en la vida diaria del que padece este trastorno, realizando un diagnóstico diferencial; padres, profesores, orientadores, pedagogos o pediatras son los primeros en sospechar un posible caso de TDA-C. - Cada caso de TDAH es único y por lo tanto, requiere de un tratamiento acorde a sus demandas y capacidades, para ello es necesaria una evaluación integral en la que se trabaje junto a la familia y profesores brindándoles pautas y herramientas específicas según el perfil del caso y su entorno.

Regionales:

ANGULO y MONTENEGRO (2014) "Influencia de los talleres musicales en el desarrollo de la atención y concentración en los niños de 4 años del jardín N°

215 de la ciudad de Trujillo en el año 2014. Universidad Nacional de Trujillo. Trujillo. Investigar como los talleres de música influyen en la atención en los niños(as) de cuatro años. Diseño cuasi-experimental. Población 296 entre niños niñas. Muestra 55 entre niños y niñas. Los talleres de música se desarrollaron en los niños de cuatro años del primer grupo; arrojando como resultado un elevación del nivel de atención, mejorando positivamente su aprendizaje.

RODRIGUEZ y PERÉZ (2013) “Aplicación del taller de juegos mentales "Luangi" para mejorar la atención y rendimiento del aprendizaje del área de matemática en los niños de 3 años "A" de la institución educativa "Pedro Mercedes Ureña". Universidad Nacional de Trujillo. Trujillo. Determinar si la aplicación del taller de juegos mentales "Luangi" mejora la atención y rendimiento del aprendizaje del área de matemática en los niños de 3 años "A" de la institución educativa "Pedro Mercedes Ureña. Diseño de la investigación cuasi experimental. Población muestral 52 niños (as). De acuerdo a las conclusiones que anteceden en los niños de 3 años del grupo experimental, nos llevan a inferir que con la aplicación de talleres de juegos mentales "Luangi", los niños han mejorado su rendimiento académico en el área de matemática y también han mejorado su nivel de atención.

LUJÁN (2015) “Aplicación del programa de juegos Fami para estimular la atención de los niños de 4 años de la Institución Educativa Inicial N° 252 niño Jesús de la ciudad de Trujillo”. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo. Evidenciar la mejora de la atención en los niños(as) de cuatro años; por medio del programa Fami. Diseño de la investigación cuasi experimental. Población 99 y muestra 52 niños (as). Se evidenció que el programa Fami estimuló la atención en los niños(as) de cuatro años, en cuatro puntos.

ROJAS (2016) “Programa de yoga infantil YOGUI para mejorar la atención en niños de cinco años del jardín Retos de la ciudad de Trujillo – 2016”. Universidad Privada Antenor Orrego. Trujillo. Mejorar significativamente la concentración de los niños(as) de cinco años, por medio del desarrollo del taller de yoga infantil. Diseño de investigación experimental. Población muestral 48 entre niños y niñas. Los resultados permiten demostrar que después del desarrollo del taller, no existió miembro del primer grupo que evidenció una atención baja; a comparación del 30% de niños(as) que evidenció este nivel en el segundo grupo.

Así mismo se registra que el 55% de los miembros del primer grupo alcanza una elevación frente sólo al 25% de los niños(as) miembros del segundo grupo que mostraron esta elevación. En consecuencia, la indagación denota que el taller desarrolla significativamente la concentración en los niños.

1.3 TEORÍAS RELACIONADAS AL TEMA

EL YOGA

Definición:

BURGOS (2015) según Philizot, precisa al yoga: Acción que activa o detiene el cuerpo de forma estable y agradable, acompañado de una respiración controlada.

ALCALA (2014) según García, define el yoga como el lazo entre cuerpo y la mente. El yoga está compuesto por un conjunto de ejercicios que proporcionan una mejora física y mental, cuyo objeto es lograr un estado de plenitud y paz con uno mismo.

Historia del yoga:

BASAVARADDI (2015) La palabra "yoga" deriva de "Yuj", que significa "unir" o "enyugar" o "reunir".

El yoga nace en Oriente, y muchos años después es conocida en Europa. El yoga es una tradicional disciplina física y mental que se inicia en la India. Restos fósiles de la civilización del Indo Saraswati con motivos y figuras que realizan yoga, indican la presencia del yoga en ese país.

Representantes:

Maharishi Mahesh popularizó la práctica del yoga centrándose en la meditación, por su lado Swami Sivananda ganó la fama de gurú con un sistema yóguico basado en cinco principios: la Savasana (relajación), la Pranayama (respiración) las asanas (ejercicios o posturas), la Dhyana (pensamientos positivos) y la meditación.

Tipos de yoga más populares:

Langenheim (2016)

- ✓ Bhakti Yoga, amor.
- ✓ Jnana Yoga, conocimiento.
- ✓ Karma Yoga, servicio al prójimo.
- ✓ Raja Yoga, mente.
- ✓ Hatha Yoga, físico (asanas, pranayamas, meditación)

Yoga para niños:

ROJAS (2016) El yoga incrementa en el niño(a) la habilidad de tranquilizarse y concentrarse, asimismo de mejorar la autovaloración y el autocontrol. Al practicar yoga, los niños logran un mayor conocimiento de sus pensamientos y emociones.

El yoga es considerado también como terapia, la cual se puede practicar desde los tres años en adelante, ya que a partir de esta edad se aprende a manejar mejor la respiración, calmar la mente y las emociones. Al desarrollar el hábito de practicar yoga desde la primera infancia, se podrá llegar a poseer una buena calidad de vida durante la pubertad y madurez.

A través de una práctica regular de yoga los niños y niñas inquietos aprenden a canalizar su energía, y en niños y niñas tranquilos, el yoga se transforma en un medio para despertarlos; así mismo en niños y niñas tímidos, es una herramienta que les ayuda a liberarse y a perder el miedo frente a los demás, desarrollando así su seguridad, confianza y aumentando su autoestima.

Beneficios del yoga para niños:

PEÑA (2016) menciona algunos de los beneficios de yoga para los niños

- ✓ Desarrolla la autodisciplina y el autocontrol.
- ✓ Mejora la tenacidad muscular y la flexibilidad.
- ✓ Aumenta la autoestima y la conciencia corporal.
- ✓ Favorece la concentración, atención, memoria e imaginación.
- ✓ Fortalece los sistemas: esquelético, nervioso, circulatorio, digestivo, respiratorio, hormonal y muscular.

- ✓ Ayuda al conocimiento corporal.
- ✓ Fomenta la cooperación, trabajo en equipo y favorece las relaciones sociales.
- ✓ Enseña a relajarse, a reducir el estrés y mejorar el control emocional.
- ✓ Crea un clima tranquilo y positivo

Partes de una clase de Yoga con niños:

PEÑA (2016) Durante las sesiones de yoga con niños se trabaja con las siguientes partes:

Ejercicios de respiración. A través de ellos se busca liberar estados de ansiedad, tensión y estrés.

Ejercicios de calentamiento. Preparan para los movimientos y posturas posteriores, realizando movimientos suaves con las distintas partes del cuerpo.

Práctica de posturas (asanas). Imitan posturas de animales (perro, rana, gato, elefante, león, mariposa...) y otras formas del mundo bien conocidas por los niños (montaña, árbol, girasol...) Es conveniente respirar de forma lenta, profunda y rítmicamente durante la realización de las posturas.

Juegos de movimiento. A través de cuentos, historias y canciones que a la vez que se narran se realizan posturas.

Ejercicios de relajación. Ayudan a buscar la calma del sistema nervioso y sentirnos llenos de energía al terminar.

Juegos de introducción a la meditación. Algunos cantos sencillos para niños pueden suponer un paso hacia la meditación. Al repetir el sonido "AOM", ayuda a calmar los nervios y la mente, haciendo que nos sintamos tranquilos y felices con nosotros mismos.

Indumentaria y materiales para desarrollar una clase de yoga:

- ✓ Ropa ligera de color blanco
- ✓ Música de relajación (mantra)
- ✓ Colchonetas
- ✓ Velas e incienso (opcional)

Tipos de yoga que se desarrollarán en el programa:

HATHA YOGA

VERSAR (2016) Este tipo de yoga se basa en las prácticas físicas o asanas, que son posturas para practicar yoga complementadas con las pranayamas o posturas de respiración. Es una forma de Yoga lento y suave que se centra en simples posturas y movimientos cómodos.

Beneficios:

- ✓ Flexibilidad
- ✓ Fuerza muscular y tonificación
- ✓ Libera estrés
- ✓ Mejora postura corporal
- ✓ Elasticidad
- ✓ Firmeza
- ✓ Equilibrio
- ✓ Resistencia
- ✓ Vitalidad

Posturas para niños:

- ✓ Saludo al sol
- ✓ La vela
- ✓ Flexión de espalda o pinza
- ✓ Saludo a la luna
- ✓ La rueda
- ✓ Saltamonte
- ✓ Arco
- ✓ Árbol
- ✓ Triángulo
- ✓ Cadáver
- ✓ El niño
- ✓ Guerrero I

RAJA YOGA:

VERSAR (2016) La meta del Raja Yoga es un estado de conciencia divina e inmovilidad. Las posturas de Yoga buscan que el cuerpo sostenga una postura inmóvil. El Raja Yoga busca liberar todas las tensiones del cuerpo y mente, y entra en un estado transcendental.

Beneficios:

- ✓ Brinda paz a la mente.
- ✓ Relaja el cuerpo.

- ✓ Relaja mente y el alma.
- ✓ Mejora las relaciones con las personas.
- ✓ Mejora la autoestima
- ✓ Aumenta su concentración
- ✓ Incrementa la estabilidad interior y la alegría

Postura:

La postura tradicional para la práctica del Raja Yoga es la conocida Postura del Loto. Se trata de adoptar una postura estable que no obstruya la circulación. Se caracteriza por el tronco y la cabeza queda erguidos en línea recta.

APLICACIÓN DEL PROGRAMA

El programa se aplicará con dos tipos de yoga: el Hatha Yoga y el Raja Yoga, puesto que, son los que más se adecuan a la edad de los niños. Se realizará siguiendo los pasos propios de una clase de yoga para niños. Se introducirán en cada sesión juegos, cuentos, canciones con posturas yoguísticas, que promuevan la relajación y meditación.

Con la aplicación de este programa se logrará que los niños objeto del estudio, consigan una relajación plena, liberados de tensiones, ansiedades. Así mismo ayudará a que tengan conciencia de su cuerpo, conociendo sus posibilidades y límites y reforzarán su autoestima por medio de la meditación. Todo eso conllevará a que los niños puedan estar más atentos en el desarrollo de sus actividades escolares, en un estado de paz consigo mismos, logrando una buena concentración y por tanto un aprendizaje significativo.

LA ATENCIÓN:

Definición:

ROJAS (2016), señala según Piaget que la atención sucede cuando el niño se enfoca en algo específico que ocurre a su alrededor. La atención es importante para la teoría cognitiva de Piaget, ya que ayuda a desarrollar las estructuras cognitivas. De acuerdo al crecimiento de los niños, estos deben adquirir dos habilidades. La primera, es la de enfocarse en los sucesos relevantes de su ambiente, y la segunda es la ignorar las situaciones que los distraen. En efecto

la atención es un aspecto crítico en nuestras vidas desde la primera infancia, ya que por falta de estímulos, desinterés en las materias y sobre población de alumnos en aulas, es difícil de conseguirla.

CARUSO (2014) señala según Vigotzky sobre la atención que el estudiante debe pasar a un nivel secundario la información llamativa y concentrarse en las características relevantes y necesarias para resolver un problema o realizar una tarea.

BOCANEGRA (2012) señala según el autor Reátegui que la atención es un procedimiento complejo que conlleva al desarrollo cognitivo del cerebro, así mismo es esta la encargada de seleccionar la información e ir filtrando los recursos necesarios que logren la asimilación interna en base a los estímulos externos.

TORTOLERO (2017) citando a García señala que la atención es un proceso elemental con el que se comienza el procesamiento de la información e inicia a su vez otros procesos cognitivos como la concentración, percepción y la memoria.

Clasificación de la atención:

BOCANEGRA (2012) Existen dos tipos de clasificación hoy en día más estudiados, entre ellos tenemos la clasificación según mecanismos implicados y la clasificación según el grado de control.

Mecanismos implicados:

Atención Selectiva.- Habilidad de un individuo para dar preferencia a los factores importantes en una situación y no tomar en cuenta a aquellos factores no importantes.

Atención Dividida.- Esta atención se desarrolla cuando el ambiente proporciona distintos estímulos al mismo tiempo, generando así que nuestra atención sea compleja y atienda las múltiples demandas que se presentan (García, 1997).

Atención Sostenida.- Es aquella que logra que la persona mantenga su atención enfocada en una sola tarea determinada por un lapso de tiempo.

Grado de control:

Atención involuntaria.- Esta atención se da ante un estímulo nuevo y fuerte en nuestro entorno, dicho estímulo logra captar nuestra atención de manera espontánea para luego hacerla desaparecer. En este tipo de atención el individuo no se esfuerza ni muestra interés en ella, hasta que se presenta y ocurre una respuesta innata (Luria, 1988).

Atención Voluntaria.- La atención voluntaria es un proceso que se da desde la niñez con el aprendizaje del lenguaje. Dicho lenguaje es guiado por los padres, quienes controlan la atención del niño la cual aún es involuntaria. Cuando ya el niño logra nombrar los objetos y saber el significado de estos, será capaz de pasar de una atención involuntaria a una voluntaria (Celada y Cairo, 1990; Rubenstein, 1982).

Tipos de atención a lograr en el programa:

- ✓ Atención selectiva
- ✓ Atención sostenida

El programa tendrá como finalidad lograr estos dos tipos de atención; la atención selectiva porque esta es la atención óptima para el desarrollo del aprendizaje, al enfocarse en lo relevante de una situación y descartar cualquier elemento distractor. Y la atención sostenida para que los niños interioricen sus conocimientos al lograr concentrarse.

Características generales de la atención:

TORTOLERO (2017) partiendo que la atención es un proceso activo y dinámico, esta se caracteriza por:

- ✓ Es un proceso intrínseco, no se puede ver
- ✓ No es un proceso que se realice siempre de la misma forma, dependerá de si el estímulo es nuevo o ya usado anteriormente
- ✓ No es un proceso aislado de la percepción y de la memoria, sino que ocurren simultáneamente.
- ✓ Durante el proceso de la atención, el individuo tiene la capacidad de elegir qué información procesar y convertirlo en conocimiento.

Circunstancias de la atención

- ✓ Circunstancias externas:

Situaciones innatas a los incentivos que perjudican al individuo como: intensidad y tamaño, movimiento y cambio, repetición, etcétera.

- ✓ Circunstancias internas:

Se refiere a las peculiaridades propias del individuo. Todos ellos se unen en la personalidad. Estos son: la motivación y los afectos.

Problemas de la atención

- ✓ Hiperprosexia: es la abundancia de atención, el individuo responde a diversos estímulos o asegura su atención en una sola cosa u objetivo.
- ✓ Aproxia: Discapacidad nula de atención. Se desarrolla con la demencia y locura hereditaria o por algún trauma.

Niveles de atención en niños:

CARABALLO (2017)

| | | |
|--------|---|------------------|
| 1 año | → | 3 a 5 minutos |
| 2 años | → | 4 a 10 minutos |
| 3 años | → | 6 a 15 minutos |
| 4 años | → | 8 a 20 minutos |
| 5 años | → | 10 a 25 minutos. |

Importancia de la atención en niños:

La atención desempeña un papel relevante en todos los aspectos de la vida de las personas, estableciendo la capacidad de lograr voluntariamente el entendimiento a un objetivo. Según Kolb & Wishaw (2010) indican que es una característica del sistema nervioso que dirige las acciones del cuerpo y del encéfalo, siendo la base del entendimiento y de la acción. En pocas palabras la atención es un puente hacia el conocimiento

En educación inicial lograr la atención es primordial, puesto que desde los primeros años de vida nuestro cerebro va creando estructuras cognitivas,

asimilando toda la información que el cerebro procesa. La adquisición de un aprendizaje significativo dependerá entre otros factores, de captar la atención del niño por medio de estímulos externos respondiendo a sus necesidades.

LA ATENCIÓN Y SU RELACIÓN EN LOS PROCESOS DEL APRENDIZAJE:

TORTOLERO (2017) El proceso psicológico del ser humano se describe por el buen desarrollo de los distintos procedimientos cerebrales, los que tienen labores específicas, de este modo la atención, se vincula con dichos procedimientos.

Para Rosselló (1998) y Tudela (1992) la conexión entre la atención y los procesos psicológicos radica en que la atención actúa como componente vertical, que controla y posibilita la activación y el funcionamiento de dichos procesos. Las relaciones que se pueden establecer son las siguientes.

✓ ATENCIÓN, MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN

Por motivación se entiende al proceso que inicia, dirige y finalmente detiene una secuencia de conductas dirigidas a una meta, es uno de los factores determinantes del comportamiento.

Motivación y emoción han sido considerados como elementos determinantes de la atención, es decir un estado de alta motivación disminuye nuestro foco atencional, reduciendo la capacidad de atención dividida, potenciando así nuestra atención selectiva.

✓ ATENCIÓN Y PERCEPCIÓN

Muchas veces la atención ha sido concebida como propiedad de la percepción, gracias a la cual seleccionamos eficientemente la información que es relevante.

García (1997) indica que la atención apreciada como propiedad de la percepción causa dos efectos principales: la percepción de los objetos con mayor claridad, y que la práctica perceptiva no se presente de forma desordenada, sino que al descartar y seleccionar datos, estos se organicen en términos de figura y fondo.

La presencia de la atención en el desarrollo de percepción significa que el ser humano no solo oye, sino que también escucha, y que no solo ve, sino que también observa y contempla (Rubenstein, 1982).

✓ **ATENCIÓN E INTELIGENCIA**

La inteligencia es entendida como la capacidad de dar soluciones rápidas y eficaces a distintos problemas. No obstante para ejecutar un trabajo de manera eficaz se requiere de habilidad, de este modo la atención sería una de las herramientas que facilita dicha habilidad.

✓ **ATENCIÓN Y MEMORIA**

La memoria es el procedimiento mental por el cual la persona asegura y mantiene las situaciones vividas y las recicla según los requerimientos de la actualidad. La memoria cerciora la reservación de la información, haciendo que la atención sea uno de los elementos vinculados a su óptimo desarrollo, tomada ésta, como el trabajo hecho por el sujeto en el proceso de acumulación de la información, así como en el proceso de restablecimiento de la misma.

1.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿En qué medida la aplicación de un programa de Yoga desarrolla la atención en niños y niñas de cinco años de la Institución Educativa Pública N° 1733, Mundo Maravilloso, Trujillo 2018?

1.5 JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Teórica

Esta investigación tiene como base teórica fuentes confiables y estandarizadas las cuales permiten la fiabilidad del estudio y aceptación a futuros investigadores que deseen tomar como referencia la presente investigación.

Metodológica

El propósito de este proyecto es implementar estrategias basadas en yoga que ayudaran a reducir los niveles de déficit de atención en los niños y niñas de educación inicial, beneficiando a la población estudiantil, buscando desarrollar actividades relajantes y variadas que ejerciten la atención para obtener un aprendizaje significativo.

Al utilizar Yoga como estrategia de mejora, ofrecerá a todos maravillosos beneficios, pero sus bondades se incrementan en el caso de niños con problemas de concentración e hiperactividad. Es el resultado de un interesante estudio publicado por la revista canadiense Cadth, Entre sus beneficios se encuentran: mejora la concentración, controla la impulsividad, mejora el conocimiento personal, mejora la relación con el entorno y mejora la autoestima. El fundamento para escoger este problema, es porque se desea que los maestros estén al tanto de lo importante que es fomentar en los niños la atención, cuando no se sabe de este déficit ni los padres ni los docentes saben qué hacer, al contrario surgen inquietudes y preocupaciones por la educación del niño.

Práctica

Con el programa “Yoga para desarrollar la atención en niños de cinco años de una institución pública”, el cual constará de 15 sesiones, se logrará optimizar la atención de los niños ya que al estar relajados y concentrados al realizar posturas, sonidos de meditación y otras actividades de yoga, repercutirá positivamente en lograr estar atentos en sus clases habituales dentro de sus salones.

Por tanto se considera que es necesario trabajar esta investigación porque así se ayudará a mejorar la atención en niños y niñas, logrando así buenos resultados en sus aprendizajes y en su vida social

1.6 HIPÓTESIS

Hipótesis de investigación (Hi)

- ✓ La aplicación de un programa de yoga desarrolla significativamente la atención en niños y niñas de cinco años de la institución N°1733, Trujillo, 2018.

Hipótesis nula (Ho)

- ✓ La aplicación de un programa de yoga no desarrolla significativamente la atención en niños y niñas de cinco años de la institución N°1733, Trujillo, 2018.

1.7 OBJETIVOS

Objetivo general:

- ✓ Establecer que el programa de yoga, desarrolla la atención en niños y niñas de cinco años de la institución N°1733, Trujillo, 2018.

Objetivos específicos:

- ✓ Identificar los niveles de atención en las dimensiones: atención selectiva y atención sostenida, de los niños y niñas de cinco años, antes de la aplicación del programa.
- ✓ Diseñar y aplicar un programa de yoga para desarrollar la atención en niños y niñas de cinco años.
- ✓ Identificar los niveles de atención en las dimensiones: atención selectiva y atención sostenida, de los niños y niñas de cinco años, después de la aplicación del programa.
- ✓ Analizar los resultados obtenidos sobre la atención de los niños y niñas, para comprobar la eficacia del programa.

II. MÉTODO:

2.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación es cuasi experimental, de tipo diseño con pre prueba – post prueba y grupos intactos.

Diagrama:

| | | | |
|-------|-------|----|-------|
| G_1 | O_1 | X | O_2 |
| G_2 | O_3 | -- | O_4 |

Donde:

G_1 : Grupo experimental

G_2 : Grupo control

O_1 y O_3 : Aplicación de pre test

O_2 y O_4 : Aplicación de pos test

X: Aplicación del programa experimental

--: Sin aplicación del programa experimental

2.2 VARIABLES Y OPERACIONALIZACIÓN

Variables:

Variable independiente

✓ Yoga

Variable dependiente

✓ Atención

Operacionalización de variables:

VARIABLE YOGA:

Definición conceptual

BURGOS (2015) según Philizot, precisa al yoga como: Una actividad que activa o inmoviliza el cuerpo de forma estable, agradable y armoniosa, acompañado de una respiración controlada.

Definición operacional:

Se aplicará un programa de yoga a los niños (as) de cinco años, teniendo en cuenta las siguientes dimensiones: Hatha Yoga y Raja Yoga. Este programa comprende de 15 sesiones de aprendizaje, cada una de ellas con sus respectivos procesos didácticos: Inicio-Proceso y Cierre, las cuáles pretenderán mejorar la atención en los niños (as).

VARIABLE ATENCIÓN:

Definición conceptual:

ROJAS (2016), señala según Piaget que la atención sucede cuando el niño se enfoca en algo específico que ocurre a su alrededor

Definición operacional:

Se aplicará un programa de yoga a los niños (as) de cinco años para desarrollar la atención en sus dimensiones: Atención Selectiva y Atención Sostenida.

| VARIABLE | DIMENSIONES | INDICADORES | ESCALA DE MEDICIÓN |
|----------|--------------------|---|--------------------|
| Yoga | Hatha Yoga | Realiza posturas equilibradamente Mantiene las posturas por un tiempo determinado Mantiene una respiración controlada | ✓ Ordinal |
| | Raja Yoga | Se interesa por la meditación Se relaja al escuchar mantras Mantiene por un tiempo determinado la posición de loto | |
| Atención | Atención Selectiva | Enfoca su atención en una tarea determinada Resta importancia a situaciones espontáneas | ✓ Nominal |
| | Atención Sostenida | Atiende a situaciones por un momento prolongado Logra concentrarse al desarrollar una actividad | |

2.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

2.3.1. POBLACION (N):

La población comprende 84 niños (as) de cinco años de los turnos mañana y tarde, divididos en 44 hombres y 40 mujeres.

Tabla 1: Población de niños (as) de cinco años de la I.E. N° 1733

| TURNO | AULA | SEXO | | | | TOTAL | |
|--------|-------------|--------|----|-------|----|-------|-----|
| | | HOMBRE | | MUJER | | | |
| | | F | % | F | % | F | % |
| MAÑANA | AMISTAD | 14 | 17 | 15 | 18 | 29 | 35 |
| | SOLIDARIDAD | 18 | 22 | 12 | 14 | 30 | 36 |
| TARDE | TERNURA | 12 | 14 | 13 | 15 | 25 | 29 |
| TOTAL | | 44 | 53 | 40 | 47 | 84 | 100 |

FUENTE: Nóminas de matrícula 2018

2.3.2 MUESTRA (n):

La muestra está conformada por 59 niños (as) de cinco años de las aulas del turno mañana. Comprende al aula Amistad con 29 niños (as), donde 14 son niños y 15 son niñas, dicha aula es el grupo experimental. Así mismo comprende al aula Solidaridad con 30 niños (as), donde 18 son niños y 12 son niñas, dicha aula es el grupo control.

Tabla 2: Muestra de niños (as) de cinco años de la I.E. N° 1733

| AULA | SEXO | | | | TOTAL | |
|--------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
| | HOMBRE | | MUJER | | | |
| | F | % | F | % | F | % |
| AMISTAD | 14 | 24 | 15 | 25 | 29 | 49 |
| SOLIDARIDAD | 18 | 30 | 12 | 20 | 30 | 51 |
| TOTAL | 32 | 54 | 27 | 45 | 59 | 100 |

FUENTE: Nóminas de matrícula 2018

2.3.3 MUESTREO:

El muestreo es No Probabilístico, de tipo Intencional o sin normas, ya que las prácticas profesionales se están realizando en esta institución, por lo que se ha seleccionado a los niños (as) de cinco años.

2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS, VALIDEZ Y CONFIABILIDAD

TÉCNICA:

Para esta investigación se usará como técnica: La Evaluación, dicha técnica servirá para monitorear los logros de la población de estudio.

INSTRUMENTO:

Como instrumento en la siguiente investigación se usará: el Test, de tipo: Test de aptitudes y habilidades. Este test servirá para evaluar el nivel de atención antes y después del desarrollo del programa experimental.

CONFIABILIDAD:

Alfa de Cronbach 0.923

2.5 MÉTODOS DE ANÁLISIS DE DATOS

Siendo este proyecto de investigación de enfoque cuantitativo, los métodos de análisis que se emplearon fueron los siguientes:

- ✓ **Frecuencia relativa o porcentual (hi):** Se utilizará para obtener los resultados porcentuales dividiendo la frecuencia absoluta entre el total de casos observados, multiplicándolo por 100.
- ✓ **Coeficiente de variación:** Se empleará para determinar si un grupo estadístico es homogéneo o heterogéneo.
- ✓ **La media aritmética.-** Se utilizará para identificar cual es la medida de tendencia central.
- ✓ **Desviación estándar.-** Se empleará para conocer cuál es el promedio de desviación de las puntuaciones con respecto a la media
- ✓ **T d student.-** Servirá para afirmar y rechazar la hipótesis nula
- ✓ **Tablas.-** Se empleará para organizar datos de información
- ✓ **Dibujos.-** Se utilizará para representar gráficamente los resultados de los test

2.6 ASPECTOS ÉTICOS

La investigación se ha elaborado según los procedimientos metodológicos propuestos por la Dirección de Investigación de la Universidad César Vallejo.

En el aspecto ético se hace constar que el mencionado informe de tesis es original, por tanto no ha sido plagiado ni replicado, así mismo dejo constancia que la investigación que se presenta ha sido referenciada todos sus autores, salvo error u omisión, el cual asumo con entera responsabilidad.

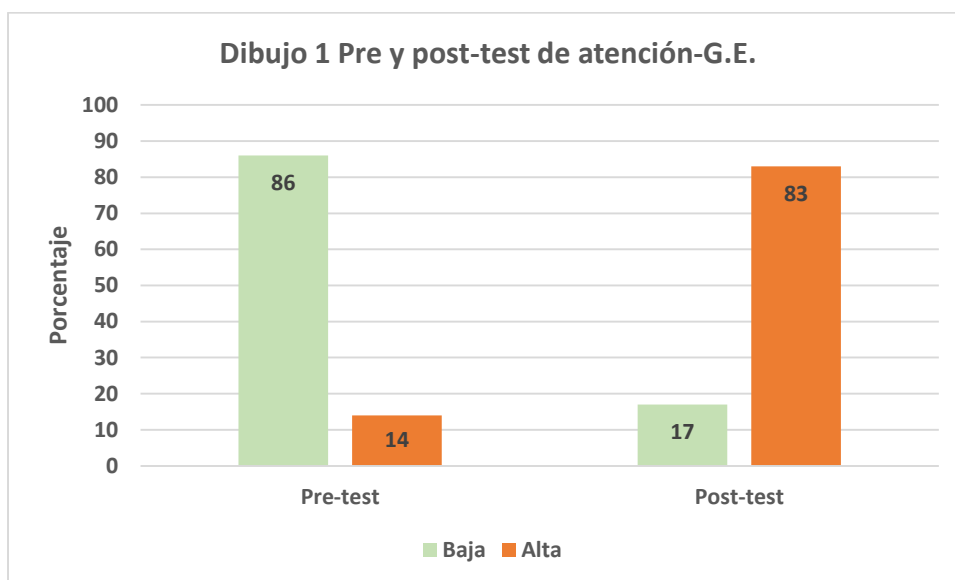
Los datos fueron recogidos de la muestra, previo consentimiento de la directora, profesor(a) de aula, estudiantes y padres de familia.

III. RESULTADOS

Tabla 1 Pre y Post-test de atención del grupo experimental

| Intervalo | Nivel | Pre-test | | Post-test | |
|-----------|-------|----------|-----|-----------|-----|
| | | f | % | f | % |
| 10---15 | Baja | 25 | 86 | 5 | 17 |
| 16---20 | Alta | 4 | 14 | 24 | 83 |
| Total | | 29 | 100 | 29 | 100 |

Fuente: Test de atención



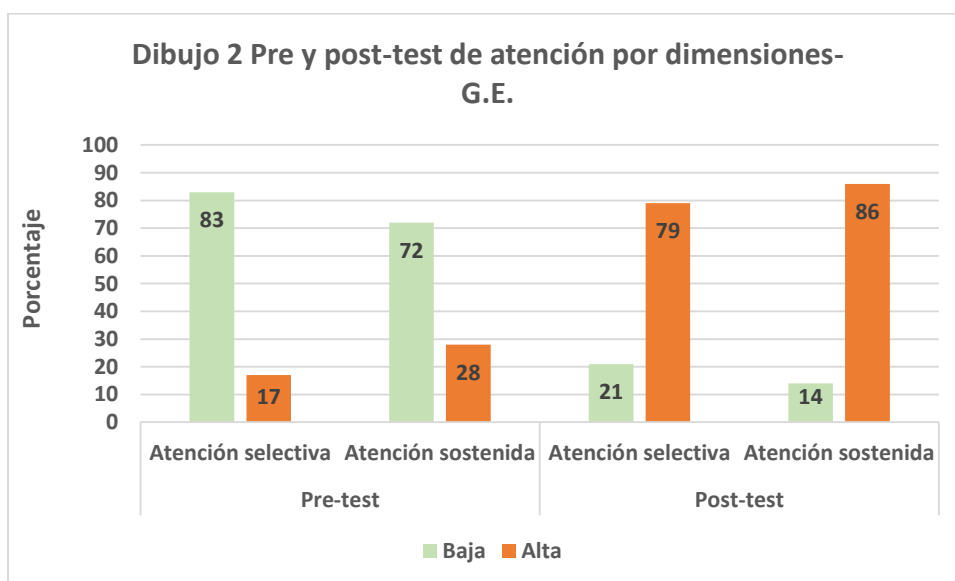
Fuente Tabla: 1

La atención de los niños/as de cinco años del grupo experimental en el pre-test es baja en un 86 % y alta en un 14 %, en el post-test el 83 % es alta y el 17 % baja, en consecuencia la atención mejoró notablemente con la aplicación del programa.

Tabla 2 Pre y post-test de atención por dimensiones-Grupo experimental

| Intervalo | Nivel | Pre-test | | | | Post-test | | | |
|-----------|-------|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|
| | | Atención selectiva | | Atención sostenida | | Atención selectiva | | Atención sostenida | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| 5---7 | Baja | 24 | 83 | 21 | 72 | 6 | 21 | 4 | 14 |
| 8---10 | Alta | 5 | 17 | 8 | 28 | 23 | 79 | 25 | 86 |
| Total | | 29 | 100 | 29 | 100 | 29 | 100 | 29 | 100 |

Fuente: Test de atención



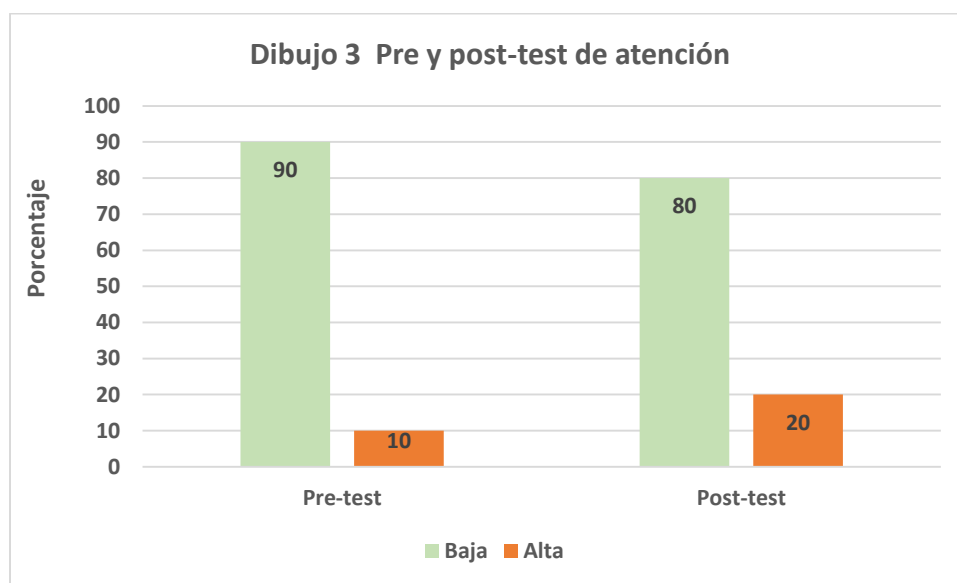
Fuente Tabla: 2

La atención por dimensiones del grupo experimental en el pre-test es baja la atención selectiva y sostenida en un 83 % y 72 %. En el post-test la atención selectiva y sostenida fue alta en un 79 % y 86 %, debido a la aplicación del programa de yoga.

Tabla 3 Pre y Post-test de atención del grupo control

| Intervalo | Nivel | Pre-test | | Post-test | |
|-----------|-------|----------|-----|-----------|-----|
| | | f | % | f | % |
| 10---15 | Baja | 27 | 90 | 24 | 80 |
| 16---20 | Alta | 3 | 10 | 6 | 20 |
| Total | | 30 | 100 | 30 | 100 |

Fuente: Test de atención



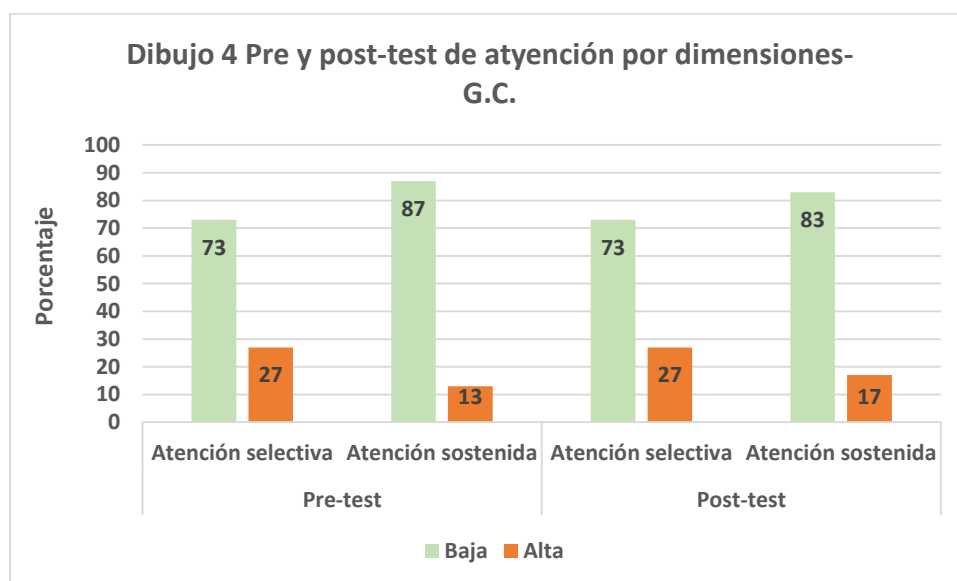
Fuente: Tabla 3

La atención del grupo control en el pre-test y el post-test se sitúa en el nivel bajo con el 90 % y 80 %, debido a la falta del estímulo.

Tabla 4 Pre y post-test de atención por dimensiones-Grupo control

| Intervalo | Nivel | Pre-test | | | | Post-test | | | |
|-----------|-------|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|
| | | Atención selectiva | | Atención sostenida | | Atención selectiva | | Atención sostenida | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| 5---7 | Baja | 22 | 73 | 26 | 87 | 22 | 73 | 25 | 83 |
| 8---10 | Alta | 8 | 27 | 4 | 13 | 8 | 27 | 5 | 17 |
| Total | | 30 | 100 | 30 | 100 | 30 | 100 | 30 | 100 |

Fuente: Test de atención



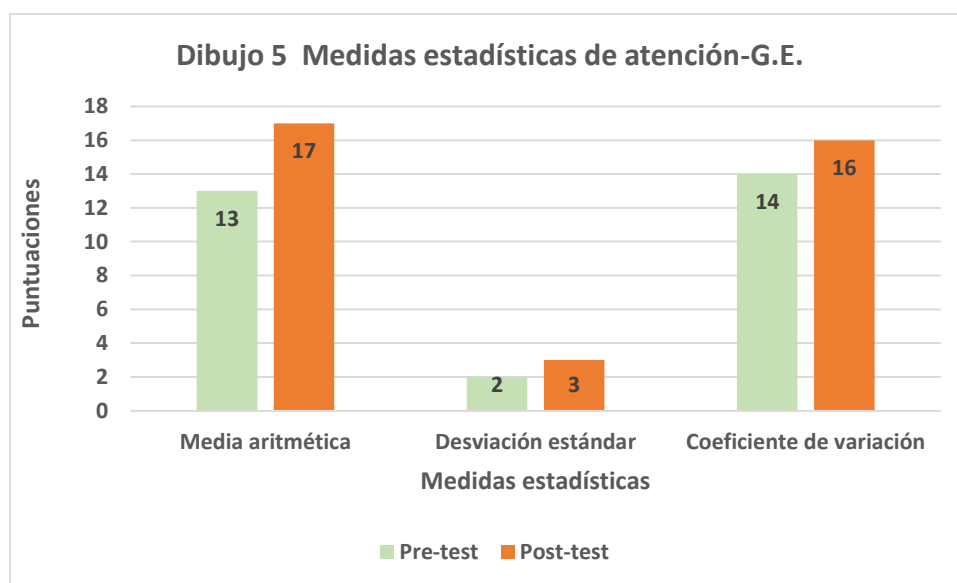
Fuente Tabla: 4

La atención del grupo control por dimensiones, en el pre-test la atención selectiva y sostenida se localiza en el nivel bajo con el 73 % y 87 % y en el post-test continua en el mismo nivel con el 73 % y 83 %.

Tabla 5 Medidas estadísticas de atención-Grupo experimental

| MEDIDAS ESTADÍSTICAS | Pre-test | Post-test |
|-----------------------------|-----------------|------------------|
| Media aritmética | 13 | 17 |
| Desviación estándar | 2 | 3 |
| Coefficiente de variación | 14 | 16 |

Fuente: Test de atención



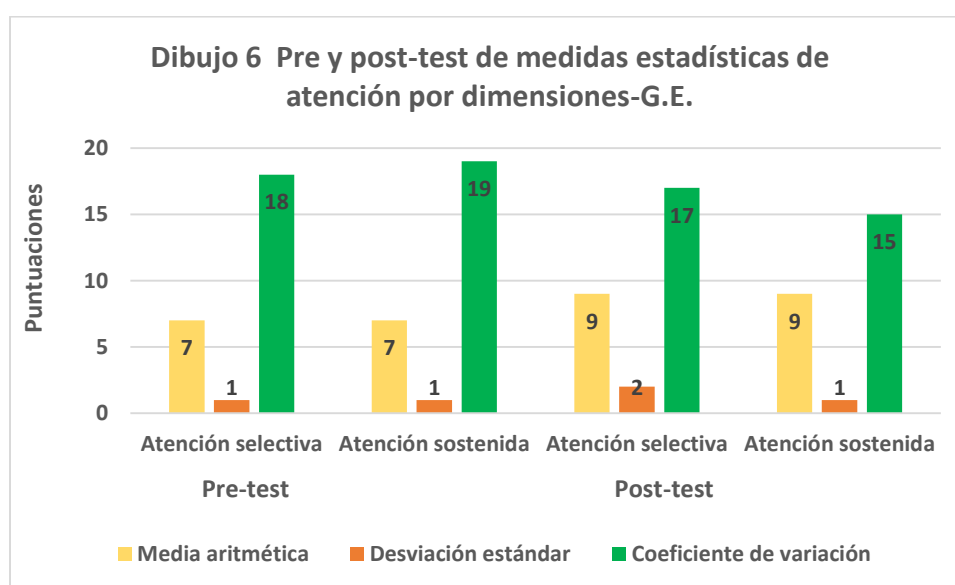
Fuente Tabla: 5

Sobre las medidas estadísticas de atención del grupo experimental, en el pre-test la media fue de 13 puntos (nivel bajo) en el post-test de 17, (nivel alto) obteniendo una ganancia de 4 puntos. La desviación estándar en ambos casos es baja en relación con la media y el coeficiente de variación también en ambos casos es homogéneo. En consecuencia estos importantes resultados se deben a la aplicación del programa.

Tabla 6 Medidas estadísticas de atención por dimensiones-G.E.

| Medidas estadísticas | Dimensiones | | | |
|---------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Pre-test | | Post-test | |
| | Atención selectiva | Atención sostenida | Atención selectiva | Atención sostenida |
| Media aritmética | 7 | 7 | 9 | 9 |
| Desviación estándar | 1 | 1 | 2 | 1 |
| Coefficiente de variación | 18 | 19 | 17 | 15 |

Fuente: Test de atención



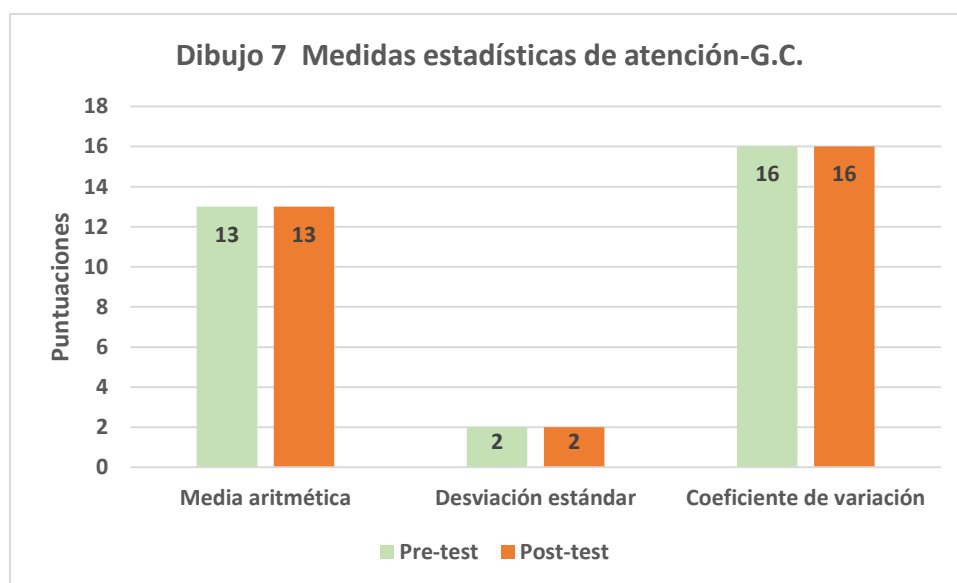
Fuente Tabla: 6

Con relación a las medidas estadísticas de atención por dimensiones, en el pre-test la atención selectiva y sostenida tuvo una media de 7 que se localiza en el nivel bajo, en el post-test en ambas dimensiones fue de 9, subiendo dos puntos. La desviación estándar en las dos dimensiones fue baja con relación a la media y el coeficiente de variación en las dos atenciones es homogéneo. Confirmando la eficacia del programa.

Tabla 7 Medidas estadísticas de atención-Grupo control

| MEDIDAS ESTADÍSTICAS | Pre-test | Post-test |
|-----------------------------|-----------------|------------------|
| Media aritmética | 13 | 13 |
| Desviación estándar | 2 | 2 |
| Coefficiente de variación | 16 | 16 |

Fuente: Test de atención



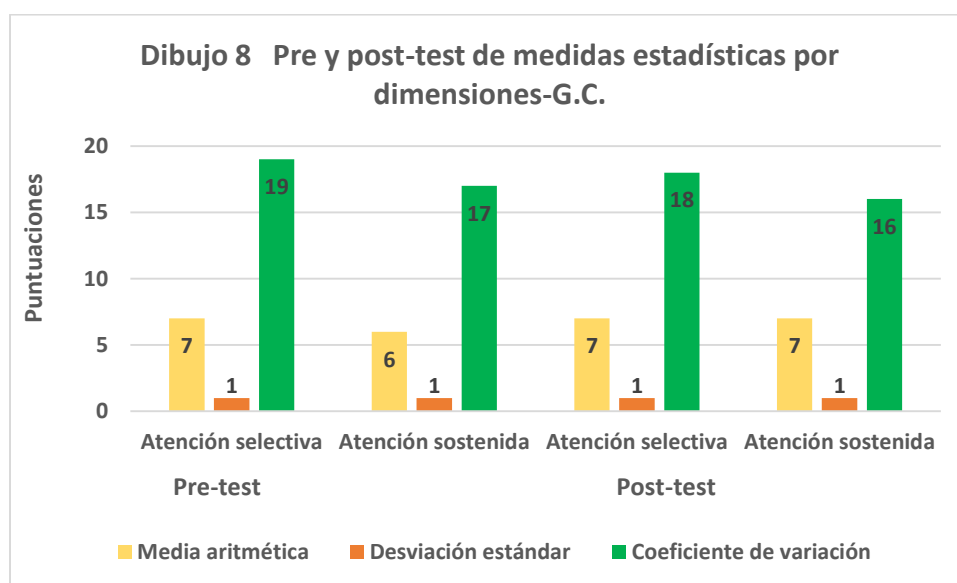
Fuente Tabla: 7

Las medidas estadísticas del grupo control, tanto en el pre-test como en el post-test los resultados de la media aritmética, la desviación estándar y el coeficiente de variación indican que la atención es baja es baja en ambos casos.

Tabla 8 Medidas estadísticas de atención por dimensiones-G.C.

| Medidas estadísticas | Dimensiones | | | |
|---------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| | Pre-test | | Post-test | |
| | Atención selectiva | Atención sostenida | Atención selectiva | Atención sostenida |
| Media aritmética | 7 | 6 | 7 | 7 |
| Desviación estándar | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Coefficiente de variación | 19 | 17 | 18 | 16 |

Fuente: Test de atención



Fuente Tabla: 8

Las medidas estadísticas de atención por dimensiones del grupo control, en el pre-test la atención selectiva y sostenida obtuvo una media de 7 y 6 puntos, nivel bajo, en el post-test fue de 7 continuó bajo; la desviación estándar la atención selectiva y sostenida en el pre y post-test fue de 1, que es bajo en relación con la media y el coeficiente de variación en ambos casos es homogéneo.

Tabla 9 Prueba T de comprobación de hipótesis

| | Diferencia relacionada | | | | | t | gl | Sig. (bilateral) |
|------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------|--|----------|--------|----|---------------------|
| | Media | Desviación típ. | Error tip de la media | 95 % Intervalo de confianza para la diferencia | | | | |
| | | | | Inferior | Superior | | | |
| Pre-test | -3,897 | 2,410 | 0,448 | -4,813 | -2,980 | -8,705 | 28 | 0,000 |
| Post-test | | | | | | | | |

Fuente: Test de atención

Al comparar los resultados del pre y post-test del grupo experimental utilizando la prueba T para la comprobación de la hipótesis, se obtuvo un nivel de significancia de 0,000 que es menor a la significancia estandarizada de 0,05, rechazando la hipótesis nula.

IV. DISCUSION

La atención es un componente importante para el aprendizaje de los niños/as, a pesar que en la edad pre-escolar es poco el tiempo de atención que disponen es necesario que desde esa etapa vayan desarrollando, tal como lo sostiene Piaget, la atención es importante porque ayuda a desarrollar las estructuras cognitivas. De acuerdo al crecimiento de los niños, estos deben adquirir dos habilidades. La primera, es la de enfocarse en los sucesos relevantes de su ambiente, y la segunda es la ignorar las situaciones que los distraen. Para desarrollarla se ha propuesto aplicar un programa de yoga a los niños/as de cinco años, aplicando el hatha yoga relacionado a prácticas física sobre posturas de respiración y el raja yoga que consiste en liberar todas las tensiones del cuerpo y mente. Se aplicó un diseño cuasi-experimental con grupo experimental y grupo control. El grupo experimental en el pre-test de atención en las dimensiones atención selectiva y sostenida se situaron en el nivel bajo con el 83 % y 72 %. En el post-test se ubicaron en las referidas dimensiones en el nivel alto con el 79 % y 86 %. Estos muy buenos resultados se deben al programa. (Tabla 2). Estos datos se

ven respaldos con las afirmaciones de PEREZ (2010), quien sostiene que existe una relación entre la educación inicial y la práctica de yoga destinada a niños de 5-6 años de edad, ya que esta última se convierte en una alternativa para incrementar el rendimiento académico, decrementar las falencias en cuanto al desempeño convivencial y detectar lagunas que tienen los niños en lo referente al conocimiento de su esquema corporal, al manejo adecuado y funcional de la lateralidad y de las relaciones temporo-espaciales. El grupo control, en el pre-test de atención en las dimensiones atención selectiva y sostenida se situaron en el nivel bajo con el 73 % y 87 % y en el pos-test ambas dimensiones se ubicaron en el mismo nivel con el 73 % y 83 %. (Tabla 4).

Los resultados de las medidas estadísticas de atención por dimensiones del grupo experimental en atención selectiva y sostenida la media fue de 7 (nivel bajo), en el post-test fue de 9 (nivel alto) obteniendo una ganancia de 2 puntos. La desviación estándar en el pre y post-test de ambas dimensiones fue de 1, que es baja con relación a la media y el coeficiente de variación en el pre y post-test de las dos dimensiones demuestran que el grupo es homogéneo. Estos resultados obtenidos son importantes debido a la aplicación del programa de yoga. (Tabla 6). Del mismo modo nuestros hallazgos se ven confirmados con los de Angulo & Montenegro (2014), que al aplicar los talleres musicales en los niños/as de cuatro años aumenta el nivel de atención y concentración, mejorando significativamente su aprendizaje, dejando de lado la hiperactividad y el bajo interés. El grupo control tanto en el pre como en el post-test de atención selectiva y sostenida la media aritmética fue de 7 (nivel bajo), la desviación estándar es 1 y el coeficiente de variación indica un grupo homogéneo. (Tabla 8).

Se utilizó la prueba T para la comprobación de la hipótesis resultando un nivel de significancia de 0,000 que es menor a la significancia estandarizada de 0,05, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula, por lo que el programa de yoga desarrolló significativamente la atención en los niños/as de cinco años. (Tabla 9). Coincidiendo con ROJAS (2016) quien revela que aplicando un programa de yoga infantil mejoró significativamente la atención en los niños de cinco años.

Finalmente se considera que esta investigación es un aporte que permitirá contribuir a futuras investigaciones y nuevas estrategias para desarrollar la atención que ayude al aprendizaje de los niños/as de pre-escolar.

V. CONCLUSIONES

1. Los niños/as de cinco años antes de la aplicación del programa de yoga, el grupo experimental en el pre-test de atención selectiva y sostenida se ubicaron en el nivel bajo con el 83 % y 72 % (Tabla 2); el grupo control en el pre-test y en las mismas dimensiones se situaron también en el nivel bajo con el 73 % y 87 %.(Tabla 4).

2. Luego de la aplicación del programa los niños/as del grupo experimental en el post-test, en atención selectiva y sostenida se situaron en el nivel alto con el 79 % y 86 %. (Tabla 2). El grupo control en atención selectiva y sostenida se localizaron en el nivel bajo con el 73 % y 83 %.(Tabla 4).

3. El programa experimental de yoga que comprendió el hatha yoga y raja yoga ejecutó 15 sesiones de aprendizaje orientados a desarrollar la atención en los niños/as de cinco años, lo cual se logró de acuerdo a lo manifestado anteriormente.

4. La prueba T demostró ($0,000 < 0,05$) que al aplicar el programa de yoga mejoró significativamente la atención en los niños/as de cinco años para mejorar el aprendizaje.

VI. RECOMENDACIONES

1. La dirección debe recomendar a las docentes aprender yoga como una estrategia para desarrollar la atención a los niños/as y contribuir en el aprendizaje.

2. La dirección debe estimular en las docentes promover estrategias innovadoras para mejorar la enseñanza y aprendizaje.

3. La dirección en común acuerdo con las docentes deben identificar los principales problemas de enseñanza y aprendizaje para proponer alternativas de solución en forma teórica y práctica.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alcala, C (2014) *Aportaciones del yoga: Como mejora de los factores de aprendizaje*. Recuperado de:
http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/1150/4/TFG_Alcal%C3%A1Navarre_Cecilia.pdf

Basavaraddi, J (2015) *Armonízate: Yoga*. Recuperado de:
<https://www.armonizate.com.uy/yoga>

Bocanegra, M (2012) *La atención*. Recuperado de:
<https://es.scribd.com/document/98899211/La-atencion-docx>

Burgos, K (2015) *Yoga infantil y el desarrollo emocional en educación parvularia*. Recuperado de:
<http://bibliotecadigital.academia.cl/bitstream/handle/123456789/3068/TPARV%2039.pdf;sequence=1>

Chuquimarca, M (2013) *La atención dispersa y su incidencia en los aprendizajes de los niños de la escuela unidad cristiana educativa antisana de la parroquia de Píntag*. Recuperado de:
<http://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/5791/1/TESIS%20PDF.pdf>

Caraballo, A (2017) *El tiempo de concentración de los niños según su edad*. Recuperado de:
<https://www.guiainfantil.com/blog/educacion/aprendizaje/el-tiempo-de-concentracion-de-los-ninos-segun-su-edad/>

Coronado, Y (2010) *La atención en niños de 5 años con adecuada e inadecuada nutrición de una Institución Educativa inicial – Callao*. Recuperado de:
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/123456789/1114/1/2010_Coronado_La%20atenci%C3%B3n%20de%20los%20ni%C3%B1os%20de%205%20a%C3%B1os%20con%20adecuada%20e%20inadecuada%20nutrici%C3%B3n%20de%20una%20instituci%C3%B3n%20educativa%20inicial-%20Callao.pdf

Donoso, M (2012) *Teoría Cognoscitiva de Jean Piaget*. Recuperado de:
<http://psicousfq.blogspot.pe/2012/12/teoria-cognoscitiva-de-jean-piaget.html>

Diaz, A (2016) *Funciones básicas y atención - concentración en niños y niñas de una I.E estatal distrito de Huanchaco de la provincia de Trujillo*. Recuperado de:
http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2295/1/RE_MAESTRIA-EDU_ANITA.DIAZ_FUNCIONES.BASICAS.Y.ATENCION.CONCENTRACION.EN.NI%C3%91OS.Y.NI%C3%91AS_DATOS.PDF

Kojakovic, M (2006) *Yoga para niños*. Salesianas S.A. Santiago de Chile. Recuperado de:
https://get.google.com/albumarchive/115986027390138122775/album/AF1QipPnOUS0u3d8S2Ui-wgUyDwa5TKoX1yJ-67nW6Kk/AF1QipNPkJcumCG9r8wCDVEV34hCTUmr8SdB_7pT6Z3n

Lujan, R (2015) *Aplicación del programa de juegos "Fami" para estimular la atención de los niños de 4 años de la institución educativa inicial N° 252 Niño Jesús de la ciudad de Trujillo*. Recuperado de:
http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2297/1/RE_MAESTRIA_EDU_ROSARIO.LUJAN_APLICACION.DEL.PROGRAMA.DE.JUEGOS_FAMI.PARA.ESTIMULAR_DATOS.pdf

Langenheim, M (2016) *Tipos de Yoga*. Recuperado de:
<http://flowsoulyoga.com/el-gran-listado-de-los-tipos-de-yoga-descubre-el-tuyo/>

Morales, M (2015) *Salomón: detección temprana en TDAH*. Recuperado de:
http://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1082/Morales_Garbin_Mariana.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Peña, A (2017) *Los beneficios de introducir el yoga para niños en las aulas de Educación Infantil*. Recuperado de:
https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_078_ene.pdf

Perez, D (2010) *Propuesta pedagógica para potenciar el desarrollo integral de niños de 5 -6 años de edad mediante la práctica de yoga*. Recuperado de:
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/6675/tesis135.pdf?sequence=1>

Pimentel, C & Julio, T (2014) *La atención en las niñas y niños en el nivel de preescolar de la institución educativa ternera del distrito de Cartagena*. Recuperado de: <http://190.242.62.234:8080/jspui/bitstream/11227/2643/1/TESIS.pdf>

Rojas, Y (2016) *Programa de yoga infantil “Yogui” para mejorar la atención en niños de cinco años del jardín retos de la ciudad de Trujillo – 2016*. Recuperado de: http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/2380/2/RE_MAEST_EDU_%282%29YOLANDA.ROJAS_PROGRAMA.DE.YOGA.INFANTIL.YOGUI.PARA.MEJORAR.LA.ATENCION_DATOS.pdf

Tortolero, B (2017) *La atención como proceso activo del aprendizaje*. Recuperado de: <http://psicopedia.org/7179/atencion-proceso-activo-del-aprendizaje/>

Versar, R (2016) *Asanas y rutinas de yoga*. Recuperado de: <https://yogapositiva.com/secciones/todo-yoga/asanas-y-rutinas-de-yoga/>

VIII. ANEXOS

1. TEST

TEST PARA EVALUAR LA ATENCION

Donde:

a) 2 p

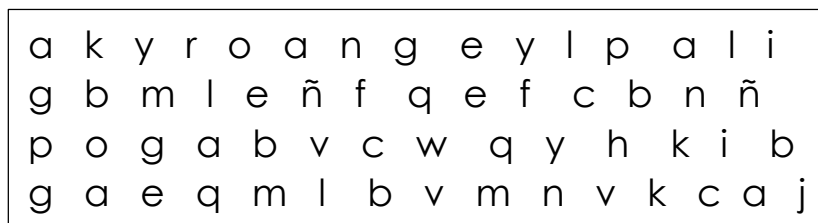
b) 1 p

INSTRUCCIONES:

El presente test evalúa dos tipos de atención, selectiva y sostenida, el cual se debe desarrollar personalmente con el niño (a), especificando detalles de cada ítem.

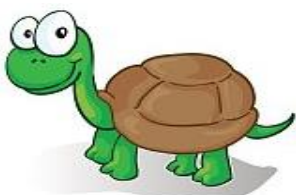
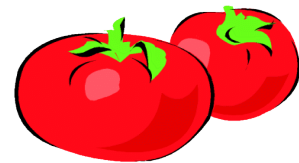
Atención Selectiva

1. Observa el cuadro, busca las "A" y enciérralas en un círculo



- a) Encuentra 4 a + "a" en el cuadro b) Encuentra de 3 a – menos "a"

2. Observa las imágenes por un minuto, luego menciona las imágenes que recuerdes.



- a) Recuerda 5 a + imágenes

- b) Recuerda 4 a – imágenes

3. Identifica los objetos circulares y marca con un X



a) Identifica de 4 a + objetos

b) Identifica de 3 a – objetos

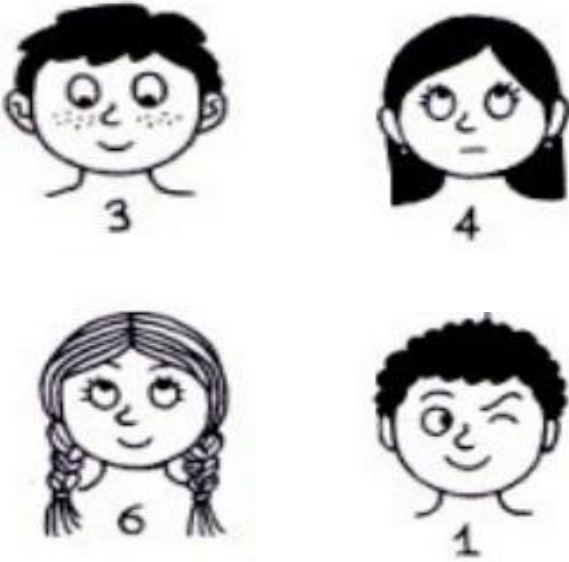
4. Observa la imagen, busca la que se parezca y marca con un X



a) Encuentra la imagen correcta

b) Encuentra la imagen incorrecta

5. Observa las imágenes y luego identifica a las personas poniendo el número que les corresponde



*Luisa mira hacia arriba y usa trenzas
 *Mateo mira a Luisa
 *María mira hacia arriba y tiene cabello corto
 *Juan hace un guiño

___ LUISA ___ MATEO

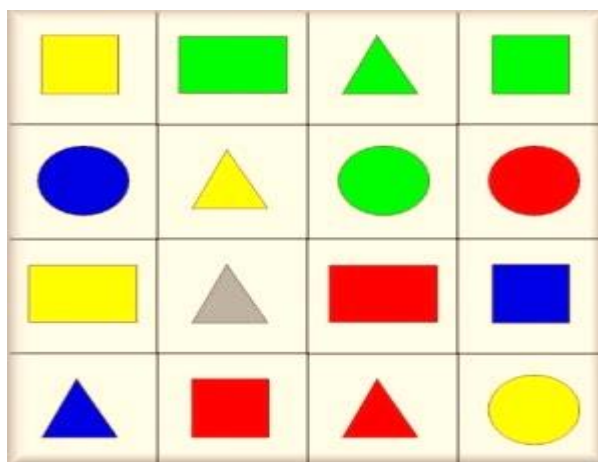
___ MARIA ___ JUAN

a) Identifica a 4 personas

b) Identifica a 2 personas

Atención Sostenida

6. Observa la imagen y encuentra los triángulos



a) Encuentra de 4 a + triángulos

b) Encuentra de 3 a – triángulos

7. Observa la imagen y ubica la figura señalada con letra y número, luego menciónala.

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|

| | | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|--|
| A | | | | | | | | |
| B | | | | | | | | |
| C | | | | | | | | |
| D | | | | | | | | |
| E | | | | | | | | |

- a) Ubica la imagen correctamente b) No ubica la imagen correctamente

8. Observa el cuadro y encuentra la letra o numero intruso y menciónalo.

| | |
|--|--|
| <p>p p p p p p p p p</p> <p>p p p p b p p p p</p> <p>p p p p p p p p p</p> | <p>N N N N N N N N N N</p> <p>N N N N N N N N N N</p> <p>N N N Z N N N N N N</p> |
| <p>8 8 8 8 8 8 8 8 9 8</p> <p>8 8 8 8 8 8 8 8 8 8</p> <p>8 8 8 8 8 8 8 8 8 8</p> | <p>3 3 3 3 3 3 3 3 3 3</p> <p>3 3 3 3 3 3 3 3 3 3</p> <p>3 2 3 3 3 3 3 3 3 3</p> |

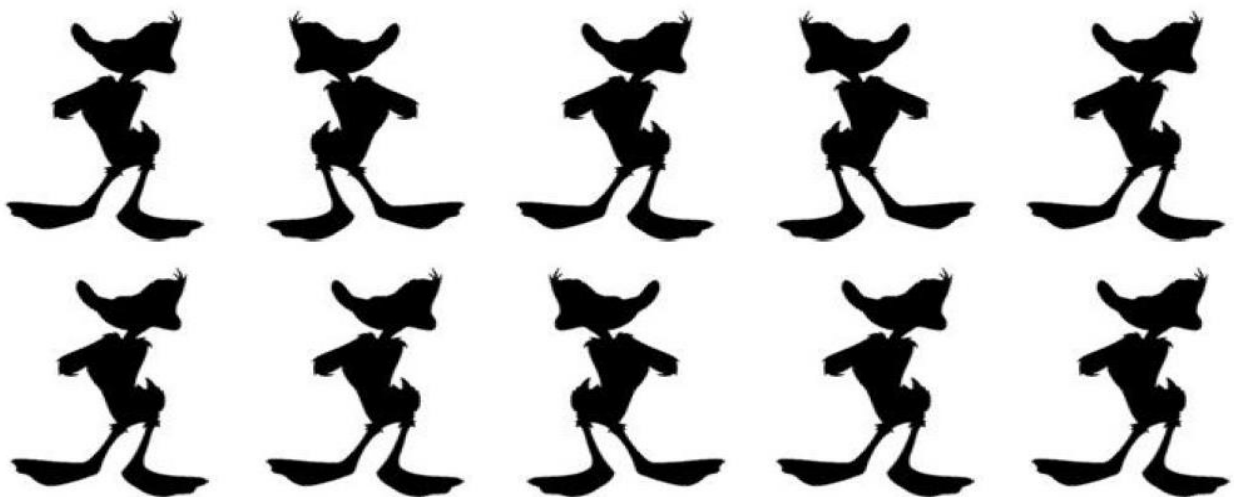
- a) Encuentra de 3 a + intrusos b) Encuentra de 2 a – intrusos

9. Observa la imagen y encuentra la figura repetida, luego menciónala.



- a) Encuentra la imagen repetida b) No encuentra la imagen repetida

10. Observa la imagen y marca con una X las siluetas que tienen la misma posición




- a) Encuentra de 6 a + siluetas b) Encuentra de 5 a – silueta

2. VALIDACION


FORMATO PARA VALIDAR EL INSTRUMENTO

| VARIABLE: ATENCIÓN | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---|------|---|---------------------|---------|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| DIMENSIÓN | INDICADOR | ÍTEM | | OPCIÓN DE RESPUESTA | | RELACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIÓN |
| | | Nº | TEXTO | S 2p | N 1p | DIMENSIÓN CON VARIABLE (SI/NO) | INDICADOR CON DIMENSIÓN (SI/NO) | ÍTEM CON INDICADOR (SI/NO) | ÍTEM CON OPC DE RESPTA (SI/NO) | |
| | | | | | | | | | | |
| SELECTIVA | Enfoca su atención en una tarea determinada | 1 | Observa el cuadro, busca las "a" y enciérralas en un círculo | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 2 | Observa las imágenes por un minuto, luego menciona las que recuerdes. | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Resta importancia a situaciones espontáneas | 3 | Identifica los objetos circulares y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 4 | Observa la imagen, busca la que se parezca y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 5 | Observa las imágenes y luego identifica a las personas poniendo el número que les corresponde | | | SI | SI | SI | SI | |
| SOSTENIDA | Atiende a situaciones por un momento prolongado | 6 | Observa la imagen y encuentra los triángulos | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 7 | Observa la imagen y ubica la figura con columna y fila | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Logra concentrarse al desarrollar una actividad | 8 | Observa el cuadro y encuentra la letra o número intruso | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 9 | Observa la imagen y encuentra la figura repetida | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 10 | Observa la imagen y marca con una X las siluetas que tienen la misma posición | | | SI | SI | SI | SI | |

| | | | |
|-----------------------------------|--|------------------------------------|---|
| APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR | <i>JACINTO REINOSO Milagros</i> | ¿RECOMIENDA SU APLICACIÓN? (SI/NO) | SI |
| TÍTULO | <i>Licenciada en Educación Inicial</i> | FIRMA |  Dra. Milagros Jacinto Reinoso DIRECTORA |
| GRADO | <i>Doctora en Ciencias de la Educación</i> | | |

FORMATO PARA VALIDAR EL INSTRUMENTO

| VARIABLE: ATENCIÓN | | | | | | | | | | |
|---------------------------|---|------|---|---------------------|---------|---|--|----------------------------------|---|-------------------------------|
| DIMENSIÓN | INDICADOR | ITEM | | OPCIÓN DE RESPUESTA | | RELACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIÓN |
| | | Nº | TEXTO | S 2p | N 1p | DIMENSIÓN CON VARIABLE (SI/NO) | INDICADOR CON DIMENSIÓN (SI/NO) | ITEM CON INDICADOR (SI/NO) | ITEM CON OPC DE RESPTA (SI/NO) | |
| | | | | | | | | | | |
| SELECTIVA | Enfoca su atención en una tarea determinada | 1 | Observa el cuadro, busca las "a" y enciérralas en un círculo | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 2 | Observa las imágenes por un minuto, luego menciona las que recuerdes. | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Resta importancia a situaciones espontáneas | 3 | Identifica los objetos circulares y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 4 | Observa la imagen, busca la que se parezca y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 5 | Observa las imágenes y luego identifica a las personas poniendo el número que les corresponde | | | SI | SI | SI | SI | |
| SOSTENIDA | Atiende a situaciones por un momento prolongado | 6 | Observa la imagen y encuentra los triángulos | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 7 | Observa la imagen y ubica la figura con columna y fila | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Logra concentrarse al desarrollar una actividad | 8 | Observa el cuadro y encuentra la letra o numero intruso | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 9 | Observa la imagen y encuentra la figura repetida | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 10 | Observa la imagen y marca con una X las siluetas que tienen la misma posición | | | SI | SI | SI | SI | |


| | | | |
|-----------------------------------|--|------------------------------------|---|
| APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR | Sánchez León, Ximena del Carmen Milagros | ¿RECOMIENDA SU APLICACIÓN? (SI/NO) | SI |
| TÍTULO | Licenciada en Educación Inicial | FIRMA |  |
| GRADO | Magíster en Psicología Educativa. | | |

Mg. Ximena Sánchez León
DOCENTE DE EDUC. INICIAL
CPPe. 1546609736

FORMATO PARA VALIDAR EL INSTRUMENTO

VARIABLE: **ATENCIÓN**

| DIMENSIÓN | INDICADOR | ITEM | | OPCIÓN DE RESPUESTA | | RELACIÓN | | | | OBSERVACIÓN Y/O RECOMENDACIÓN |
|------------------|---|------|---|---------------------|---------|---|--|----------------------------------|---|-------------------------------|
| | | Nº | TEXTO | S 2p | N 1p | DIMENSIÓN CON VARIABLE (SI/NO) | INDICADOR CON DIMENSIÓN (SI/NO) | ITEM CON INDICADOR (SI/NO) | ITEM CON OPC DE RESPTA (SI/NO) | |
| | | | | | | | | | | |
| SELECTIVA | Enfoca su atención en una tarea determinada | 1 | Observa el cuadro, busca las "a" y enciérralas en un círculo | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 2 | Observa las imágenes por un minuto, luego menciona las que recuerdes. | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Resta importancia a situaciones espontáneas | 3 | Identifica los objetos circulares y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 4 | Observa la imagen, busca la que se parezca y marca con un X | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 5 | Observa las imágenes y luego identifica a las personas poniendo el número que les corresponde | | | SI | SI | SI | SI | |
| SOSTENIDA | Atiende a situaciones por un momento prolongado | 6 | Observa la imagen y encuentra los triángulos | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 7 | Observa la imagen y ubica la figura con columna y fila | | | SI | SI | SI | SI | |
| | Logra concentrarse al desarrollar una actividad | 8 | Observa el cuadro y encuentra la letra o número intruso | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 9 | Observa la imagen y encuentra la figura repetida | | | SI | SI | SI | SI | |
| | | 10 | Observa la imagen y marca con una X las siluetas que tienen la misma posición | | | SI | SI | SI | SI | |

| | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------|------------------------------------|---|
| APELLIDOS Y NOMBRES DEL EVALUADOR | LÁZARO CHÁVEZ CYNTHIA FLORELLA | ¿RECOMIENDA SU APLICACIÓN? (SI/NO) | SI |
| TÍTULO | Licenciada en Educ. Inicial | FIRMA |  |
| GRADO | Magister en Gestión Educativa | | |

3. BASE DE DATOS

BASE DE DATOS PRE TEST GRUPO EXPERIMENTAL

| N° | DIMENSIONES | | | | TOTAL | |
|----|--------------------|-------|--------------------|-------|---------|-------|
| | ATENCION SELECTIVA | | ATENCION SOSTENIDA | | | |
| | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL |
| 1 | 8 | ALTO | 8 | ALTO | 16 | ALTO |
| 2 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 3 | 8 | ALTO | 9 | ALTO | 17 | ALTO |
| 4 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 5 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 6 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 7 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 8 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |
| 9 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 10 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 11 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 12 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 13 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 14 | 9 | ALTO | 9 | ALTO | 18 | ALTO |
| 15 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 16 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 17 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 18 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 19 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 20 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 21 | 8 | ALTO | 9 | ALTO | 17 | ALTO |
| 22 | 5 | BAJO | 7 | BAJO | 12 | BAJO |
| 23 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 24 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 25 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 26 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 27 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 28 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 29 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |

| PUNTUACION PARCIAL | |
|--------------------|-------|
| INTERVALO | NIVEL |
| 5-7 | BAJA |
| 8-10 | ALTA |

| PONDERACION GENERAL | |
|---------------------|-------|
| INTERVALO | NIVEL |
| 10-15 | BAJO |
| 16-20 | ALTO |

BASE DE DATOS POST TEST GRUPO EXPERIMENTAL

| N° | DIMENSIONES | | | | TOTAL | |
|----|--------------------|-------|--------------------|-------|---------|-------|
| | ATENCION SELECTIVA | | ATENCION SOSTENIDA | | | |
| | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL |
| 1 | 9 | ALTO | 8 | ALTO | 17 | ALTO |
| 2 | 9 | ALTO | 10 | ALTO | 19 | ALTO |
| 3 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 4 | 9 | ALTO | 9 | ALTO | 18 | ALTO |
| 5 | 8 | ALTO | 9 | ALTO | 17 | ALTO |
| 6 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 7 | 10 | ALTO | 8 | ALTO | 18 | ALTO |
| 8 | 9 | ALTO | 10 | ALTO | 19 | ALTO |
| 9 | 10 | ALTO | 8 | ALTO | 18 | ALTO |
| 10 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 11 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 12 | 9 | ALTO | 10 | ALTO | 19 | ALTO |
| 13 | 9 | ALTO | 9 | ALTO | 18 | ALTO |
| 14 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 15 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 16 | 9 | ALTO | 9 | ALTO | 18 | ALTO |
| 17 | 9 | ALTO | 9 | ALTO | 18 | ALTO |
| 18 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 19 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 20 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 21 | 10 | ALTO | 9 | ALTO | 19 | ALTO |
| 22 | 8 | ALTO | 9 | ALTO | 17 | ALTO |
| 23 | 8 | ALTO | 9 | ALTO | 17 | ALTO |
| 24 | 7 | BAJO | 9 | ALTO | 16 | ALTO |
| 25 | 10 | ALTO | 9 | ALTO | 19 | ALTO |
| 26 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 27 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 28 | 10 | ALTO | 10 | ALTO | 20 | ALTO |
| 29 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |

BASE DE DATOS PRE TEST GRUPO CONTROL

| N° | DIMENSIONES | | | | TOTAL | |
|----|--------------------|-------|--------------------|-------|---------|-------|
| | ATENCION SELECTIVA | | ATENCION SOSTENIDA | | PUNTAJE | NIVEL |
| | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL | | |
| 1 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 2 | 6 | BAJO | 5 | BAJO | 11 | BAJO |
| 3 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 4 | 9 | ALTO | 7 | BAJO | 17 | ALTO |
| 5 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 6 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 7 | 6 | BAJO | 5 | BAJO | 11 | BAJO |
| 8 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 9 | 7 | BAJO | 5 | BAJO | 12 | BAJO |
| 10 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 11 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 12 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |
| 13 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 14 | 6 | BAJO | 8 | ALTO | 14 | BAJO |
| 15 | 8 | ALTO | 8 | ALTO | 16 | ALTO |
| 16 | 9 | ALTO | 8 | ALTO | 17 | ALTO |
| 17 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 18 | 5 | BAJO | 7 | BAJO | 12 | BAJO |
| 19 | 7 | BAJO | 5 | BAJO | 12 | BAJO |
| 20 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 21 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 22 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 23 | 8 | ALTO | 6 | BAJO | 14 | BAJO |
| 24 | 5 | BAJO | 7 | BAJO | 12 | BAJO |
| 25 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 26 | 8 | ALTO | 6 | BAJO | 14 | BAJO |
| 27 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 28 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 29 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 30 | 6 | BAJO | 5 | BAJO | 11 | BAJO |

BASE DE DATOS POST TEST GRUPO CONTROL

| N° | DIMENSIONES | | | | TOTAL | |
|----|--------------------|-------|--------------------|-------|---------|-------|
| | ATENCION SELECTIVA | | ATENCION SOSTENIDA | | | |
| | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL | PUNTAJE | NIVEL |
| 1 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 2 | 6 | BAJO | 5 | BAJO | 11 | BAJO |
| 3 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 4 | 9 | ALTO | 7 | BAJO | 17 | ALTO |
| 5 | 8 | ALTO | 7 | BAJO | 15 | BAJO |
| 6 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 7 | 6 | BAJO | 5 | BAJO | 11 | BAJO |
| 8 | 8 | BAJO | 9 | BAJO | 17 | ALTO |
| 9 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 10 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 11 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 12 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |
| 13 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 14 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 15 | 8 | ALTO | 8 | ALTO | 16 | ALTO |
| 16 | 9 | ALTO | 8 | ALTO | 17 | ALTO |
| 17 | 5 | BAJO | 5 | BAJO | 10 | BAJO |
| 18 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |
| 19 | 7 | BAJO | 5 | BAJO | 12 | BAJO |
| 20 | 6 | BAJO | 6 | BAJO | 12 | BAJO |
| 21 | 5 | BAJO | 7 | BAJO | 12 | BAJO |
| 22 | 7 | BAJO | 7 | BAJO | 14 | BAJO |
| 23 | 8 | ALTO | 9 | BAJO | 17 | ALTO |
| 24 | 6 | BAJO | 7 | BAJO | 13 | BAJO |
| 25 | 7 | BAJO | 6 | BAJO | 13 | BAJO |
| 26 | 8 | ALTO | 6 | BAJO | 14 | BAJO |
| 27 | 7 | BAJO | 8 | ALTO | 15 | BAJO |
| 28 | 8 | ALTO | 8 | ALTO | 16 | ALTO |
| 29 | 5 | BAJO | 6 | BAJO | 11 | BAJO |
| 30 | 8 | BAJO | 5 | BAJO | 13 | BAJO |

4. PROGRAMA EXPERIMENTAL

I. DATOS INFORMATIVOS

- 1.1 Título de la tesis:** Programa de yoga para desarrollar la atención en niños y niñas de cinco años de una institución educativa pública, Trujillo, 2018
- 1.2 Nombre del programa:** Programa de yoga
- 1.3 Institución Educativa:** N° 1733 Mundo Maravilloso
- 1.4 Edad y sección:** 5 años- Amistad
- 1.5 Distrito:** Trujillo
- 1.6 Investigador:** Luna Victoria Correa Marjorie Liseth

II. FUNDAMENTACIÓN

El siguiente programa está orientado para niños con problemas de atención, ya que por medio de este, se pretende desarrollar la atención, mejorando así el proceso del aprendizaje significativo. Los tipos de atención a desarrollar son: la Atención selectiva y Atención sostenida, para dicho propósito se ejecutará en el programa dos tipos de yoga adecuados para la edad de los niños, estos son: el Hatha yoga y el Raja yoga, los cuales mejoraran significativamente la atención en los niños.

III. OBJETIVOS

General:

- ✓ Elaborar y aplicar un programa para desarrollar la atención en niños de 5 años

Específicos:

- ✓ Diseñar y aplicar actividades de Hatha Yoga y Raja Yoga a los niños de 5 años

IV. METODOLOGÍA

- ✓ Aplicación del yoga para mejorar la atención de los niños
- ✓ Promover el desarrollo de la atención en los niños de 5 años a través del programa de yoga

V. MATERIALES Y RECURSOS EDUCATIVOS

- ✓ Ropa ligera de color blanco
- ✓ Colchonetas
- ✓ Reproductor MP3

VI. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

| Nº | Actividades | Dimensiones | 2018 | | | | | | | | | | | |
|----|--|-------------------------|-------|---|---|---|-------|---|---|---|------|---|---|---|
| | | | Marzo | | | | Abril | | | | Mayo | | | |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Conociendo nuevos movimientos | Hatha yoga Raja yoga | | | | | X | | | | | | | |
| 2 | Me divierto con nuevos movimientos | “ “ | | | | | | X | | | | | | |
| 3 | Practico nuevas posiciones con mi cuerpo | “ “ | | | | | | X | | | | | | |
| 4 | Imitamos animales | “ “ | | | | | | | X | | | | | |
| 5 | Fortalezco mis músculos | “ “ | | | | | | | X | | | | | |
| 6 | Movimientos de agua | “ “ | | | | | | | | X | | | | |
| 7 | Estiro mis músculos | “ “ | | | | | | | | X | | | | |
| 8 | Imitamos más animales | “ “ | | | | | | | | | X | | | |
| 9 | Ejercito mis pulmones | “ “ | | | | | | | | | X | | | |
| 10 | El arco iris | “ “ | | | | | | | | | | X | | |
| 11 | El universo | “ “ | | | | | | | | | | X | | |
| 12 | Conozco mis limitaciones | “ “ | | | | | | | | | | | X | |
| 13 | Imitamos animales terrestres | “ “ | | | | | | | | | | | X | |
| 14 | Saludo a la tierra | “ “ | | | | | | | | | | | | X |
| 15 | Saludo al sol | “ “ | | | | | | | | | | | | X |

VII. Evaluación

Este programa será evaluado al inicio, durante y al final del programa experimental, para conocer las bondades del mismo y las posibles correcciones que se puedan realizar.

VIII. ACTIVIDADES DEL PROGRAMA EXPERIMENTAL

Sesión N°01

1. **Denominación de la actividad:** Conociendo nuevos movimientos
2. **Fecha:** 05/04/18
3. **Duración:** 30 min
4. **Hora de Inicio:** 9:30 am **Hora de término:** 10: 00 am
5. **Logros esperados:**

| Dimensión | Indicadores | Ítems |
|-------------------|-----------------------------------|---|
| HATHA YOGA | Realiza posturas equilibradamente | Realiza la postura de la montaña y árbol con equilibrio |
| RAJA YOGA | Se interesa por la meditación | Repite las palabras AOM... sentado y en calma |

6. Secuencia metodológica

| Momentos | Estrategias didácticas | Materiales y recursos | Tiempo |
|------------|---|---------------------------|--------|
| Inicio | Hatha yoga Inhalan subiendo los brazos y exhalan bajando los brazos. | Música Reproductor MP3 | 2 min |
| | Calientan el cuerpo con el juego: Soy una mermelada de fresa (Realizarán movimientos libres por el salón) | | 5 min |
| Desarrollo | Realizan la postura de la montaña. | Colchoneta | 5 min |
| | Realizan la postura del árbol. | | 5 min |
| | Desarrollan la canción: Estrella del norte, acompañada de movimientos de estiramiento | Colchonetas agrupadas | 5 min |
| | Para la relajación, realizan el juego del globo (Imaginan que inflan un globo, hasta que este revienta y se tiran al suelo realizando la postura del cadáver) | | 3 min |

| | | | |
|--------|---|----------------------------|-------|
| Cierre | Raja yoga Se sienta con la postura de loto, y emite la palabra AAOOMM, acompañado de mantras. | Mantras Reproductor MP3 | 5 min |
|--------|---|----------------------------|-------|

7. Evaluación

Guía de Observación

| Nº | Apellidos y nombres de los niños | Realiza posturas equilibradamente | | | Se interesa por la meditación | | |
|----|----------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| | | Realiza la postura de la montaña y árbol con equilibrio | | | Repite las palabras AOM... sentado y en calma | | |
| | | S | A | N | S | A | N |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Total: | | | | | | |

8. REFERENCIAS

PEÑA, A (2017) Los beneficios de introducir el yoga para niños en las aulas de Educación Infantil. RECUPERADO: https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_078_ene.pdf

KOJAKOVIC, M (2006) Yoga para niños. Salesianas S.A. Santiago de Chile. RECUPERADO: https://get.google.com/albumarchive/115986027390138122775/album/AF1QipPnOUS0u3d8S2Ui-wgUyDwa5TKoX1yJ-67nW6Kk/AF1QipNPkJcumCG9r8wCDVEV34hCTUmr8SdB_7pT6Z3n

ANEXOS: Materiales y recursos

POSTURAS:

ÁRBOL



MONTAÑA



Sesión N°02

1. **Denominación de la actividad:** Me divierto con nuevos movimientos
2. **Fecha:** 09/04/18
3. **Duración:** 30 min
4. **Hora de Inicio:** 9:30 am **Hora de término:** 10: 00 am
5. **Logros esperados:**

| Dimensión | Indicadores | Ítems |
|-------------------|-----------------------------------|---|
| HATHA YOGA | Realiza posturas equilibradamente | Realiza la postura de la triángulo y gorila con equilibrio |
| RAJA YOGA | Se interesa por la meditación | Repite las palabras OM SHANTI, SHANTI, SHANTI... sentado y en calma |

6. Secuencia metodológica

| Momentos | Estrategias didácticas | Materiales y recursos | Tiempo |
|------------|---|---------------------------|--------|
| Inicio | Hatha yoga Acostados en la colchoneta y con las manos sobre la barriga, inhalan y exhalan. | Colchoneta | 2 min |
| | Calientan el cuerpo con el juego: Soy una marioneta (Imaginan ser marionetas y están siendo manipulados, realizan movimientos libres) | Música Reproductor MP3 | 5 min |
| Desarrollo | Realizan la postura del triángulo. | Colchoneta | 5 min |
| | Realizan la postura del gorila. | Colchoneta | 5 min |
| | Desarrollan el cuento: Las mariposas (Sentados con las piernas cruzadas imitan movimientos según indica la facilitadora) | Colchoneta | 5 min |
| | Para la relajación, se acuestan en la colchoneta con los brazos y piernas abiertas y con ojos | Colchonetas agrupadas | 3 min |

| | | | |
|--------|---|----------------------------|-------|
| | cerrados. Inhalan y exhalan suavemente. | | |
| Cierre | Raja yoga Se sienta con la postura de loto, y emite las palabras OM SHANTI, SHANTI, SHANTI, primero a capella y luego con mantra. | Mantras Reproductor MP3 | 5 min |

7. Evaluación

Guía de Observación

| Nº | Apellidos y nombres de los niños | Realiza posturas equilibradamente | | | Se interesa por la meditación | | |
|----|----------------------------------|--|---|---|---|---|---|
| | | Realiza la postura de la triángulo y gorila con equilibrio | | | Repite las palabras OM SHANTI, SHANTI, SHANTI... sentado y en calma | | |
| | | S | A | N | S | A | N |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Total: | | | | | | |

8. REFERENCIAS

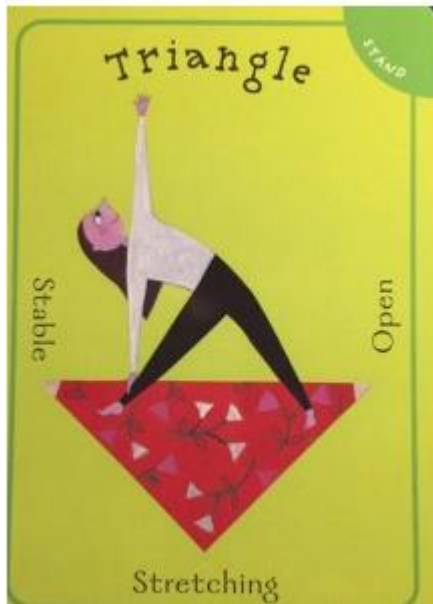
PEÑA, A (2017) Los beneficios de introducir el yoga para niños en las aulas de Educación Infantil. RECUPERADO: https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_078_ene.pdf

KOJAKOVIC, M (2006) Yoga para niños. Salesianas S.A. Santiago de Chile. RECUPERADO: https://get.google.com/albumarchive/115986027390138122775/album/AF1QipPnOUS0u3d8S2Ui-wgUyDwa5TKoX1yJ-67nW6Kk/AF1QipNPkJcumCG9r8wCDVEV34hCTUmr8SdB_7pT6Z3n

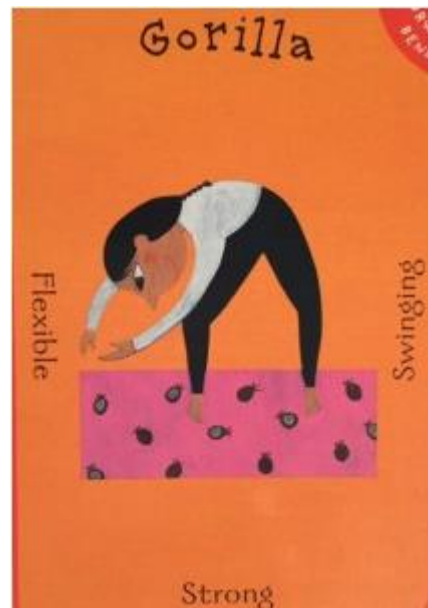
ANEXOS: Materiales y recursos

POSTURAS:

TRIÁNGULO



GORILA



CUENTO: LAS MARIPOSAS

Un cierto día las mariposas salieron muy contentas a volar por todo el prado, era el cambio de estación, había llegado la primavera. Muy felices saludaban a todo lo que veían, desde una hoja volar, hasta un gusanito contornearse. Pero olvidaron a los protagonistas de la primavera, eran el Sol y el hermosos Arcoíris, pues bien, al darse cuenta, no lo dudaron y más y los saludaron, primero al majestuoso Sol y luego al colorido Arcoíris.... Y Tilirin colorado, este cuento se ha terminado.

Sesión N°03

1. **Denominación de la actividad:** Practico nuevas posiciones con mi cuerpo
2. **Fecha:** 12/04/18
3. **Duración:** 30 min
4. **Hora de Inicio:** 9:30 am **Hora de término:** 10: 00 am
5. **Logros esperados:**

| Dimensión | Indicadores | Ítems |
|-------------------|--|--|
| HATHA YOGA | Mantiene las posturas por un tiempo determinado | Realiza la postura del Guerrero I y Guerrero II |
| RAJA YOGA | Mantiene por un tiempo determinado la posición de loto | Cierra los ojos y se mantiene en calma sin moverse |

6. Secuencia metodológica

| Momentos | Estrategias didácticas | Materiales y recursos | Tiempo |
|------------|---|---------------------------|--------|
| Inicio | Hatha yoga Desarrollan el juego “la serpiente”, donde tomaran aire y luego lo expulsarán suavemente con el sonido: Sssssss..... | Música Reproductor MP3 | 2 min |
| | Calientan el cuerpo con el juego: Gira que te gira, donde deberán girar los músculos según indique la facilitadora. | | 5 min |
| Desarrollo | Realizan la postura del Guerrero I montaña. | Colchoneta | 5 min |
| | Realizan la postura del Guerrero II. | | 5 min |
| | Desarrollan la canción: Estrella del norte, acompañada de movimientos de estiramiento | | 5 min |
| | Para la relajación, realizan el juego del Limón, donde imagina tener un limón en una mano y tiene que | | 3 min |

| | | | |
|--------|--|----------------------------|-------|
| | exprimirlo y luego dejarlo caer. | | |
| Cierre | Raja yoga Se sienta con la postura de loto y cierra los ojos, acompañado de mantras. | Mantras Reproductor MP3 | 5 min |

7. Evaluación

Guía de Observación

| Nº | Apellidos y nombres de los niños | Mantiene las posturas por un tiempo determinado | | | Mantiene por un tiempo determinado la posición de loto | | |
|----|----------------------------------|---|---|---|--|---|---|
| | | Realiza la postura del Guerrero I y Guerrero II | | | Cierra los ojos y se mantiene en calma sin moverse | | |
| | | S | A | N | S | A | N |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Total: | | | | | | |

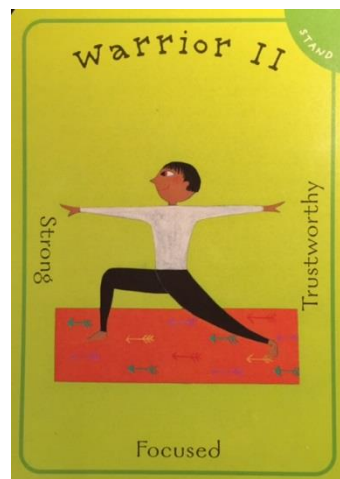
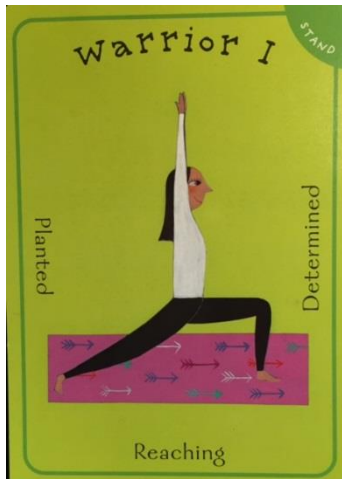
8. REFERENCIAS

PEÑA, A (2017) Los beneficios de introducir el yoga para niños en las aulas de Educación Infantil. Pag 97 RECUPERADO: https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_078_ene.pdf

KOJAKOVIC, M (2006) Yoga para niños. Salesianas S.A. Santiago de Chile. RECUPERADO: https://get.google.com/albumarchive/115986027390138122775/album/AF1QipPnOUS0u3d8S2Ui-wgUyDwa5TKoX1yJ-67nW6Kk/AF1QipNPkJcumCG9r8wCDVEV34hCTUmr8SdB_7pT6Z3n

ANEXOS: Materiales y recursos

POSTURAS:



Sesión N°04

1. **Denominación de la actividad:** Imitamos animales
2. **Fecha:** 16/04/18
3. **Duración:** 30 min
4. **Hora de Inicio:** 9:30 am **Hora de término:** 10: 00 am
5. **Logros esperados:**

| Dimensión | Indicadores | Ítems |
|-------------------|-----------------------------------|---|
| HATHA YOGA | Realiza posturas equilibradamente | Realiza la postura del Perro y de la Cobra |
| RAJA YOGA | Se interesa por la meditación | Repite las palabras AOMMMMM... sentado y en calma |

6. Secuencia metodológica

| Momentos | Estrategias didácticas | Materiales y recursos | Tiempo |
|------------|---|---------------------------|--------|
| Inicio | Hatha yoga Imitan la respiración del elefante, juntando los brazos, luego llevándolos encima de la cabeza al mismo tiempo que toman aire, y luego botan el aire bajando los brazos. | Música Reproductor MP3 | 2 min |
| | Calientan el cuerpo con el juego: El "Yogui dice" (Realizarán movimientos que la facilitadora indique) | | 5 min |
| Desarrollo | Realizan la postura del Perro | Colchoneta | 5 min |
| | Realizan la postura de la Cobra | | 5 min |
| | Desarrollan la canción: Estrella del norte, acompañada de movimientos | | 5 min |
| | Para la relajación, realizan el juego del gato perezoso (echados en el piso se estiran como un gato, manos hacia arriba, piernas hacia abajo) | | 3 min |

| | | | |
|--------|--|----------------------------|-------|
| Cierre | Raja yoga Entonan la canción: Flor mágica Se sienta con la postura de loto, y emite la palabra AAOOMM, acompañado de mantras. | Mantras Reproductor MP3 | 5 min |
|--------|--|----------------------------|-------|

7. Evaluación

Guía de Observación

| Nº | Apellidos y nombres de los niños | Realiza posturas equilibradamente | | | Se interesa por la meditación | | |
|----|----------------------------------|--|---|---|---|---|---|
| | | Realiza la postura del Perro y de la Cobra | | | Repite las palabras AOMMMMM... sentado y en calma | | |
| | | S | A | N | S | A | N |
| 1 | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Total: | | | | | | |

8. REFERENCIAS

PEÑA, A (2017) Los beneficios de introducir el yoga para niños en las aulas de Educación Infantil. Pag 97 RECUPERADO:
https://publicacionesdidacticas.com/hemeroteca/pd_078_ene.pdf

KOJAKOVIC, M (2006) Yoga para niños. Salesianas S.A. Santiago de Chile. RECUPERADO:
https://get.google.com/albumarchive/115986027390138122775/album/AF1QipPnOUS0u3d8S2Ui-wgUyDwa5TKoX1yJ-67nW6Kk/AF1QipNPkJcumCG9r8wCDVEV34hCTUmr8SdB_7pT6Z3n

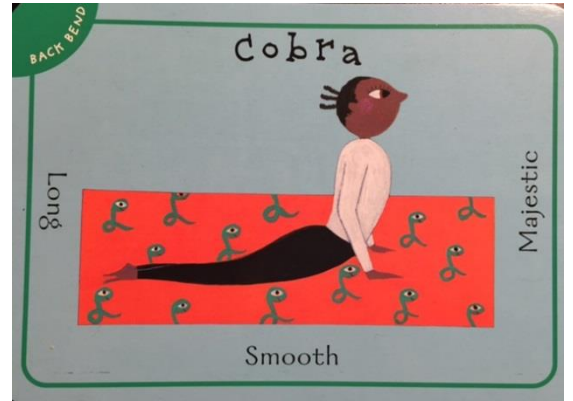
ANEXOS: Materiales y recursos

POSTURAS:

POSTURA PERRO



POSTURA COBRA



5. CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE PROGRAMA DE TESIS



"Mi Mundo Maravilloso" N° 1733

Mz. F Lote 15 Urb. Monserrate – Trujillo / Telf. 044 – 762260/ Mov.978810599

"Año del Dialogo y Reconciliación Nacional"

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE PROGRAMA DE TESIS

LA DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 1733 "MI MUNDO MARAVILLOSO" DEL DISTRITO DE TRUJILLO, DEPARTAMENTO LA LIBERTAD

HACE CONSTAR

Que, la señorita Luna Victoria Correa, Marjorie Liseth, identificada con DNI N° 70342200, alumna de la Universidad Cesar Vallejo de Trujillo de la Facultad de Educación e Idiomas, de la Escuela Profesional de Educación Inicial que cursa el X ciclo de la Práctica Pre Profesional Terminal II, ha aplicado parte del programa su tesis titulada "Programa de Yoga para Desarrollar la Atención en niños y niñas de cinco años de una Institución Pública, Trujillo, 2018." en el aula "Amistad" de 5 años de edad de la profesora Emily Romero Pintado de la institución educativa que lidero del 05 de Abril al 31 de Mayo del presente año lectivo 2018.

Se expide el presente documento a solicitud de la parte interesada para los fines que estime por conveniente.

Trujillo, 22 de Junio del 2018.



Dra. Milagros Jacinto Reinoso
DIRECTORA

