



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

Programa integrado en las habilidades sociales de los estudiantes de
secundaria de una institución educativa, Cusco 2021

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Psicología Educativa

AUTORA:

Sayco Kana, Maria (ORCID: 0000-0002-4277-1503)

ASESORA:

Dra. Bejarano Alvarez, Patricia Mónica (ORCID: 0000-0003-3059-6258)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral al Infante, Niño (a) y Adolescente

LIMA - PERÚ

2021

Dedicatoria

A mis padres Arístides y Paula por su amor y ejemplo de vida.

A mi amiga Marina por su apoyo incondicional.

A los maestros de la Universidad César Vallejo por guiarnos en la elaboración de esta tesis.

María.

Agradecimiento

A Dios por estar presente en mi vida.

A la Universidad Cesar Vallejo por brindarme la oportunidad de consolidar mis estudios y la obtención de este grado académico.

La autora.

Índice

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de tablas	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I INTRODUCCIÓN	1
II MARCO TEÓRICO	7
III METODOLOGÍA	17
3.1 Tipo y diseño de investigación	17
3.2 Variable y operacionalización	18
3.3. Población, muestra y muestreo, unidad de análisis	19
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	20
3.5 Procedimiento	22
3.6 Método de análisis de datos	22
3.7 Aspectos éticos	23
IV RESULTADOS	24
V DISCUSIÓN	29
VI CONCLUSIONES	33
VII RECOMENDACIONES	35
REFERENCIAS	37
ANEXOS	

Índice de tablas

	Página
Tabla 1: Muestra de estudiantes	19
Tabla 2: Juicio de expertos	21
Tabla 3: Resultado de la variable Habilidades Sociales	24
Tabla 4: Resultado de las dimensiones.	25
Tabla 5: Prueba de hipótesis general.	27
Tabla 6: Estadísticos de pruebas de las hipótesis específica	28

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. La metodología desarrollada en el estudio partió de un enfoque cuantitativo de tipo aplicativo con diseño pre-experimental; recogiendo la información a través de la aplicación de un cuestionario (pre test y pos test) para medir el desarrollo de las habilidades sociales. La validez de contenido se consiguió por juicio de expertos. La confiabilidad del instrumento se dio mediante una prueba piloto realizada a 15 estudiantes, usando el Alpha de Cronbach donde se obtuvo los valores de las dimensiones de asertividad 0.728, comunicación 0.978, autoestima 0.81 y toma de decisiones 0.783, este instrumento se aplicó a una muestra de 17 estudiantes. Como conclusión se tiene que al obtenerse el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, permitiendo afirmar que la aplicación del programa integrado basado en la neuromotricidad mejoró el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

Palabras clave: Programa integrado, habilidades sociales, asertividad, comunicación, autoestima, toma de decisiones.

Abstract

The objective of this research was to determine in what way the application of the integrated program improves the development of social skills of the second year high school students of an educational institution, Cusco 2021. The methodology developed in the study started from a quantitative approach of the type application with pre-experimental design; collecting the information through the application of a questionnaire (pretest and posttest) to measure the development of social skills. Content validity was achieved by expert judgment. The reliability of the instrument was given through a pilot test carried out on 15 students, using Cronbach's Alpha where the values of the dimensions of assertiveness 0.728, communication 0.978, self-esteem 0.81 and decision making 0.783 were obtained, this instrument was applied to a sample of 17 students. As a conclusion, it is necessary to obtain the value of $p = ,000$, which is <0.05 , allowing to affirm that the application of the integrated program based on neuromotor skills improved the development of social skills of secondary school students from an institution educational, Cusco 2021.

Keywords: Integrated program, social skills, assertiveness, communication, self-esteem, decision-making.

I.- Introducción

Los seres humanos tenemos la cualidad de ser sociables, nos adaptamos a cualquier medio para relacionarnos e interactuar y así satisfacer diferentes necesidades e intereses. La comunicación es una capacidad innata en las personas, pero no todos contamos con destrezas o habilidades para socializarnos y así poder expresar nuestros deseos, ideas, interés, emociones y reflexiones, respetando siempre a la otra persona. El poder relacionarnos con nuestro contexto nos va permitir a aprender procedimientos y comportamientos para interactuar con nosotros con otras personas.

Las habilidades sociales (HH. SS) permiten que los niños y jóvenes adquieran competencias necesarias para una formación integral y así mismo hacer frente de forma efectiva y constante los retos de la vida diaria, que le permitirá adquirir habilidades necesarias para una adecuada transición sana de la niñez a la adultez con un adecuado afrontamiento de emociones.

La ONU, en un nuevo informe del fondo para la niñez y jóvenes 2020, enfatiza que la ansiedad, suicidio, la escasez de HH. SS y académicas se han convertido en rasgos muy comunes entre niños y adolescentes en los países con bajos altos ingresos económicos. Durante los seis meses del 2020 la mayoría de los países, mantuvieron las instituciones educativas cerradas durante más de 100 días debido al brote de COVID-19, mientras se disponían estrictas medidas de confinamiento en sus viviendas. El informe recalca que la pérdida de un familiar, amigos cercanos, colegas de trabajo, así como la ansiedad, desmotivación, la falta de empatía, estrés, depresión, el cierre de las instituciones educativas, desempleo, la escasa accesibilidad al servicio médico, deudas bancarias, gastos económicos causados por la pandemia son adversas para la comodidad y bienestar de los niños y jóvenes, son perjudiciales para su salud mental, física y desarrollo de habilidades sociales.

El Perú no es ajeno a esta problemática tomando en cuenta que la niñez y adolescencia es la etapa de desarrollo de mayor vulnerabilidad y las habilidades sociales son muy necesarios. Esto se debe a los diferentes avances tecnológicos, redes sociales, estilo de crianza, paradigmas, desarrollo social de los estudiantes,

entre otros, esto se ve afectado de forma directa, crecen sin tener un interés en el contacto real con sus pares, otra causa es que no cuentan con muchas oportunidades para desarrollar y potencializar sus competencia y capacidades comunicativas, toma de decisiones, autoestima y asertividad. Por tanto, contamos con estudiantes que tienen dificultad para la resolución de conflictos, para decir lo que sienten, estudiantes que no descifran las emociones de otros, así mismo no captan cuando un compañero(a) se encuentra deprimido, molesto, triste, fastidiado, incómodo, malhumorado, estudiantes que no saben esperar, son intolerantes a la frustración.

Según el Consejo Nacional de Educación (2020) señaló que el Proyecto Educativo Nacional (PEN) al 2036 ha considerado el bienestar emocional y las habilidades sociales como uno de sus desafíos y principales objetivos, haciendo notar que la educación permite conocernos y valorarnos nosotros mismos para establecer relaciones interpersonales sanas, así mismo nos permitirá lidiar los nuevos retos, autorregulando nuestras emociones, actitudes y comportamientos. Es importante precisar que estas habilidades socioemocionales son primordiales para el pleno desarrollo de la personalidad y los aspectos laborales. Por otro lado, Chanco y Ramos (2018), llegaron a la conclusión como resultado de su investigación, que el tipo de familia más predominante es la disfuncional en donde el 52.7% de los adolescentes muestran un nivel bajo de HH. SS, 44% tienen nivel promedio bajo.

El desarrollo de las HH. SS permite al estudiante contar con un buen desempeño y adaptación en la institución educativa y en los contextos en que se pueda desenvolverse, esto permitirá contribuir a llevarse de la mejor forma con sus pares, realizar una crítica de lo que está de acuerdo o no, saber pedir lo que necesita en su momento, expresar sus ideas y opiniones. Según Briones (2017), señaló que las HH. SS juegan un papel muy trascendental para la formación, desarrollo y en el bienestar que puede obtener una persona y puede constituir un elemento clave en cuanto a su maduración. La escasez de esta habilidad puede intervenir en la inhibición a la intervención social, logrando experimentar, soledad, incomprensión, baja autoestima, ansiedad, frustración, depresión y conductas que pueden trascender su vida futura.

Referente a la institución educativa del nivel secundario de 2° grado del VI ciclo se observó que los estudiantes presentan dificultad para comunicar sus ideas, pensamientos, emociones tanto positivas como negativas con asertividad, así mismo presentan dudas para dar a conocer sus propias iniciativas para resolver conflictos, son inseguros, pasivos, cohibidos, para desenvolverse dentro de un equipo de trabajo, tampoco defienden y hacen prevalecer sus derechos, también no solicitan ayuda frente a una dificultad que se les presenta, los estudiantes manifiestan sentimientos de inseguridad, inferioridad que anulan su capacidad de comunicación y limitan la manera de relacionarse entre sus compañeros (as) y sus docentes, sentimientos de no estar a la altura, de no pertenecer al grupo, temor a equivocarse, les cuesta tomar decisiones propias, muchos de ellos provienen de hogares disfuncionales, con violencia familiar, machistas y una adoctrinación religiosas, mucho de los adolescentes busca refugio en su enamorado(a), porque en casa no encuentran el afecto y la atención necesaria por parte de sus familiares, debido a que se dedican a sus labores domésticas, agrícolas y a otras actividades y esto tiene como consecuencia la deserción escolar, problemas sociales y desinterés por los estudios.

Según el informe del departamento de psicología y coordinación de tutoría (2019) los estudiantes se muestran rebeldes, con poca disposición de cambio, escasas estrategias para el afrontamiento de emociones, baja autoestima y dificultad para la toma de decisiones. Por lo consiguiente, es urgente que la institución educativa este acorde a las demandas, necesidades e intereses de los estudiantes y población, organizándose con el equipo directivo, docente, estudiantes, padres de familia y con la población usual, asumiendo prácticas inclusivas, diversificadas y democráticas que puedan fragmentar con la desigualdad social.

El presente estudio parte del siguiente problema general: ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?, dentro de los problemas específicos se plantea los siguientes: ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora la asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?, ¿de qué manera la aplicación del

programa integrado mejora la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?, ¿de qué manera la aplicación del programa integrado mejora la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?, ¿de qué manera la aplicación del programa integrado mejora la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?

El estudio de investigación tuvo una justificación teórica ya que se revisaron bases conceptuales y definiciones concernientes a las habilidades sociales, las cuales se construyeron a base de los aportes desde la perspectiva de los autores como Vygotsky con su teoría psicopedagógica, Galarza y Caballo con las teorías y dimensiones de habilidades sociales, así mismo para el programa integrado se consideró al autor Lacunza, las cuales resultaron ser la base para comprender, teorizar y contextualizar a nuestro estudio de investigación, también es necesario señalar que la presente investigación contribuirá como fuente a futuras investigaciones. Del mismo modo la aplicación del programa integrado de intervención tuvo un sustento teórico de la neuromotricidad que es la ciencia que estudia la relación entre la neurociencia y la motricidad, teniendo en cuenta la parte psicomotriz del movimiento, por tal razón fue importante la incorporación de la neuromotricidad dentro del programa para el logro de aprendizajes y competencias.

Metodológicamente el presente estudio tomó como punto de partida una realidad problemática visible, la cual implicó que se plantee las preguntas de investigación, objetivos, hipótesis que conllevaron a evidenciar la importancia de la aplicación del programa integrado para desarrollar las habilidades sociales, donde la toma de datos se llevó a cabo con un instrumento estandarizado en el Perú que ha pasado por un rigor científico que está contextualizada a nuestra realidad, producto de ello se generaron datos estadísticos, así mismo se formularon conclusiones que permitieron plantear recomendaciones. Para el trabajo de investigación se aplicó un cuestionario de HH. SS que permitió la medición de la variable de HH. SS de los estudiantes de 2° grado para contribuir al estudio de dicha variable en la institución educativa. Por ese motivo, se confirmó la pertinencia de dicho instrumento de evaluación de las HH. SS en una población estudiantil.

Este estudio de investigación se ejecutó con el propósito de contribuir al conocimiento existente sobre la aplicación de un programa integrado de intervención, para el logro de competencias de HH. SS en el nivel secundario, para ello los resultados se sistematizaron en una propuesta innovadora para ser tomado como conocimiento en el campo pedagógico y educativo.

Socialmente el estudio de investigación tuvo importantes beneficios para todos los estudiantes de 2º grado y agentes involucrados en la educación, ya que los datos alcanzados permitirán fomentar la aplicación de programas para mejorar las habilidades sociales. A si mismo se prevendrían problemas sociales en el futuro ya que se darían un mejor desarrollo de las habilidades sociales, lo cual permitirían poner en práctica las normas de convivencia y sanciones reparadoras necesarias en la comunidad.

Finalmente, desde el punto de vista práctico la investigación aportó a la comunidad educativa a tener un programa integrado de intervención para mejorar y desarrollar las habilidades sociales, el cual se puede a su vez aplicar y adaptar en otros contextos, conllevando así una contribución a la sociedad al interiorizar la importancia del desarrollo de las habilidades sociales en la educación. Considerando lo mencionado anteriormente sobre la importancia del desarrollo de las HH. SS en los estudiantes de 2º grado, se ve en la necesidad de desarrollar un programa de intervención integrado en HH. SS para ello se aplicó una metodología activa, lúdica, distinguida por la participación comprometida y activa de estudiantes involucrados en el estudio de investigación, también que sea beneficioso para la población estudiantil, reforzando el desarrollo de HH. SS de ese modo se logre la formación integral de los estudiantes, así mismo se les ofrezca más oportunidades que les accedan a afrontar con éxito diversas situaciones y demandas educativas y sociales.

Frente a esta situación problemática se planteó como objetivo general: Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2º de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. Así mismo detallamos los objetivos específicos: Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la asertividad de los estudiantes 2º de secundaria de una institución

educativa, Cusco 2021, determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

En la presente investigación se propuso como hipótesis general: La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, por ultimo señalamos las hipótesis específicas: La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

(ver anexo 01).

II.- Marco teórico

A continuación, detallamos los antecedentes internacionales y nacionales. Según Quiñones (2020). HH. SS y estrategias didácticas para la formación del liderazgo desde la educación básica social. El presente estudio de investigación describe la aplicación y el diseño de dos estrategias elaboradas bajo la técnica del entrenamiento en HH. SS, el cual tuvo como objetivo impactar en la convivencia escolar en un grupo de 12 niños de cuarto año de primaria. Las percepciones realizadas dentro del salón de clases, el desarrollo de las actividades, la implementación y evaluación eficaz con preguntas reflexivas y ensayos conductuales dieron como resultados que durante las sesiones los niños no tenían problemas para distinguir entre conductas socialmente positivas y negativas, pero hubo dificultad a la hora de los ensayos de conducta.

Otra investigación de Almaraz et al. (2019) quien publicó un artículo referido a un programa de HH. SS, el estudio se realizó en una institución educativa del nivel primario para revelar su éxito en un grupo de niños y niñas entre las edades de 09 y 10 años. Se investigaron variables que podían repercutir en las HH. SS por medio de instrumentos que permitan evaluar la autoestima, la conducta, y la violencia, se utilizó tres diferentes instrumentos de evaluación. Los resultados señalan que se logró un cambio significativo en la variable violencia, después de aplicar el programa de HH. SS.

Por otro lado, Pereira et al. (2018) quienes dieron a conocer un artículo referido a un estudio de investigación, tuvo como objetivo de conocer los diferentes efectos de la aplicación de un programa de HH. SS el cual les permitió mejorar los problemas interpersonales en diferentes ambientes y situaciones de su diario vivir, teniendo como población de 26 estudiantes que buscan alguna oportunidad laboral estos entre 14 a 16 años, su muestra se conformó 02 grupos el de intervención y el de control, de acuerdo a la aplicación del programa se llegó a la siguiente conclusión de que la intervención promovió en los adolescentes la superación de las dificultades interpersonales que están muy relacionadas a las HH. SS.

Según Carrillo (2016) en España presentó una tesis doctoral, en la cual consistió en validar un programa lúdico que permitiría el desarrollo y mejora de las

HH. SS en infantes con el fin de mejorar el comportamiento social. Señalando que esta intervención que planteó el autor fue aceptada por los docentes, ya que se dieron cuenta que los estudiantes del nivel primario de los dos ciclos que abarca de ese nivel presentaban muchos problemas con la convivencia que tenían dentro del aula. El autor al terminar su estudio llegó a concluir que este programa que bien intervino a un grupo experimental, ya que el grupo control no lo hizo, ha permitido que los estudiantes cambien este comportamiento que tenían anteriormente mostrándose ahora más asertivos, disminuyendo esa agresión que tenían y obviamente reduciendo su ansiedad social después de haber sido participe del programa.

De igual forma Reolid (2015), en su tesis sobre intervención y mediación familiar, en adolescentes, tuvo el objetivo principal de evaluar las capacidades asertivas de un grupo de 26 estudiantes del tercer ciclo. Para evaluar la competencia de asertivas se utilizó la escala de HH. SS de Gismero (2002). Los resultados nos dan a conocer en datos cuantitativos ningún dato significativo, por consiguiente, todas las puntuaciones obtenidas se encuentran dentro de la media. Los estudiantes no presentan déficit en HH. SS, ni sucintamente en asertividad.

Los antecedentes nacionales del estudio de investigación según Huamán (2020) realizó un estudio de investigación con la finalidad de comparar las diferencias en el desarrollo de las HH. SS en 02 II.EE del Callao. Esta investigación tuvo como metodología, para lo cual utilizo una muestra de 96 estudiantes. Como instrumentó de recolección de dataos fue el cuestionario de habilidades de interacción social. El autor al terminar su estudio llega a concluir que existen diferencias significativas en el desarrollo de las HH. SS, afines a los sentimientos, opiniones, y emociones así mismo no existen diferencias con el desarrollo de habilidades de interacción social, diálogos y solución de dificultades interpersonales.

Por otro lado, Fajardo (2018), quien realizó su estudio con la finalidad de aplicar un programa cognitivo conductual en las HH. SS de los colegiales de una I.E particular de la ciudad de Lima, así mismo tuvo como objetivos específicos demostrar los efectos del programa en las dimensiones de asertividad, habilidades comunicativas, autoestima y toma de decisiones de los estudiantes, teniendo una

metodología de tipo aplicativo con diseño pre-experimental. Para dicha investigación se contó con 24 estudiantes a quienes se les empleó una escala de actitudes. El estudio concluyó que el programa mostró ser eficaz para el desarrollo de las HH. SS.

De igual forma Alcántara (2017) quien ejecutó su estudio de investigación con objetivo principal de determinar la influencia de un programa de intervención pedagógica para mejorar las HH. SS de los estudiantes del VII ciclo del nivel secundario, teniendo una metodología de tipo cuasi experimental con dos grupos experimenta y control, para este estudio la muestra estuvo conformada por 137 estudiantes. Dentro de los resultados se puede resaltar que, en el grupo experimental, influyó de manera positiva y significativa en el mejoramiento de las HH. SS, alcanzando un nivel bueno, concerniente a la dimensión comunicación los estudiantes se ubican en un nivel muy bueno, finamente en las dimensiones de asertividad y toma de decisiones se ubicaron en un nivel bueno.

Según el estudio realizado por Aguirre y Ortega (2017) desarrollaron su estudio de investigación con la finalidad de determinar el efecto de un programa de normas de convivencia para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes del V ciclo del nivel primario, teniendo como muestra a 32 estudiantes. Esta investigación fue de estudio aplicativo con un diseño pre experimental, para el recojo de información fue a través de un cuestionario de HH. SS y la aplicación de un pre test y un pos test. Los investigadores al terminar su estudio llegan a concluir que el programa permitió la mejora de las HH. SS, así mismo el mayor porcentaje lo alcanzó la dimensión toma de decisiones con el 68.7% en su nivel eficiente, seguido de la autoestima con el 53.1% en el mismo nivel, la asertividad con el 37.5%, en el nivel moderada y comunicación con el 31.3% en el mismo nivel.

Por otro lado, Gálvez (2017) desarrolló un estudio de investigación, tuvo como objetivo determinar la influencia de un programa de HH. SS en estudiantes del 3° grado del nivel secundario del cercado de Lima. Para lo cual se realizó bajo el diseño cuasi-experimental, para dicha investigación se utilizó un instrumento aplicado a la variable HH. SS. El autor al terminar su estudio llegó a concluir que el nivel de HH. SS que perciben los alumnos, en el grupo control y experimental al

inicio de la investigación es similar, es decir se ratifica que la aplicación del programa HH. SS mejora las HH. SS de los educandos.

En referencia a la variable del Programa integrado de intervención podemos señalar que es un conjunto de habilidades y actividades encaminadas a afrontar una dificultad determinadas, constituida en varias partes. Según Fernández citado por Lacunza (2011) un programa de intervención presume acciones sistemáticas, planificadas, ejecutadas en un período determinado de tiempo y espacio que extiendan a resolver una dificultad. Estas acciones proceden de un diagnóstico real, en las que se evalúen los interés, necesidades y recursos para iniciar un programa. Así mismo Cerquera & Pabón (2015) los programas de intervención están diseñados para ejecutar una serie de sesiones cada una de las cuales presentará un propósito específico, estrategias didácticas, con técnicas adecuadas a dicho propósito, y al enfoque elegido. Para nuestro estudio de investigación se aplicará un programa integrado de intervención que contará con sesiones, métodos, estrategias, actividades lúdicas efectivas, uso de técnicas de recolección de información para ello se utilizará la evaluación formativa para verificar el impacto que va a producir en los estudiantes.

El programa integrado tuvo como destinatario a los estudiantes 2° grado del nivel secundario. Dicho programa está diseñado para ser empleado en el campo educativo de una zona bilingüe y rural, para ello se contó con el apoyo del tutor de grado, puesto que posee conocimientos de los estudiantes, el tutor de grado fue considerado como aliados estratégicos para efectuar las acciones o actividades de la manera más metódica, acertada, oportuna y favorable posible para los estudiantes. El programa de intervención posee un fin didáctico e integrador en el que se procura desarrollar y formar en HH. SS y de forma más específicas las dimensiones de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones. El programa integrado sigue una serie de estrategia, acciones en equipo, por lo tanto, todas las actividades y juegos están planeadas para ejecutarse de forma organizada, para motivar y conseguir una participación activa de los estudiantes.

El programa integrado de intervención tuvo un sustento de la neuromotricidad que la podemos definir como la ciencia que estudia la relación entre las neurociencias y la motricidad, teniendo muy en cuenta, la expresión

corporal, desarrollo de la corporeidad, secuencia de movimientos. Según Lapierre, citado por Guerrero (2016), define la neuromotricidad como un proceso cerebral que considera el movimiento desde el impulso excitatorio de la neuroma piramidal córtico motora hasta la acción muscular o acción motora que interviene en distintas áreas neuronales, formando lo que se conoce como el sistema neuromotor. El autor concluyó señalando que no existiría movimiento sin sistema nervioso y el sistema nervioso no se desarrollaría si no existiera movimiento.

Mediante el desarrollo y la aplicación de la neuromotricidad en el programa integrado de intervención se adquieren habilidades y competencias cada vez más complejas que mejoran las capacidades motoras, la expresión corporal, creatividad, autonomía, seguridad, coordinación, equilibrio y tono muscular, todo ello permitirán crear circuitos neuronales, conexiones nerviosas que se emplearán en variadas acciones del día a día, por tal razón es fundamental su contribución y aporte para el desarrollo de las HH. SS.

El programa constó de 05 módulos desarrolladas en 10 sesiones de intervención, para lo cual se estableció dos sesiones por dimensión y las dos sesiones restantes fueron destinadas para la apertura y clausura, así mismo se desarrolló en las sesiones estrategias didácticas, juegos, ejercicios, actividades dinámicas, aplicación de fichas de trabajo, cartillas de lectura, materiales educativos y deportivos, también se utilizó instrumentos de recolección de información como lista de cotejos, ficha de autoevaluación y observación para la evaluación formativa así lograr tener un mejor impacto en las habilidades sociales de los estudiantes. Por la coyuntura actual de la emergencia sanitaria de nuestro país y la ubicación de la institución educativa en zona rural, las sesiones fueron desarrolladas de forma presencial con todas las medidas de bioseguridad.

En referencia a la variable de Habilidades sociales es necesario referirse a la teoría psicopedagógica donde se sustenta nuestro estudio de investigación de Vygotsky (1979), donde señaló que todo aprendizaje en la escuela posee siempre una historia previa, todo niño tiene una experiencia previa antes de ingresar a la etapa escolar, por lo tanto, el desarrollo de habilidades y el aprendizaje están muy relacionados desde los primeros días de existencia del niño. Según el autor existe dos niveles evolutivos: el primero es nivel de desarrollo real, que está relacionado

a la resolución independiente de problemas, es decir que los infantes pueden realizar por sí solos lo que da conocer sus capacidades intelectuales.

El segundo es el nivel de desarrollo potencial que está determinado por la resolución bajo la guía de una persona adulta o tal vez de la colaboración de un compañero más experto, por tal razón las habilidades sociales se adquieren a muy temprana edad, a la vez no se adquieren al mismo tiempo en todas las personas, por lo que con frecuencia para quienes no tienen un desarrollado normal se le suele identificar como individuos que no socializan de forma adecuada según las expectativas que la sociedad espera. En otras palabras, la interacción social se transforma en un motor para lograr el desarrollo integral del ser humano. Es por ese motivo conceptualizar las teorías el termino habilidades sociales.

Por otro lado, Según Galarza (2012) las HH. SS son las competencias y habilidades requeridas de una persona para practicar las conductas necesarias para relacionarse e interactuar con los demás de forma asertiva, efectiva y recíprocamente. Así mismo Caballo citado por Huamán (2020), define las HH. SS como el conjunto de comportamientos y conductas efectuadas o efectuadas por una persona en un contexto de interacción con otras personas, donde dan a conocer sentimientos, emociones, deseos, opiniones actitudes, derechos respetando los comportamientos y conductas de las demás personas, esto nos permitirá resolver de forma inmediata los problemas, reduciendo la probabilidad de que aparezcan futuras dificultades.

Según Patrício, Maia & Bezerra, (2015), señalaron que actualmente existe una extensa discusión sobre el concepto de HH. SS hay autores que concuerdan en definirla como conductas asimiladas y aprendidas, de forma verbales y no verbales, enmarcada en estado situacional y cultural, mediante las cuales los individuos enuncian sus sentimientos, preferencias, necesidades, derechos y opiniones, beneficiando a las relaciones interpersonales y así lograr un ambiente biopsicosocial saludable.

En el artículo publicado por Almaraz (2019) HH. SS en niños del nivel primario, define que las HH. SS es un acumulado de conductas que permiten a las personas expresar impresiones, aspiraciones y opiniones de acuerdo con la

situación. Del mismo modo Morales y Olsa citado por Huamán (2020). Dan a conocer que las HH. SS son conductas aprendidas, que se pueden percibir en momentos donde se da la interacción, siendo el contexto o el entorno social un factor que repercute de manera directa, al igual que la cultura y la personalidad del individuo. Por lo tanto, podemos señalar que las HH. SS son medios que tiene una persona para lograr sus metas u objetivos, así mismo le permite al individuo actuar según sus intereses más primordiales, expresarse a gusto con honestidad así ejercer sus derechos propios respetando los derechos de los demás.

Para Ontoria (2018), las HH. SS se encuentra situado dentro de la inteligencia interpersonal, ya que para desarrollarla la persona requiere relacionarse con otras personas para lo cual es necesaria el desarrollo previo de otras competencias. Finalmente podemos entender que las HH. SS son conductas exteriorizadas verbales y no verbales, podemos evidenciarlas en los diferentes contextos de interacción donde se desenvuelve un sujeto con otro, es decir dando respuestas puntuales, su grado de efectividad dependerá del lugar donde se encuentre. Estas HH. SS estas son adquiridas mediante las experiencias y aprendizajes de manera complementario y otras son adquiridas a consecuencia de un entrenamiento (Tapia & Cubo, 2017).

Respecto a las dimensiones de las HH. SS desde la perspectiva de Galarza (2012), sintetiza ordenadamente en cuatro dimensiones. La primera es la asertividad, lo define como la capacidad de autoafirmar los propios derechos y respetar los derechos de los demás, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. El individuo asertivo, toma sus propias decisiones y las consecuencias de sus actos, así mismo da conocer sus sentimientos y opiniones. Por otro lado, Taghavi, Aghajani, Zamani, & Ghadirian, (2017), define la asertividad como una destreza y capacidad para dar a conocer, expresar, responder a los sentimientos, ya sean estos positivos o negativos, sin problemas de ira y ansiedad.

Por otro lado, Burbano, Pantoja, Sierra, Arias y Enríquez (2019) lo definen como un comportamiento que tiene la finalidad de perfeccionar y facilitar los procesos de comunicación entre individuos, y esto favorezca como vías para llegar a un consenso en situaciones de conflictos y en casos de oposiciones de postura.

El primer indicador de esta dimensión es: Expresión de sentimientos y emociones, y el segundo es: Respeto por sí mismo y por los demás.

La segunda dimensión es la comunicación, para Galarza (2012), lo define como un acto mediante el cual una persona establece con uno o varios contactos que le permite transferir una determinada información. Para Calderon y Balarezo, citado Bach (2017) la comunicación abarca un conjunto de conductas y competencias asimiladas o aprendidas que la persona pone en práctica en el ambiente de las relaciones interpersonales. A través de esas conductas el individuo enuncia o expresa sus sentimientos, opiniones, actitudes, aspiraciones y deseos de una manera apropiado en diferentes situación y contexto. Involucra tener esa capacidad de escucha respetando los contenidos de su oyente, lo que favorece a prevenir los problemas interpersonales y facilitando su resolución. Según el departamento de Salud de Rhode Island citado por Sanabria, (2017) define tres indicadores comunicaciones básicas, las cuales son: Comunicación asertiva, pasiva y agresiva.

La tercera dimensión es la autoestima, para Galarza (2012), es un aprecio, conducta o consideración hacia uno mismo y es la consecuencia de la historia personal. Es un conjunto de comportamientos, acciones, vivencias, que se van presentando y experimentando a través del día a día. Así mismo es un sentimiento que se da conocer siempre con hechos. Para Damas & Escobedo, (2017) es la valoración que hace una persona de sí mismo y que tiende a mantenerse; expresa una actitud de aprobación o rechazo y hasta qué punto el individuo se considera capaz, significativo, exitoso y valioso. Para la autora Peiró (2021) la autoestima considerada como es el conjunto de sentimientos, pensamientos, percepciones, evaluaciones, que se tiene respecto a uno mismo, se origina a través de las experiencias vividas, aprendizaje. No obstante, está vinculada con la apreciación personal que uno mismo realiza desde que somos niños (as) se va constituyendo la autoestima. Es en esta etapa que va adquiriendo el concepto de su propia personalidad, ideas, pensamientos y valoraciones. Los indicadores son: Autoconocimiento, autoconcepto y autovaloración.

La cuarta dimensión es la toma de decisiones, Según Galarza (2012) es el proceso de análisis y de elección entre diversas alternativas, para determinar una trayectoria a seguir. La toma de decisiones inicia identificando situaciones problemáticas que solicita efectuar una decisión, así mismo el no hacer nada también es considerada como es una decisión. Según Muñoz, citado por Aguirre y Ortega (2017). La toma de decisiones es el proceso mediante el cual un individuo realiza diferentes elecciones entre varias opciones o formas para resolver diferentes situaciones cotidianas en diferentes ambientes. Es primordial tomar en cuenta que las elecciones o decisiones pueden tener consecuencias futuras en nuestra existencia y en el ambiente que nos rodea; en un corto, mediano o largo plazo. Una gran elección será aquella que obtendrá un resultado directo sobre nuestra existencia futura. Los indicadores de esta dimensión son: Diagnóstico personal (F.O.D.A) y proyecto de vida.

Según Cheung, Siu, & Brown, (2017) el desarrollo de las HH. SS en los escolares es un tema muy trascendental porque les permiten tener seguridad, autonomía, éxito, y así lograr la felicidad en su diario vivir en su hogar, colegio y con sus compañeros (as) de salón y sus familiares; alumnos competentes en HH. SS saben el momento adecuado para utilizar en una situación complicada de conductas o comportamientos sociales, incluyendo el tono de voz, expresión corporal, tics, movimientos de manos, expresiones orales o la contestación asertivas en espacios de conflicto. Para Solórzano (2018) señala para el proceso de enseñanza-aprendizaje se debe emplear una adecuada comunicación asertiva, de esta forma favorecer al estudiante en la formación como hábitos de autonomía y convivencia ciudadana.

En la actualidad se habla mucho sobre cuáles serían las características y competencias desarrolladas en una personas que poseen HH. SS, que a la vez logran objetivos que se proponen a corto, mediano o largo plazo, es decir que sean eficaces y eficientes, capaz de ayudar a su semejante, afrontar emociones, trabajar en equipo, practicar una comunicación asertiva y así contribuir a una relación interpersonal sana; otra peculiaridad frecuente es que mantengan y mejoren su autoestima, basándose en lograr sus objetivos, siendo constantes y resilientes, Por lo tanto, es muy importante que en esta etapa de la adolescencia se adquiera

y desarrolle las HH. SS; ya que, en esta edad los escolares inician a tener nuevas expectativas y experiencias tanto a nivel escolar como laboral, de manera que necesitan tener esa habilidad o capacidad de respuesta que contribuya en sus interacciones sociales.

III.- Metodología

3.1. Tipo y diseño de investigación

El tipo de estudio que se realizó es la investigación aplicada. Según Escudero (2018), también es conocida como investigación práctica o empírica. Este tipo de estudio se caracteriza porque toma en cuenta los fines prácticos del conocimiento. La intención de este tipo de estudio es el desarrollo de un conocimiento técnico que tenga una aplicación inmediata para solucionar una situación determinada. Para Álvarez (2020) quien refiere que este tipo de estudio están orientado a la aplicación y utilización de conocimiento de una nueva información de manera sistemática, ordenada y planificada con el objetivo de poder aumentar el conocimiento de la realidad concreta de los estudiantes de 2° grado del nivel secundario.

El diseño que se aplicó en nuestro estudio de investigación fue experimental, cuya principal caracteriza es el manejo intencional de la variable independiente, esto nos llevara a analizar las consecuencias que esta manipulación tiene sobre las variables dependientes, dentro de un escenario controlado por el investigador. Dentro del diseño experimental nuestro trabajo de investigación se ubica en el sub diseño pre experimental, donde utiliza exclusivamente un grupo en el cual se lleva a cabo la intervención para lo cual se analizará la situación antes y después de la intervención del programa para observar si se presenta cualquier diferencia en el problema observado (pre test y post test). Según Sánchez et al. (2018) a un grupo de individuos se le emplea una prueba previa al estímulo o tratamiento experimental, posteriormente se le administra el tratamiento y por último se les evalúa antes y después (Pre test – Pos test).

G	01	X	02
----------	-----------	----------	-----------

3.2. Variable y operacionalización

Variable dependiente: Habilidades sociales.

Definición conceptual

Según Galarza (2012) son las competencias y habilidades requeridas de una persona para practicar las conductas necesarias para relacionarse e interactuar con los demás de forma asertiva, efectiva y recíprocamente.

Definición operacional

Para medir la variable dependiente se tomó en base a cuatro dimensiones, donde la primera dimensión referida a la asertividad considera 02 indicadores los cuales fueron medidos en 12 ítems, para la segunda dimensión comunicación considera 03 indicadores los cuales fueron medidos en 09 ítems, para la tercera dimensión autoestima considera 03 indicadores los cuales fueron medidos en 12 ítems, para la cuarta dimensión toma de decisiones considera 03 indicadores los cuales fueron medidos en 09 ítems. (ver anexo 02).

Indicadores

Asertividad

Expresión de sentimientos y emociones.

Respeto por sí mismo y por los demás.

Comunicación

Comunicación asertiva.

Comunicación pasiva.

Comunicación agresiva.

Autoestima

Autoconocimiento.

Auto concepto.

Autovaloración.

Toma de decisiones

Diagnóstico personal (F.O.D.A)

Proyecto de vida

3.3. Población

Según Hernández et al. (2014) señala que la población que es el conjunto de persona u objetos que se desea conocer en un estudio de investigación.

Para la presente investigación la población o universo fue conformada por los estudiantes de la I.E del nivel secundario de la comunidad de Pataquehuar que hacen un total de 128 estudiantes matriculados en el año escolar 2021.

Criterios de inclusión: Todos los estudiantes de la institución educativa de la comunidad de Pataquehuar, distrito de Quiquijana, provincia de Quispicanchi, región Cusco.

Criterio de exclusión: Se excluyó a los estudiantes que corresponde a 1°, 3°, 4°, 5° grado del nivel secundario.

Muestra

La muestra es entendida como un subconjunto de la población conformado por unidades de análisis. La muestra de nuestro trabajo de investigación fueron estudiantes del VI ciclo que corresponde a 2° grado que hacen un total de 17 estudiantes.

Tabla 01

Muestra de estudiantes

Grado	Sección	Cantidad de estudiante
Segundo grado	A	17

Nota: Nomina del SIAGIE 2021

Muestreo

El muestreo que se ha empleado es en un primer momento es aleatorio simple. Según Tamara et al. (2017) quien menciona que el muestreo probabilístico aleatorio simple certifica que todos los sujetos que son parte de la población tienen la misma posibilidad de ser parte en la muestra. Por lo tanto, podemos señalar que una muestra simple aleatoria es aquella en que cada componente de la población tiene la misma oportunidad de ser incluidos en la muestra.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Según Rodríguez e Ibarra citado por Hamodi et al. (2015) la técnica es la estrategia que maneja o utiliza el evaluador para recabar información sistemática sobre el objeto evaluado. Los instrumentos la precisan como herramientas reales y visibles manejadas por investigador que evalúa para organizar y sistematizar sus estimaciones o valoraciones sobre los diferentes aspectos. Para la presente investigación se empleará como técnica la encuesta, en referencia al instrumento se utilizará el cuestionario.

Para la presente investigación se empleó como técnica la encuesta, según Bernal (2018) quien refiere que la encuesta es un instrumento de la investigación con la finalidad de recabar o tener información de las personas encuestadas a través del uso de preguntas abiertas, cerradas, alternativas múltiples sobre diferentes aspectos como sus opiniones, ideas, posturas, conocimientos, comportamientos, rendimientos, actitudes.

En referencia al instrumento que se aplicó para nuestra investigación es el cuestionario de habilidades sociales, dicho instrumento tuvo 42 ítems; con alternativas de opción múltiple, en cuanto a las distribuciones de los ítems del 1 al 12 corresponden a la dimensión de asertividad, desde 13 al 21, a la dimensión de comunicación; del 22 hasta la pregunta 33 referido a la dimensión de autoestima y finalmente del 34 al 42 corresponden a la dimensión de toma de decisiones para lo cual se deben responder acorde a 05 formas de afirmación:

N: nunca, **RV:** rara vez, **AV** a veces, **AM:** a menudo y **S:** siempre, con el propósito de lograr una prevalencia cuantificable en la calificación.

(ver anexo 03)

Validez

Desde la perspectiva de Corral citado por Palacios (2017) define que la validez, es al grado en que una prueba sometida a un instrumento nos proporciona una información apropiada y coherente, así mismo a continuación detallamos el tipo de validación.

Validez de contenido, es la validez racional o lógica que establece en qué nivel una medida representa a cada elemento de un constructo. Para Parrado (2016) la validez es el nivel en que el instrumento representa la totalidad del fenómeno que se pretende evaluar.

Para el presente estudio de investigación se tomó en cuenta la validez de contenido por juicio de expertos, que validaron la pertinencia, relevancia y claridad donde los expertos se consideraron fueron:

Tabla 02

Juicio de expertos

Experto	Resultados
Mg. Boy Barreto, Ana Maritza	Aplicable
Dr. Ayala Asencio, Carlos Enrique	Aplicable
Mg. Condorcahua Rodriguez, Livia Zulema	Aplicable
Mg. Callohuanca Mamani, Walter	Aplicable
Mg Chacón Huancachoque, Waldir	Aplicable

Nota: Anexo validación de expertos.

(ver anexo 04)

Confiabilidad

La aplicación de la prueba piloto del cuestionario fue aplicada a estudiantes del VI ciclo de 2° grado de secundaria de otras I.E del distrito, la prueba pilotos fue aplicada por el formulario google. Esto permitió tener un contacto virtual de forma inmediata con los encuestados de esta forma conocer que el sentido del cuestionario y percibir los resultados esperados. La confiabilidad es el nivel en que un instrumento ocasiona resultados sólidos y coherentes. Es muy importante valorar la confiabilidad del instrumento de cálculo, solo así se verificará que la investigación es seria y arroja resultados reales.

Para obtenerla la confiabilidad del instrumento se realizó el análisis de los datos a partir de los ítems y de contenido, luego se procedió a calcular el coeficiente de alfa de Cronbach. Según Sánchez et al. (2018) señala que el coeficiente de alfa de Cronbach es un indicador estadístico que se utiliza para evaluar el grado de confiabilidad de consistencia interna de un instrumento que contiene una lista de reactivos. Se expresa en término de correlaciones que van desde -1 a $+1$. Generalmente se aplica a reactivos que son de respuestas politómicas, es decir, que aceptan más de dos alternativas de respuesta.

La confiabilidad del instrumento se obtuvo a través de una prueba piloto del alfa de Cronbach cuyos valores se describirán de la siguiente manera: En la primera dimensión se tiene un puntaje de 0.728, en la segunda dimensión se tiene un puntaje de 0.978, en la tercera dimensión se tiene un puntaje de 0.81 y cuarta dimensión se tiene un puntaje de 0.783 indicándonos que es altamente confiable. (ver anexo 05)

3.5. Procedimiento

Para la recolección de datos se realizó previo un trámite administrativo respectivo, para lo cual se envió una solicitud dirigida a la dirección general de la I.E con la finalidad de conseguir la autorización para la realización la investigación y coordinaciones respectivas para la programación de las fechas y horarios de recolección de datos, autorización y consentimiento de los padres de familia, aplicación del pre y post cuestionario de habilidades sociales a todos los estudiantes consideradas en el grupo experimental y desarrollo del programa integrado de intervención.

3.6. Método de análisis de datos

Los datos recolectados fueron procesados en un software de apoyo como SPSS versión 25, donde procesaremos esos datos para hacer un análisis descriptivo que constituirá que a través de tablas y figuras presentar las frecuencias y porcentajes de los datos que tenemos recolectados y para la estadística inferencial en la que incluirá la prueba de hipótesis trabajaremos con una significancia de un 5 % que equivale a un 0,05 para lo cual se utilizó la prueba de Wilcoxon.

3.7 Aspectos éticos

Los aspectos éticos del estudio de investigación representan un gran desafío y una gran responsabilidad. Para el desarrollo de nuestro trabajo de investigación se contó con la autorización de los apoderado y padres de familia para la participación de su menor hijo o hija en la investigación, así mismo para la aplicación del programa integrado de intervención, se tuvo en cuenta otros aspectos éticos como respetar el anonimato de las personas encuestadas, contar con el consentimiento del director de la institución educativa, respetar las ideas que presentan otros autores para lo cual se referenciaron y los resultados obtenidos en la investigación fueron fidedignos.

IV.- Resultados

4.1 Descripción de resultados

Respecto a los resultados descriptivos se tiene lo siguiente:

Tabla 03

Resultado de la variable Habilidades Sociales

Pre test		
Nivel	N°	%
Muy bajo	3	17,6 %
Bajo	12	70,6 %
Promedio	2	11,8 %
Alto	0	0 %
Muy alto	0	0 %
TOTAL	17	100 %

Pos test		
Nivel	N°	%
Muy bajo	0	0%
Bajo	0	0%
Promedio	0	0%
Alto	15	88,2%
Muy alto	2	11,8%
TOTAL	17	100%

Nota: Base de datos

De acuerdo a los datos mostrados en la tabla respecto a la variable habilidades sociales en los estudiantes de segundo grado de secundaria de una institución educativa de Cusco en cuanto al pre test el 17,6% se encuentran en un nivel muy bajo, lo que significa que los estudiantes son inseguros, pasivos, presentan dificultad para trabajar en equipo, expresar sus emociones, a conocer sus propias iniciativas, comunicar sus ideas, resolver conflictos, tampoco defienden y hacen prevalecer sus derechos, mientras en nivel bajo el 70,6% y solo el nivel promedio el 11,8% respecto al desarrollo de sus habilidades sociales.

En cuanto al pos test se observa que el 88,2% está en un nivel alto y en el nivel muy alto el 11,8% respecto al desarrollo de sus habilidades sociales; lo que significa que ahora ellos desarrollaron competencias de escucha activa, comportarnos de forma asertiva, incrementen su nivel de autoestima, habilidades para resolver situaciones, reconocer y expresar sus emociones y sentimientos en

forma adecuada. Por lo cual se infiere que la aplicación del programa integrado permite mejorar las HH. SS en los estudiantes.

Respecto a los resultados descriptivos de las dimensiones de las HH. SS en pre test y pos test, se tiene lo siguientes resultados:

Tabla 04

Resultado de las dimensiones

Pre test								
Nivel	D1		D2		D3		D4	
	Asertividad		comunicación		Autoestima		Toma de decisiones	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	10	58,8%	06	35,3 %	06	35,3 %	03	17,6 %
Bajo	05	29,4%	09	52,9 %	09	52,9%	14	82,4 %
Promedio	02	11,8%	02	11,8 %	02	11,8 %	0	0%
Alto	0	0 %	0	0%	0	0%	0	0%
Muy alto	0	0 %	0	0%	0	0%	0	0%
TOTAL	17	100 %	17	100%	17	100%	17	100%

Pos test								
Nivel	D1		D2		D3		D4	
	Asertividad		comunicación		Autoestima		Toma de decisiones	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Muy bajo	0	0 %	0	0 %	0	0%	0	0%
Bajo	0	0 %	0	0 %	0	0%	0	0%
Promedio	0	0 %	0	0 %	0	0%	0	0%
Alto	17	100 %	17	100 %	16	94,1 %	17	100 %
Muy alto	0	0%	0	0%	01	5,9 %	0	0%
TOTAL	17	100%	17	100%	17	100%	17	100%

Nota: Base de datos

De acuerdo a los datos mostrados en la tabla N° 04 respecto a la dimensión de asertividad se observa que el 58,8% de los estudiantes se encuentran en el nivel muy bajo, el 29,4% de ellos se encontraban en el nivel bajo y que solo el 11,8% se encontraban en nivel promedio, lo que significa que demuestran dificultad para expresar sentimientos, emociones que les permitan relacionarse mejor con los demás de forma asertiva. Respecto a la dimensión de comunicación se observa que el 35,3% de los estudiantes se encuentran en el nivel muy bajo, el 52,9% de ellos se encontraban en el nivel bajo y que solo el 11,8% se encontraban en el nivel promedio, lo que significa que presentan dificultad en reconocer los tipos de comunicación pasivo, agresivo y asertivo. Por otro lado, el resultado acerca de la dimensión autoestima el 35,3% de los estudiantes se encontraban en el nivel muy bajo, el 52,9% de ellos se encuentran en el nivel bajo y que solo el 11,8% se encuentran en el nivel promedio, lo que significa que demuestran dificultad en la identificación de sus las características positivas y negativas de su comportamiento y se acepten físicamente, favoreciendo su autoestima. Por último, el resultado en la dimensión toma de decisiones en el pre test se observa que el 17,6% de los estudiantes se encontraban en el nivel muy bajo, mientras el 82,4% de ellos se encontraban en el nivel bajo, lo que significa que tienen dificultad en reconocer, aplicar los pasos del proceso de toma de decisiones y elaboración de sus proyectos de vida.

Los resultados en el pos test en la dimensión de asertividad demuestran que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto, por lo cual se puede deducir que la aplicación de programa integrado en los estudiantes permite mejorar su capacidad de autoafirmación de sus propios derechos y respetando los derechos de los demás, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. Por otro lado, los resultados en la dimensión de comunicación señalan que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto, observándose en ellos su capacidad para enunciar o expresar sus sentimientos, opiniones, emociones y deseos de una manera apropiado en diferentes situación y contexto, lo que involucra tener una capacidad de escucha activa. Los resultados en la dimensión de autoestima demuestran que el 94.1% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto y el 5,9% se encuentran en el nivel muy alto, observándose en los estudiantes el autoconocimiento, autoconcepto y autovaloración de su propia personalidad.

Finalmente, los resultados en la dimensión de toma de decisiones, se observa que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto. Por lo cual se puede deducir que los estudiantes identifican situaciones problemáticas para efectuar una decisión apropiada y así promover la elaboración de sus proyectos de vida.

Respecto a la prueba de la hipótesis general y específicas planteadas se utilizó la prueba de Wilcoxon.

Tabla 05

Prueba de hipótesis general

		N	Rango promedio	Suma de rangos	Estadísticos de contraste	
POS TEST	Rangos negativos	0	,00	,00	Z	-3,623
	Rangos positivos	17	9,00	153,00		
	PRE TEST	Empates	0			Sig. Asintótica (bilateral)
TOTAL		17				

Nota: Base de datos

Se tiene que de acuerdo al nivel de significancia el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,623$, por lo tanto, permite afirmar que la aplicación del programa integrado basado en la neurociencia mejoró el desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de segundo grado de secundaria.

En cuanto a los resultados obtenidos en las hipótesis específicas se tiene que:

Tabla 06

Estadísticos de pruebas de las hipótesis específica

	Asertividad	Comunicación	Autoestima	Toma de decisiones
	Pos test	Pos test	Pos test	Pos test
	Pre test	Pre test	Pre test	Pre test
Z	-3,627	-3,642	-3,635b	-3,633
Sig. Asintótica (bilateral)	,000	,000	,000	,000

Nota: Base de datos

La tabla 06 muestra respecto al estadístico de pruebas de las hipótesis específicas, en la primera hipótesis específica se tiene que de acuerdo al nivel de significancia el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,627$, en la segunda hipótesis se tiene que de acuerdo al nivel de significancia el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,642$, en la tercera hipótesis se tiene que de acuerdo al nivel de significancia el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,635$ en cuarta hipótesis específica se tiene que de acuerdo al nivel de significancia el valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,633$ por lo tanto, permite afirmar que la aplicación del programa integrado basado en la neurociencia mejoró el desarrollo de las dimensiones en los estudiantes de segundo grado de del nivel secundario.

V.- Discusión

Con base en los resultados obtenidos en la presente investigación la cual permitió determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. A continuación, presento una breve discusión sobre los hallazgos, contraposición teórica y los postulados de mis antecedentes de investigación previas.

Se evidencia que en pre test los estudiantes se ubicaron en un nivel muy bajo con un 17,6% en cuanto al desarrollo de las habilidades sociales, así mismo se aplicó el programa integrado para posteriormente evaluar el pos test donde se evidenció que el 88,2% está en un nivel alto y en el nivel muy alto el 11,8%, concluyéndose que la aplicación del programa integrado basando en la neuromotricidad mejora el desarrollo de las habilidades sociales de 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

Es preciso señalar lo sostenido por Caballo citado por Huamán (2020), quien refiere que las habilidades sociales es el conjunto de comportamientos y conductas efectuadas o efectuadas por una persona en un contexto de interacción con otras personas, donde dan a conocer sentimientos, emociones, deseos, opiniones actitudes, derechos respetando los comportamientos y conductas de las demás personas, ya que ello fue lo que se mejora gracias a la intervención del programa de mi investigación.

En este mismo sentido Carrillo (2016) quien comprobó que la aplicación de un programa de intervención logró alcanzar mejoras positivas en el desarrollo de las habilidades sociales, así mismo ha permitido que los estudiantes cambien su comportamiento y actitudes que tenían anteriormente después de haber sido participe del programa.

Con respecto al primer objetivo específico que fue determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo del asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, se comprobó que un 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto. En este

sentido Fajardo (2018) concluyo que su grupo experimental de estudiantes logró alcanzar mejoras significativas en esta misma dimensión.

Es preciso señalar lo sostenido por Galarza (2012), define el asertividad como la capacidad de autoafirmar los propios derechos y respetar los derechos de los demás, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás. El individuo asertivo, toma sus propias decisiones y las consecuencias de sus actos, así mismo da conocer sus sentimientos y opiniones. Al respecto Reolid (2015) quien luego de aplicar su programa para mejorar las habilidades sociales concluye que los estudiantes no presentan déficit en la dimensión de asertividad.

El segundo objetivo específico fue determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, al respecto se concluyó que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto. Es preciso señalar lo sostenido por Calderon y Balarezo, citado Bach (2017) que la comunicación abarca un conjunto de conductas y competencias asimiladas o aprendidas que la persona pone en práctica en el ambiente de las relaciones interpersonales.

A través de esas conductas el individuo enuncia o expresa sus sentimientos, opiniones, actitudes, aspiraciones y deseos de una manera apropiado en diferentes situación y contexto. Involucra tener esa capacidad de escucha respetando los contenidos de su oyente, lo que favorece a prevenir los problemas interpersonales y facilitando su resolución. Un resultado similar obtuvo Aguirre y Ortega (2017) quien luego de aplicar su programa de normas de convivencia en 32 estudiantes del V ciclo, evidenció un impacto significativo en la dimensión de comunicación.

En cuanto al tercer objetivo específico fue determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, se comprobó que el 94.1% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto y el 5,9% se encuentran en el nivel muy alto, observándose en los estudiantes el autoconocimiento, autoconcepto y autovaloración de su propia personalidad.

Se corrobora con el estudio de Huamán (2020), quien obtuvo mejores significativas en la dimensión de autoestima luego de la aplicación de un programa

de intervención a 96 estudiantes, también es preciso señalar lo sostenido por Peiró (2021) la autoestima considerada como es el conjunto de sentimientos, pensamientos, percepciones, evaluaciones, que se tiene respecto a uno mismo, se origina a través de las experiencias vividas, aprendizaje. Similar resultado obtuvo Pereira et al. (2018) al llegar también a evidenciar que la aplicación de su programa aplicado mejoró el desarrollo de las habilidades sociales.

El cuarto objetivo específico hace referencia a determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. Al respecto se concluyó que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto. Un resultado parecido consiguió Alcántara (2017) quien ejecutó su estudio de investigación con objetivo principal de determinar la influencia de un programa de intervención pedagógica para mejorar las HH. SS de los estudiantes del VII ciclo del nivel secundario, dentro de los resultados alcanzados un nivel bueno en la dimensión de toma de decisiones.

Es preciso señalar lo sostenido por Muñoz, citado por Aguirre y Ortega (2017). La toma de decisiones es el proceso mediante el cual un individuo realiza diferentes elecciones entre varias opciones o formas para resolver diferentes situaciones cotidianas en diferentes ambientes. Al respecto Gálvez (2017) en su estudio de investigación ratifica la aplicación del programa de intervención mejora las HH. SS de los educandos.

En cuanto a las fortalezas de la metodología de nuestro estudio de investigación, la aplicación del pre test permitió ver en qué nivel de desarrollo de habilidades sociales se ubicaban a un inicio los estudiantes antes de la intervención del programa integrado. La aplicación del post test permitió verificar después de la intervención el incremento del desarrollo y la mejora de las habilidades sociales de los estudiantes, así mismo permitió comparar los resultados obtenidos estadísticamente.

La aplicación del programa integrado permitió que los estudiantes mejoren sus habilidades en el uso y manejo de la TIC, así mismo explorar nuevas formas de comunicación con sus pares, profesores y familiares, también permitió que los

estudiantes elaboren sus propios materiales educativos, organizadores gráficos, así mismo les brindó espacios para la práctica de valores y hábitos saludables respetando los protocolos de bioseguridad por la emergencia sanitaria de nuestro país.

Por otro lado, las debilidades presentadas durante el proceso de investigación es necesario mencionar que el tiempo fue un factor limitante que no permitió que se desarrollasen más sesiones del programa integrado, también el difícil acceso de medios de transporte y de comunicación para llegar a la institución educativa por su ubicación en zona rural, otra dificultad que se evidenció fue la timidez y desconfianza con la que los estudiantes comenzaron el desarrollo del programa, estas y otras dificultades se presentaron a consecuencia de las restricciones y medidas por la emergencia sanitaria de nuestro país, sin embargo, los resultados obtenidos ayudaron a establecer que el programa integrado contribuyó a la mejora del desarrollo de las HH.SS de los estudiantes del VI ciclo de una institución educativa.

La relevancia de nuestro estudio de investigación servirá para brindar sustento teórico, práctico y metodológico para futuras investigaciones de modo tal, que se puede considerar como un antecedente de investigación, así mismo el presente estudio tomó como punto de partida una realidad problemática visible, la cual implicó que se plantearan las preguntas de investigación, objetivos, hipótesis que conllevaron a evidenciar la importancia de la aplicación del programa integrado para desarrollar las HH.SS, para lo cual tuvo un sustento teórico de la neuromotricidad que es la ciencia que estudia la relación entre la neurociencia y la motricidad, teniendo en cuenta la parte psicomotriz del movimiento. El desarrollo de motricidad en los estudiantes a través de juegos, ejercicios y actividades es fundamental en la etapa escolar, mucho más aun en los estudiantes de las zonas rurales porque en esta etapa logran concretizar su desarrollo de HH. SS, emocionales, motriz (expresión, percepción corporal)

Por todo lo mencionado anteriormente podemos concluir que nuestro estudio de investigación se desarrolló en un contexto científico social.

VI.- Conclusiones

Primera

El programa integrado basado en la neuromotricidad mejoró el desarrollo de las habilidades sociales debido a que existen diferencias significativas entre el pre test y pos test aplicados; en el cual se observó que en los 17 estudiantes surgió la mejora de la intervención, obteniéndose en valor de $p = ,000$, el cual es $< 0,05$, y el resultado de la prueba de rangos negativo es $Z = -3,623$, confirmando la aplicación del programa integrado en las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

Segunda

En cuanto a la dimensión de asertividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, el pos test arroja que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto, reflejando la efectividad de la aplicación del programa integrado, mejorando así el desarrollo de las habilidades de autoafirmación de sus propios derechos respetando los derechos de los demás.

Tercera

En cuanto a la dimensión de comunicación en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, el pos test arroja que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto, reflejando la efectividad de la aplicación de programa integrado, mejorando sus competencias para expresar sus sentimientos, opiniones, emociones y deseos, lo que involucra tener una capacidad de escucha activa, facilitando la práctica de una comunicación más asertiva.

Cuarta

En cuanto a la dimensión de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, el pos test arroja que el 94.1% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto y el 5,9% se encuentran en el nivel muy alto, reflejando la efectividad de la aplicación de programa integrado, mejorando sus habilidades de autoconocimiento, autoconcepto y autovaloración de su propia personalidad.

Quinta

En cuanto a la dimensión de toma de decisiones en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021, el pos test arroja que el 100% de los estudiantes se encuentran en el nivel alto, reflejando la efectividad de la aplicación del programa integrado, mejorando su desarrollo de las habilidades para identificar situaciones problemáticas para efectuar una decisión apropiada y así promover la elaboración de sus proyectos de vida.

VII.- Recomendaciones

Primera

Al equipo directivo de institución educativa coordinar con la UGEL y la municipalidad distrital para desarrollar programas de intervención orientados al desarrollo de habilidades sociales ya que la mayoría de estudiantes de primero, tercero, cuarto y quinto grado presentan niveles bajos de habilidades sociales, siendo importantes para su formación integral como persona.

Segunda

Al equipo directivo, docentes y AMAPAFAs organizar y desarrollar actividades, concursos, juegos orientados a la mejora de las habilidades asertivas, como debates, talleres, capacitaciones, participación activa en los juegos florares, escolares, actividades sociomotrices u otras actividades que motiven en los estudiantes diferentes habilidades sociales.

Tercera

A los docentes y tutores de grado implementar desarrollar dentro de sus sesiones de aprendizaje, espacios pequeños de actividades de neuromotricidad como juegos, ejercicio de respiración, dinámicas para poder expresar sus emociones, sentimientos ideas, opiniones y desarrollar su expresión corporal con la finalidad de mantener y conservar una salud mental y física que repercuta positivamente en su logro de aprendizajes significativos y habilidades sociales.

Cuarta

Al coordinador de tutoría, docentes departamento de psicología se recomienda considerar la implementación de diversas estrategias dentro del plan anual para el desarrollo de habilidades sociales como talleres de cine, teatro, danza, encuentros familiares entre padres e hijos (as) para elevar su nivel de autoestima de los estudiantes.

Quinta

A los estudiantes buscar oportunidades, equipos o estrategias que les ayuden a mejorar sus habilidades de toma de decisiones, dichos equipos se dan a través de las organizaciones aliadas de las instituciones educativas que fomenten la participación, liderazgo, representación como estudiantes voluntarios.

Referencias

Alcántara, J. (2017). *Programa de intervención pedagógica para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes del VII Ciclo*. Tesis de maestría. Lima Perú. Universidad Cesar Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12805/Lau_DY.PDF?sequence=1&isAllowed=y

Aguirre, S. Ortega, J. (2017). *Programa basado en normas de convivencia democrática para mejorar las habilidades sociales de los niños y niñas del V ciclo de educación primaria*. Tesis de maestría. Lima Perú. Universidad Cesar Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/16831/Aguirre_BSI%20-%20Ortega_BJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Almaraz F., Coeto, G., Camacho, E. (2019). *Habilidades sociales en niños de primaria*. IE Revista de Investigación Educativa de la REDIECH 2019, 10(19),191-206. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521658239012>

Álvarez R., A. (2020) *Clasificación de las Investigaciones*. Facultad de Ciencias Empresariales y Económicas Carrera de Negocios Internacionales. Universidad de Lima.

Briones, Y. (2017). *Habilidades sociales según el género en estudiantes del nivel secundario del Colegio adventista Puno*. Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/702/Yesenia_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Burbano, L., Pantoja, M., Sierra, J., Arias, W., & Enríquez, J. (2019). *Impacto de un programa de intervención en la asertividad de estudiantes adolescentes de dos preuniversitarios*. Espacios, 40(21), 21-26. Obtenido <http://www.revistaespacios.com/a19v40n21/19402126.html>

- Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (6a ed.). Madrid: Siglo XXI.
- Carrillo, G.B. (2016). *Validación de un programa lúdico para la mejora de las habilidades sociales en niños de 9 a 12 años*. Granada: Universidad de Granada, 2016. <http://hdl.handle.net/10481/43024>
- Cerquera & Pabón D.K. (2015). *Modelo de intervención psicológica en resiliencia para cuidadores informales de pacientes con Alzheimer*. *Diversitas: Perspectiva Psicológica*, 11(2), 181-192. doi: <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0002.01>
- Chanco, D., & Ramos, S. (2018). *Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes del nivel secundario de la institución educativa San Antonio de Jicamarca - San Juan de Lurigancho*. Universidad Privada de Norbert Wiener, Perú.
- <http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1472/TITULO-RamosMorán%2CYulissaSeiby.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cheung, P., Siu, A., & Brown, T. (2017). *Measuring social skills of children and adolescents in a Chinese population: Preliminary evidence on the reliability and validity of the translated Chinese version of the Social Skills Improvement System-Rating Scales (SSIS-RS-C)*. *Research in Developmental Disabilities*, 60(1), 187-197. doi:<https://doi.org/10.1016/j.ridd.2016.11.019>
- Consejo Nacional de Educación (2020). *Proyecto Educativo Nacional al 2036: el reto de la ciudadanía plena*. Lima, julio de 2020. Pág. 76
- Dionisio A. Y. (2017). *Habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de la I.E. San Martín de Porres del distrito de Matacoto -Yungay, 2017*. Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo de Perú.
- https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/29550/dionisio_al.pdf?sequence=1

Escudero C., Cortez L. (2018). *Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica*. Editorial UTMACH. Machala Ecuador. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14207/1/Cap.1-Introducci%C3%B3n%20a%20la%20investigaci%C3%B3n%20cient%C3%ADfica.pdf>

Fajardo, N. (2018). *Programa cognitivo conductual en las habilidades sociales de los alumnos de una institución educativa privada*. Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo de Perú.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/25953>

Fernández Ballesteros, R. (1996). *Cuestiones conceptuales básicas en evaluación de programas*. En R. Fernández-Ballesteros (Ed.). *Evaluación de Programas. Una guía práctica en ámbitos sociales, educativos y de salud* (pp.21-47). Madrid: Síntesis.

Galarza, C. (2012). *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N Fe y Alegría 11, Comas-2012*. Universidad Nacional Mayor de San Marco de Perú.

<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/988>

Gálvez Q. L. (2017). *Programa de habilidades sociales en adolescentes de la Institución Educativa "Luis Armando Cabello Hurtado" Manzanilla - Cercado de Lima*. Tesis de maestría, Universidad Cesar Vallejo de Perú.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8626/G%c3%a1lvez_QLL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

González, F. C., Ampudia A., Guevara Y. (2012). *Programa de intervención para el desarrollo de habilidades sociales en niños institucionalizados*. *Acta Colombiana de Psicología*. 2012, 15(2), 43-52

Disponible en: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=79825836008>

Guerrero, D. (2016). *Estudio sobre neuromotricidad y lateralidad de niños y niñas de la etnia Nukak Makú*. [tesis de maestría. Universidad Internacional de Rioja de Colombia.

<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4587/GUERRERO%20ROMERO%2C%20DELLYS%20ERADYS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hamodi, C., López V., López, A. (2015) *Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. Artículo*. Perfiles educativos vol.37 no.147 México 2015

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Artículos académicos México D.F.: McGraw-Hill.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982015000100009

Huamán, L. (2020). *Habilidades sociales en los estudiantes de sexto grado de primaria de dos instituciones educativas del callao 2019*. Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola de Perú.

http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10393/1/2020_Huam%C3%A1n%20Pretell.pdf

Lacunza, A. B. (2011). *Las intervenciones en habilidades sociales: revisión y análisis desde una mirada salugénica*. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán. Users/MARIA/Downloads/367-Texto%20del%20art%C3%ADculo-1355-1-10-20150731%20(1).pdf

Lopes, R. S. (2021). Programa de entrenamiento en habilidades sociales en adolescente con Trastorno del Espectro Autista: Escuela de lenguaje - Fábrica de palabras. Universidad Adventista de Bolivia. Revista Boliviana de educación Vol. 3 Núm. 4 (2021)

<https://revistarebe.org/index.php/rebe/article/view/286/853>

- Martinez, R. S., et al. *Perfiles resilientes y su relación con las habilidades sociales en personas con discapacidad motora*. Behavioral Psychology/Psicología Conductual, vol. 23, no. 1, 2015, p. 35.
- Morales, F. & Olsa, M. (2001). *Psicología Social y Trabajo Social*. España: McGraw Hill. <https://dialnet.unirioja.es/servlet>
- Muñoz. (2014). *La importancia de la asertividad en la comunicación*. Tesis de maestría. Universidad César. Lima, Perú. Disponible en <https://repositorio.ucv.edu.pe>
- Murillo, W. (2008). La investigación científica. Consultado el 18 de abril de 2008. Disponible en [http://www.monografias.com/trabajos15/investigacion/investigacion.shtm](http://www.monografias.com/trabajos15/investigacion/investigacion/investigacion.shtm)
- Ontoria, M. (2018). *Habilidades Sociales*. Editorial Editex. Edición, 1ª ed. Madrid España. <https://www.agapea.com/Mercedes-Ontoria-Millan/Habilidades-sociales-9788491613886-i.htm>
- ONU (2020) *Infancia y Jóvenes 2020. Informe del Fondo de la ONU*. <https://news.un.org/es/story/2020/09/1479942>
- Otzen T. & Manterola C. (2017) *Técnicas de muestreo sobre una población a estudio*. Int. J. Morphol. Sampling Techniques on a Population Study. Universidad de La Frontera, Temuco, Chile.
- Patrício, M, María, F, & Bezerra, C. (2015). *Las habilidades sociales y el comportamiento infractor en la adolescencia*. Subjetividad y Procesos Cognitivos. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092018000300144&lang=es
- Pereira, Prette y Romera (2018). *Habilidades sociales para adolescentes*. Social skills program for adolescents in preparing for work. *Psicología Escolar e Educativa*, 22(3), 573-581. <https://dx.doi.org/10.1590/2175-35392018035449>.

- Peiró, R. (2021) L. Peiro, R. Ibarra. *Autoestima*. Pro Evolution Soccer 2021 stats for Ecuador Left Wing Forward L. Peiro (R. Ibarra) (72 rating). Economipedia.com. Master<https://www.pesmaster.com> › l-peiro › pes-2021 › player
- Quiñones, H. T. (2020). *Habilidades sociales y estrategias didácticas para la formación del liderazgo desde la educación básica/Social*. Revista Educación. <https://revistas.ucr.ac.cr> › educación › article › view.
- Reolid, V. (2015). *Propuesta de un programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales en adolescentes*. Tesis de maestría, Universidad Jaume. http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/142985/TFM_2014_reolidV.pdf?sequence=1
- Solorzano, R. (2018). *El impacto de la comunicación asertiva docente en el aprendizaje auto dirigido de los estudiantes*. Revista Universidad y Sociedad, 10(1), 187-194. Obtenido de <http://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus>
- Tapia, C., & Cubo, S. (2017). *Habilidades sociales relevantes: percepciones de múltiples actores educativos*. Magis. Revista Internacional de Investigación en Educación, 9(19), 133-148. <https://www.redalyc.org/pdf/2810/281052678007.pdf>
- Valdés, R. y Gómez, I. (2019). *Competencias y prácticas de liderazgo escolar para la inclusión y la justicia social*. Perspectiva Educativa, 58(2), 47-68. Recuperado de <https://bit.ly/2vOwF55>
- Vygotsky, L. S. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Buenos Aires: Grijalbo <https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf>
- Reolid, V. (2015). *Propuesta de un programa de intervención para la mejora de las habilidades sociales en adolescentes*. Tesis de maestría, Universidad Jaume. http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/142985/TFM_2014_reolidV.pdf?sequence=1

ANEXO 01: Matriz de consistencia de tesis

TÍTULO: Programa integrado en las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODO				
¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021?	Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.	La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021	VARIABLE INDEPENDIENTE Programa integrado	<p>Investigación aplicada. El diseño experimental Pre experimental</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;">G</td> <td style="text-align: center;">01</td> <td style="text-align: center;">X</td> <td style="text-align: center;">02</td> </tr> </table>	G	01	X	02
G	01	X	02					
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICOS						
<ul style="list-style-type: none"> ❖ ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora la asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021? ❖ ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021? ❖ ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021? ❖ ¿De qué manera la aplicación del programa integrado mejora la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021? 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ Determinar de qué manera la aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la asertividad de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la comunicación de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la autoestima de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. ❖ La aplicación del programa integrado mejora el desarrollo de la toma de decisiones de los estudiantes 2° de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. 	VARIABLE DEPENDENTE Habilidades Sociales	<p>POBLACIÓN. Para la presente investigación la población o universo estará conformada por los estudiantes de la I.E del nivel secundario de la comunidad de Pataquehuar que hacen un total de 128 estudiantes matriculados en el año escolar 2021.</p> <p>MUESTRA 17 estudiantes de 2° grado</p> <p>TECNICAS Encuestas</p> <p>INTRUMENTOS Cuestionario de Habilidades Sociales.</p>				

ANEXO 02: Matriz de operacionalización de variables

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES DE EVALUACIÓN
Habilidades sociales	<p>Caballo citado por Huamán (2020) define las Habilidades Sociales como el conjunto de comportamientos y conductas efectuadas o efectuadas por una persona en un contexto de interacción con otras personas, donde dan a conocer sentimientos, emociones, deseos, opiniones actitudes, derechos respetando los comportamientos y conductas de las demás personas, esto nos permitirá resolver de forma inmediata los problemas, reduciendo la probabilidad de que aparezcan futuras dificultades.</p> <p>Según Galarza (2012) las Habilidades Sociales son las competencias y habilidades requeridas de una persona para practicar las conductas necesarias para relacionarse e interactuar con los demás de forma asertiva, efectiva y recíprocamente.</p>	<p>Para medir la variable dependiente se tomara en base a cuatro dimensiones, donde la primera dimensión referida a la asertividad considera 02 indicadores los cuales serán medidos en 12 ítems, para la segunda dimensión comunicación considera 03 indicadores los cuales serán medidos en 09 ítems, para la tercera dimensión autoestima considera 03 indicadores los cuales serán medidos en 12 ítems, para la cuarta dimensión toma de decisiones considera 03 indicadores los cuales serán medidos en 09 ítems (ver anexo 02).</p>	<p>ASERTIVIDAD: Según Galarza (2012), lo define como la capacidad de autoafirmar los propios derechos y respetar los derechos de los demás, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Expresión de sentimientos y emociones. ❖ Respeto por sí mismo y por los demás. 	(1-12) 12	Ordinal/Likert 1.- NUNCA 2.- RARA VEZ 3.- A VECES 4.- A MENUDO 5.- SIEMPRE	<p>MUY BAJO 42- 75</p> <p>BAJO 76- 109</p> <p>PROMEDIO 110- 143</p> <p>ALTO 144- 177</p> <p>MUY ALTO 178- 210</p>
			<p>COMUNICACIÓN: Galarza (2012), lo define como un acto mediante el cual una persona establece con uno o varios contactos que le permite transferir una determinada información.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Comunicación asertiva ❖ Comunicación pasiva ❖ Comunicación agresiva: 	(13-21) 09	Ordinal/Likert 1.- NUNCA 2.- RARA VEZ 3.- A VECES 4.- A MENUDO 5.- SIEMPRE	
			<p>AUTOESTIMA: Galarza (2012), es un aprecio, conducta o consideración hacia uno mismo y es la consecuencia de la historia personal. Es un conjunto de comportamientos, acciones, vivencias, que se van presentando y experimentando a través del día a día.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Autoconocimiento ❖ Auto concepto ❖ Autovaloración 	(22-33) 12	Ordinal/Likert 1.- NUNCA 2.- RARA VEZ 3.- A VECES 4.- A MENUDO 5.- SIEMPRE	
			<p>TOMA DE DECISIONES Según Galarza (2012) es el proceso de análisis y de elección entre diversas alternativas, para determinar una trayectoria a seguir</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Diagnóstico personal (F.O.D.A) ❖ Proyecto de vida 	(34 - 42) 9	Ordinal/Likert 1.- NUNCA 2.- RARA VEZ 3.- A VECES 4.- A MENUDO 5.- SIEMPRE	

ANEXO 3: Ficha técnica de instrumento

Ficha Técnica de Instrumento					
Nombre original:	Lista de Evaluación de Habilidades Sociales				
Autor original:	Elaborado en base a los algoritmos para entrenamiento en habilidades sociales de V. Caballo.				
Procedencia:	Madrid España.				
Adaptación Lima-Perú:	Equipo Técnico del Departamento de promoción de Salud Mental y de Prevención de Problemas Psicosociales IESM —HD-HN, por la dirección nacional de salud de Perú, aprobado por Resolución Ministerial N° 107-2005/MINSA”				
Año:	2005				
Administración:	Colectiva				
Ámbito de aplicación:	Estudiantes				
Duración:	Tiempo aproximado 45 minutos				
Dimensiones o Factores e Ítems:	<ul style="list-style-type: none"> • Asertividad 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 • Comunicación 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 • Autoestima 22,23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33 • Toma de decisiones 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41 42 				
Confiabilidad:	Este proceso se dio mediante una prueba piloto realizada a 15 estudiantes, usando el Alpha de Cronbach se obtuvo como valor de:				
	Asertividad	Comunicación	Autoestima	Toma de decisiones	
	0.728	0.978	0.81	0.783	
Validación:	Se dio mediante el juicio valorativo de cinco expertos donde se obtuvo como resultado de la valoración: Aplicable.				
Calificación:	La calificación de cada ítem se hace con una escala de 1 a 5 puntos, siendo 1.- NUNCA 2.- RARA VEZ 3.- A VECES 4.- A MENUDO 5.- SIEMPRE Para sacar los resultados se suma los puntajes de cada apartado.				
Tipificación:	De acuerdo al Baremo:				
	NIVEL	DIMENSIÓN			
		ASERTIVIDAD	COMUNICACIÓN	AUTOESTIMA	TOMA DE DECISIONES
	MUY BAJO	12 - 21	09 - 16	12 - 21	09 - 16
	BAJO	22 - 31	17 - 24	22 - 31	17 - 24
	PROMEDIO	32 - 41	25 - 32	32 - 41	25 - 32
	ALTO	42 - 51	33 - 40	42 - 51	33 - 40
MUY ALTO	52 - 60	41 - 45	52 - 60	41 - 45	
Cuestionario:	Habilidades Sociales.				

CUESTIONARIO DE HABILIDADES SOCIALES

INSTITUCIÓN EDUCATIVA:

NOMBRES Y APELLIDOS:

EDAD:GRADO SECCIÓN:

FECHA:

INSTRUCCIONES:

A continuación, encontraras una lista de habilidades sociales que las personas usan en la vida diaria, señala tu respuesta marcando con una X uno de los casilleros que se ubica en la columna derecha, utilizando los siguientes criterios.

N	RV	AV	AM	S
NUNCA	RARA VEZ	A VECES	A MENUDO	SIEMPRE

Recuerda que tu sinceridad es muy importante, no hay respuestas buenas, ni malas, asegúrate de contestar todas.

N°	HABILIDADES SOCIALES	N	RV	AV	AM	S
ASERTIVIDAD						
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.					
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.					
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.					
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.					
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.					
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.					
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi enfado o cólera.					
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.					
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.					
10	Protesto en voz alta cuando alguien se pasa delante de mí.					
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.					
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.					
COMUNICACIÓN						
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.					
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.					
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.					
16	Cuando hablo no me dejo entender.					
17	Pregunto a las personas si me han entendido.					

18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.					
19	Hago las cosas sin pensar.					
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.					
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.					
AUTOESTIMA						
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud					
23	No me siento conforme con mi aspecto físico					
24	Me gusta verme arreglado(a).					
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.					
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.					
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.					
28	Puedo hablar sobre mis temores.					
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera					
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.					
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.					
32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).					
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.					
TOMA DE DECISIONES						
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.					
35	Me decido por lo que la mayoría dice.					
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones					
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.					
38	Hago planes para mis vacaciones.					
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.					
40	Me cuesta decir no.					
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).					
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.					

*Equipo técnico del Departamento de promoción de Salud Mental y de Prevención de Problemas Psicosociales IESM "HD-HN"

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Hoja de claves de respuesta:

N°	HABILIDADES SOCIALES	N	RV	AV	AM	S
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas*	5	4	3	2	1
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto*	5	4	3	2	1
3	Si necesito ayuda pido de buena manera	1	2	3	4	5
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno*	5	4	3	2	1
5	Agradezco cuando alguien me ayuda	1	2	3	4	5
6	Me acero a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años	1	2	3	4	5
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi enfadado o cólera	1	2	3	4	5
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa*	5	4	3	2	1
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta	1	2	3	4	5
10	Protesto en voz alta cuando alguien se pasa delante de mí.	1	2	3	4	5
11	Si una persona mayor me ofende le insulto*	5	4	3	2	1
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren	1	2	3	4	5
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla*	5	4	3	2	1
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen	1	2	3	4	5
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla	1	2	3	4	5
16	Cuando hablo no me dejo entender*	5	4	3	2	1
17	Pregunto a las personas si me han entendido	1	2	3	4	5
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor	1	2	3	4	5
19	Hago las cosas sin pensar*	5	4	3	2	1
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos	1	2	3	4	5
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma	1	2	3	4	5
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	1	2	3	4	5
23	No me siento conforme con mi aspecto físico*	5	4	3	2	1
24	Me gusta verme arreglado(a)	1	2	3	4	5
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	1	2	3	4	5

26	Me da vergüenza reconocer mis errores*	5	4	3	2	1
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	1	2	3	4	5
28	Puedo hablar sobre mis temores.	1	2	3	4	5
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera*	5	4	3	2	1
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón	1	2	3	4	5
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante	1	2	3	4	5
32	Guardo los secretos de mis compañeros(as)	1	2	3	4	5
33	Me niego hacer las tareas de mi casa*	5	4	3	2	1
34	Pienso varias soluciones frente a un problema	1	2	3	4	5
35	Me decido por lo que la mayoría dice*	5	4	3	2	1
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	1	2	3	4	5
37	No me agrada hablar sobre mi futuro *	5	4	3	2	1
38	Hago planes para mis vacaciones	1	2	3	4	5
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante	1	2	3	4	5
40	Me cuesta decir no *	5	4	3	2	1
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as)	1	2	3	4	5
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable	1	2	3	4	5

Equipo técnico del Departamento de promoción de Salud Mental y de Prevención de Problemas Psicosociales IESM "HD-HN"

NOTA: LOS ASTERISCOS (*) SON RESPUESTAS DE VALOR INVERSO

Escala de medición

Habilidades Sociales					
Nivel	Variable	Dimensión			
		Asertividad	Comunicación	Autoestima	Toma de decisiones
MUY BAJO	42- 75	12- 21	09 - 16	12- 21	09 - 16
BAJO	76- 109	22 - 31	17 - 24	22 - 31	17 - 24
PROMEDIO	110- 143	32 - 41	25 - 32	32 - 41	25 - 32
ALTO	144- 177	42 - 51	33- 40	42 - 51	33- 40
MUY ALTO	178- 210	52 - 60	41- 45	52 - 60	41- 45

Fuente: Baremación de la variable habilidades sociales.

ANEXO 4: Validez del instrumento



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 01: ASERTIVIDAD								
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.	X		X		X		
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.	X		X		X		
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.	X		X		X		
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.	X		X		X		
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.	X		X		X		
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.	X		X		X		
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi amargura.	X		X		X		Quizás pueda cambiar el termino amargura por otro que sea más asertivo por ejemplo descontento.
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar de lo que me pasa.	X		X		X		
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.	X		X		X		
10	Protesto en voz alta cuando alguien se cuele delante de mí.	X		X		X		Quizás pueda cambiar el termino cuele por otro más claro.
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.	X		X		X		Quizás pueda cambiar el termino insulto por otro que sea más asertivo.
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.	X		X		X		
DIMENSIÓN 02: COMUNICACIÓN		Si	No	Si	No	Si	No	
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X		X		X		
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.	X		X		X		
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X		X		X		
16	Cuando hablo no me dejo entender.	X		X		X		
17	Pregunto a las personas si me han entendido.	X		X		X		
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.	X		X		X		
19	Hago las cosas sin pensar.	X		X		X		
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X		X		X		
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X		X		X		
DIMENSIÓN 03: AUTOESTIMA		Si	No	Si	No	Si	No	
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X		X		X		
23	No me siento conforme con mi aspecto físico	X		X		X		
24	Me gusta verme arreglado(a).	X		X		X		

25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	X		X		X	
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.	X		X		X	
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	X		X		X	
28	Puedo hablar sobre mis temores.	X		X		X	
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X		X		X	
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.	X		X		X	
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.	X		X		X	
32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).	X		X		X	
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.	X		X		X	
	DIMENSIÓN 03: TOMA DE DECISIONES	Si	No	Si	No	Si	No
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.	X		X		X	
35	Me decido por lo que la mayoría dice.	X		X		X	
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X		X		X	
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.	X		X		X	
38	Hago planes para mis vacaciones.	X		X		X	
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.	X		X		X	
40	Me cuesta decir no	X		X		X	
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).	X		X		X	
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia):_ EXISTE SUFICIENCIA DEL INSTRUMENTO PARA SER APLICADO.

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr/ Mg: ANA MARITZA BOY BARRETO DNI: 06766507

Especialidad del validador: METODOLOGIA E INVESTIGACION CIENTIFICA


¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

11 de mayo del 2021



Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 01: ASERTIVIDAD							
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.	X		X		X		
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.	X		X		X		
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.	X		X		X		
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.	X		X		X		
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.	X		X		X		
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.	X		X		X		
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi descontento o amargura.	X		X		X		
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.	X		X		X		
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.	X		X		X		
10	Protesto en voz alta cuando alguien se escuela delante de mí.	X		X		X		
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.	X		X		X		
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 02: COMUNICACIÓN	Si	No	Si	No	Si	No	
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X		X		X		
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.	X		X		X		
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X		X		X		
16	Cuando hablo no me dejo entender.	X		X		X		
17	Pregunto a las personas si me han entendido.	X		X		X		
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.	X		X		X		
19	Hago las cosas sin pensar.	X		X		X		
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X		X		X		
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 03: AUTOESTIMA	Si	No	Si	No	Si	No	
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X		X		X		
23	No me siento conforme con mi aspecto físico	X		X		X		
24	Me gusta verme arreglado(a).	X		X		X		
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	X		X		X		
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.	X		X		X		
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	X		X		X		

28	Puedo hablar sobre mis temores.	X		X		X	
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X		X		X	
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.	X		X		X	
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.	X		X		X	
32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).	X		X		X	
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.	X		X		X	
DIMENSIÓN 03: TOMA DE DECISIONES		Si	No	Si	No	Si	No
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.	X		X		X	
35	Me decido por lo que la mayoría dice.	X		X		X	
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X		X		X	
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.	X		X		X	
38	Hago planes para mis vacaciones.	X		X		X	
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.	X		X		X	
40	Me cuesta decir no	X		X		X	
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).	X		X		X	
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.	X		X		X	

Apellidos y nombres del juez validador. / Dr.: **Carlos Enrique Ayala Asencio**

Especialidad del validador: **Metodológico**.....

DNI 07179981

Observaciones (precisar si hay suficiencia): **Si hay suficiencia**.....

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

07 de Diciembre del 2020



Dr. Carlos Enrique Ayala Asencio
 DNI 07179981

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	DIMENSIÓN 01: ASERTIVIDAD							
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.	X		X		X		
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.	X		X		X		
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.	X		X		X		
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.	X		X		X		
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.	X		X		X		
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.	X		X		X		
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi descontento o amargura.	X		X		X		
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.	X		X		X		
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.	X		X		X		
10	Protesto en voz alta cuando alguien se escueña delante de mí.	X		X		X		
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.	X		X		X		
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 02: COMUNICACIÓN							
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X		X		X		
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.	X		X		X		
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X		X		X		
16	Cuando hablo no me dejo entender.	X		X		X		
17	Pregunto a las personas si me han entendido.	X		X		X		
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.	X		X		X		
19	Hago las cosas sin pensar.	X		X		X		
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X		X		X		
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X		X		X		
	DIMENSIÓN 03: AUTOESTIMA							
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X		X		X		
23	No me siento conforme con mi aspecto físico	X		X		X		
24	Me gusta verme arreglado(a).	X		X		X		
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	X		X		X		
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.	X		X		X		
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	X		X		X		
28	Puedo hablar sobre mis temores.	X		X		X		
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X		X		X		
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.	X		X		X		
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.	X		X		X		

32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).	X		X		X	
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.	X		X		X	
	DIMENSIÓN 03: TOMA DE DECISIONES	Si	No	Si	No	Si	No
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.	X		X		X	
35	Me decido por lo que la mayoría dice.	X		X		X	
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X		X		X	
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.	X		X		X	
38	Hago planes para mis vacaciones.	X		X		X	
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.	X		X		X	
40	Me cuesta decir no	X		X		X	
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).	X		X		X	
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: **CHACON HUANCACHOQUE WALDIR** **DNI: 24698750**

Especialidad del validador: **Educación primaria/ Metodología.**

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

14 de mayo del 2021



Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 01: ASERTIVIDAD								
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.	X		X		X		
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.	X		X		X		
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.	X		X		X		
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.	X		X		X		
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.	X		X		X		
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.	X		X		X		
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi descontento o amargura.	X		X		X		
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.	X		X		X		
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.	X		X		X		
10	Protesto en voz alta cuando alguien se escucha delante de mí.	X		X		X		
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.	X		X		X		
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.	X		X		X		
DIMENSIÓN 02: COMUNICACIÓN								
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X		X		X		
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.	X		X		X		
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X		X		X		
16	Cuando hablo no me dejo entender.	X		X		X		
17	Pregunto a las personas si me han entendido.	X		X		X		
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.	X		X		X		
19	Hago las cosas sin pensar.	X		X		X		
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X		X		X		
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X		X		X		
DIMENSIÓN 03: AUTOESTIMA								
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X		X		X		
23	No me siento conforme con mi aspecto físico	X		X		X		
24	Me gusta verme arreglado(a).	X		X		X		
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	X		X		X		
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.	X		X		X		
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	X		X		X		
28	Puedo hablar sobre mis temores.	X		X		X		
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X		X		X		
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.	X		X		X		

31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.	X		X		X	
32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).	X		X		X	
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.	X		X		X	
DIMENSIÓN 03: TOMA DE DECISIONES		Si	No	S	No	Si	No
		i					
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.	X		X		X	
35	Me decido por lo que la mayoría dice.	X		X		X	
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X		X		X	
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.	X		X		X	
38	Hago planes para mis vacaciones.	X		X		X	
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.	X		X		X	
40	Me cuesta decir no	X		X		X	
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).	X		X		X	
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Mg: Livia Zulema Condorcahua Rodríguez DNI: 41978483

Especialidad del validador: Metodología.

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

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

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

14 de mayo del 2021



Firma del Experto Informante.

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE

N°	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
DIMENSIÓN 01: ASERTIVIDAD								
1	Prefiero callarme lo que pienso para evitarme problemas.	X		X		X		
2	Si un compañero(a) habla mal de mí le insulto.	X		X		X		
3	Si necesito ayuda pido de buena manera.	X		X		X		
4	Me es difícil felicitar a la persona que hace algo bueno.	X		X		X		
5	Agradezco cuando alguien me ayuda.	X		X		X		
6	Me acerco a saludar a mi compañero(a) cuando cumple años.	X		X		X		
7	Si un compañero(a) falta a una cita acordada le expreso mi descontento o amargura.	X		X		X		
8	Cuando me siento triste prefiero no hablar lo que me pasa.	X		X		X		
9	Le digo a mi compañero(a) cuando hace algo que no me gusta.	X		X		X		
10	Protesto en voz alta cuando alguien se escuela delante de mí.	X		X		X		
11	Si una persona mayor me ofende le insulto.	X		X		X		
12	No hago caso cuando mis compañeros(as) me presionan para hacer lo que ellos quieren.	X		X		X		
DIMENSIÓN 02: COMUNICACIÓN								
13	Me distraigo fácilmente cuando una persona me habla.	X		X		X		
14	Pregunto cada vez que sea necesario para atender lo que me dicen.	X		X		X		
15	Miro a los ojos cuando alguien me habla.	X		X		X		
16	Cuando hablo no me dejo entender.	X		X		X		
17	Pregunto a las personas si me han entendido.	X		X		X		
18	Utilizo un tono de voz con gestos apropiado para que escuchen y me entiendan mejor.	X		X		X		
19	Hago las cosas sin pensar.	X		X		X		
20	Si estoy tenso(a) trato de relajarme para ordenar mis pensamientos.	X		X		X		
21	Antes de opinar ordeno mis ideas con calma.	X		X		X		
DIMENSIÓN 03: AUTOESTIMA								
22	Evito hacer cosas que puedan dañar mi salud	X		X		X		
23	No me siento conforme con mi aspecto físico	X		X		X		
24	Me gusta verme arreglado(a).	X		X		X		
25	Puedo cambiar mi comportamiento cuando me doy cuenta que estoy equivocado.	X		X		X		
26	Me da vergüenza reconocer mis errores.	X		X		X		
27	Reconozco fácilmente mis cualidades positivas y negativas.	X		X		X		
28	Puedo hablar sobre mis temores.	X		X		X		
29	Cuando algo me sale mal no sé cómo expresar mi cólera	X		X		X		
30	Comparto mi alegría con mis compañeros del salón.	X		X		X		
31	Me esfuerzo para ser mejor estudiante.	X		X		X		

32	Guardo los secretos de mis compañeros(as).	X		X		X	
33	Me niego hacer las tareas de mi casa.	X		X		X	
DIMENSIÓN 03: TOMA DE DECISIONES		Si	No	S	No	Si	No
		i					
34	Pienso varias soluciones frente a un problema.	X		X		X	
35	Me decido por lo que la mayoría dice.	X		X		X	
36	Pienso en las posibles consecuencias de mis decisiones	X		X		X	
37	No me agrada hablar sobre mi futuro.	X		X		X	
38	Hago planes para mis vacaciones.	X		X		X	
39	Busco apoyo de otras personas para decir algo importante.	X		X		X	
40	Me cuesta decir no	X		X		X	
41	Mantengo mi idea cuando veo que mis compañeros(as) están equivocados(as).	X		X		X	
42	Rechazo una invitación sin sentirme culpable.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Dr. / Walter Callohuanca Mamani

DNI: 41597059

Especialidad del validador: **Administración en educación.**

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

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

05 de Diciembre del 2020

I.E.I. NARCISO ARETEGUI
PRIMARIA

Mg. Walter Callohuanca Mamani
SUB DIRECTOR
Firma del Experto-Informante

Anexo 5: Confiabilidad de los instrumentos (prueba piloto)

Unidad de análisis	Prueba Piloto																																																
	Variable: HABILIDADES SOCIALES																																																
	Dimensión 1 ASERTIVIDAD												Dimensión 2 comunicación												Dimensión 3 Autoestima												Dimensión 4 Toma de desiciones												
	I1	I2	I3	I4	I5	I6	I7	I8	I9	I10	I11	I12	Suma	I13	I14	I15	I16	I17	I18	I19	I20	I21	Suma	I22	I23	I24	I25	I26	I27	I28	I29	I30	I31	I32	I33	Suma	I34	I35	I36	I37	I38	I39	I40	I41	I42	Suma	Suma Tota		
E1	4	5	5	3	5	3	3	3	4	5	4	3	47	3	5	5	4	4	5	5	4	4	39	5	3	3	5	1	4	2	1	4	5	1	1	35	2	3	3	5	3	5	2	3	4	30	151		
E2	3	5	3	5	5	5	1	3	4	3	5	5	47	4	3	4	3	5	3	4	5	4	35	5	5	2	3	5	3	5	4	3	5	5	5	50	5	5	5	3	5	3	3	5	3	37	169		
E3	3	5	2	5	5	5	3	3	2	5	5	2	45	4	4	5	5	5	5	5	5	5	43	2	5	2	5	5	2	5	2	5	5	4	5	47	4	1	4	2	1	4	5	5	3	29	164		
E4	3	5	5	5	4	4	1	5	3	2	4	1	42	3	4	4	5	4	4	5	4	4	37	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	56	5	1	5	2	2	2	4	2	1	24	159		
E5	2	5	4	2	5	3	1	1	2	3	4	3	35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	3	3	4	4	3	3	2	1	3	4	5	4	39	5	4	4	3	4	4	2	4	5	35	127		
E6	4	5	4	5	5	5	3	4	2	1	5	1	44	3	5	5	4	4	5	5	4	4	39	5	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5	4	52	4	4	4	4	5	5	5	5	5	41	176		
E7	4	5	4	3	5	2	2	3	2	2	4	2	38	4	3	4	3	5	3	4	5	4	35	2	4	2	2	4	3	2	3	2	5	5	5	39	5	3	5	3	3	3	4	3	2	31	143		
E8	4	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	55	4	4	5	5	5	5	5	5	5	43	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	55	5	4	5	5	5	5	4	5	5	43	196		
E9	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	56	3	4	4	5	4	4	5	4	4	37	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	5	55	5	3	5	5	5	5	4	5	5	42	190		
E10	4	5	5	3	5	4	5	3	5	4	5	3	51	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	4	5	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	40	4	4		4	4	3	3	4	4	30	139		
E11	3	5	5	5	4	4	1	5	3	2	4	1	42	3	4	4	5	4	4	5	4	4	37	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	56	5	1	5	2	2	2	4	2	1	24	159		
E12	4	5	5	3	5	4	5	3	5	4	5	3	51	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	4	5	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	40	4	4		4	4	3	3	4	4	30	139		
E13	2	5	4	2	5	3	1	1	2	3	4	3	35	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	3	3	4	4	3	3	2	1	3	4	5	4	39	5	4	4	3	4	4	2	4	5	35	127		
E14	3	5	3	5	5	5	1	3	4	3	5	5	47	4	3	4	3	5	3	4	5	4	35	5	5	2	3	5	3	5	4	3	5	5	5	50	5	5	5	3	5	3	3	5	3	37	169		
E15	4	5	5	3	5	4	5	3	5	4	5	3	51	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18	4	5	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	40	4	4		4	4	3	3	4	4	30	139		
VARIANZA	0.5	0.2	0.9	1.3	0.1	0.9	3	1.6	1.4	1.2	0.2	2		0.7	1.1	1.4	1.6	1.6	1.4	1.8	1.6	1.2		1.1	0.6	0.9	0.8	1.9	1	1.6	1.3	0.7	0.2	2.1	1.3		0.6	1.7	0.4	1	1.5	1	0.9	1.1	1.8				
Sumatoria de varianzas	13.34222222												12.31111111												13.60888889												10.18555556												49.44778
Varianza de la suma de los ítems	40.06222222												94.35555556												53.76												33.49333333												421.0489
$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$	α : Coeficiente de confiabilidad del cuestionario 0.728												α : Coeficiente de confiabilidad del cuestionario 0.978												α : Coeficiente de confiabilidad del cuestionario 0.8												α : Coeficiente de confiabilidad del cuestionario 0.783												0.904
	k: Número de ítems del instrumento 12												k: Número de ítems del instrumento 9												k: Número de ítems del instrumento 12												k: Número de ítems del instrumento 9												42
	$\sum_{i=1}^k S_i^2$: Sumatoria de las varianzas de los ítems. 13.3												$\sum_{i=1}^k S_i^2$: Sumatoria de las varianzas de los ítems. 12.3												$\sum_{i=1}^k S_i^2$: Sumatoria de las varianzas de los ítems. 14												$\sum_{i=1}^k S_i^2$: Sumatoria de las varianzas de los ítems. 10.19												49.44778
	S_T^2 : Varianza total del instrumento. 40.06												S_T^2 : Varianza total del instrumento. 94.36												S_T^2 : Varianza total del instrumento. 54												S_T^2 : Varianza total del instrumento. 33.49												421.05

Anexo 6: Carta de presentación



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 28 de junio de 2021

Carta P. 283-2021-UCV-EPG-SP

LIC.
ARTHUR DIOGENES TAPARA PUMA
DIRECTOR
INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL TTUPA LUTHUA

De mi mayor consideración:



Es grato dirigirme a usted, para presentar a **SAYCO KANA, MARIA**; identificado(a) con DNI/CE N° 43192259 y código de matrícula N° 7002530768; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

PROGRAMA INTEGRADO EN LAS HABILIDADES SOCIALES DE LOS ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, CUSCO 2021

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

Atentamente,



Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales
Universidad César Vallejo

Anexo 7: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....DNI.....
padre/madre de familia o tutor del
estudiante.....de educación
secundaria de la Institución Educativa Miguel Ttupa Luthua, autorizo la
participación del escolar en la investigación que se realizará, a través del
desarrollo de cuestionarios, siendo la autora la Srta. Sayco Kana, María en su
proyecto titulado: Programa integrado en las habilidades sociales de los
estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021.

.....

DNI:
FIRMA

Anexo 8: Constancia de aplicación

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE TESIS

Por medio de la presente, luego de haber revisado y constatado la aplicación del estudio desarrollado por el Sta. Sayco Kana, María quien realizó su investigación de tesis en nuestra institución educativa la cual dirijo, con el tema **Programa integrado en las habilidades sociales de los estudiantes de secundaria de una institución educativa, Cusco 2021**, donde se aplicó instrumentos para recolectar información de los estudiantes del 2° grado del nivel secundario de la **Institución Educativa Miguel Tupa Luthua** con fines de investigación, conociendo además que la información ha sido útil para la institución, y en mi condición de director, emito la constancia para los fines pertinentes.

Firmo este documento para brindar validez.

Pataquehuar, 04 de Julio del 2021

Atentamente,



PROGRAMA INTEGRADO DE HABILIDADES SOCIALES



CUSCO 2021

PROGRAMA INTEGRADO DE INTERVENCIÓN EN HABILIDADES SOCIALES

I. Datos generales

- 1.1 Título :** Programa integrado de habilidades sociales
- 1.2 Lugar:** Cusco, Quispicanchi, Quiquijana, Pataquehuar
- 1.3 Tiempo:** 01 mes
- 1.4 Autor :** María Sayco Kana

II. Justificación

Las habilidades sociales son competencias definidas por el comportamiento que un individuo puede tener en su entendimiento de los diversos códigos, sus actitudes y sus expresiones en sociedad. Éstas, permiten a una persona expresar sus propios sentimientos, necesidades y opiniones, lo que se traduce en el bienestar personal, que es el primer paso para una mayor integración social.

En la etapa escolar, las habilidades sociales cobran una importancia fundamental, ya que es en esta etapa cuando desarrollan su personalidad y tienen la necesidad de alejarse del núcleo familiar y acercarse más a sus amigos y amigas, donde se sientan las bases para desenvolverse como adultos en la esfera social y siendo la clave para sobrevivir de manera sana tanto emocional como laboralmente.

III. Sustento

El programa integrado de intervención posee un fin didáctico e integrador en el que se procura desarrollar y formar en Habilidades sociales y de forma más específicas las dimensiones de asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones. El programa integrado sigue serie de una estrategia de acciones en equipo, por lo tanto, todas las actividades, dinámicas y juegos están planeadas para ejecutarse de forma organizada, para motivar y conseguir una participación activa de los estudiantes.

Según Fernández citado por Lacunza, A. (2011) un programa de intervención presume acciones sistemáticas, planificadas, ejecutadas en un período determinado de tiempo y espacio que extiendan a resolver una dificultad. Estas

acciones proceden de un diagnóstico real, en las que se evalúen los interés, necesidades y recursos para iniciar un programa.

El programa integrado de intervención tendrá un sustento de la neuromotricidad que la podemos definir como la ciencia que estudia la relación entre las neurociencias y la motricidad, teniendo muy en cuenta, la expresión corporal, desarrollo de la corporeidad, secuencia de movimientos. Según Lapierre, citado por Guerrero (2016), define la neuromotricidad como un proceso cerebral que considera el movimiento desde el impulso excitatorio de la neuroma piramidal córtico motora hasta la acción muscular o acción motora que interviene en distintas áreas neuronales, formando lo que se conoce como el sistema neuromotor, el autor concluye señalando que no existiría movimiento sin sistema nervioso y el sistema nervioso no se desarrollaría si no existiera movimiento.

Mediante el desarrollo y la aplicación de la neuromotricidad en el programa integrado de intervención se adquieren habilidades y competencias cada vez más complejas que mejoran las capacidades motoras, la expresión corporal, creatividad, autonomía, seguridad, coordinación, equilibrio y tono muscular, todo ello permitirán crear circuitos neuronales, conexiones nerviosas que se emplearán en variadas acciones del día a día, por tal razón es fundamental su contribución y aporte para el desarrollo de las HH. SS.

El programa de intervención tiene como destinatarios a un grupo de 17 estudiantes que se encuentran cursando en 2° grado del nivel secundario. Está diseñado para ser aplicado en el contexto escolar de zona rural, contando con el apoyo del tutor, ya que su conocimiento del grupo ayudará a realizar las actividades de la manera más oportuna y beneficiosa posible para el alumnado. El programa constará de 05 módulos desarrolladas en 10 sesiones de intervención, para lo cual se establecerá dos sesiones por dimensión y las dos sesiones restantes serán destinadas para la apertura y clausura, así lograr tener mejor impacto en las habilidades sociales.

IV. Objetivos

4.1 Objetivo general

Fortalecer en los y las estudiantes las habilidades sociales a través de la neuromotricidad que les permita mejorar las relaciones interpersonales en la Institución Educativa, familia y comunidad.

4.2 Objetivos específicos

- ❖ Fortalecer en los y las estudiantes su nivel de autoestima.
- ❖ Desarrollar en los y las estudiantes destrezas y habilidades para una adecuada comunicación interpersonal.
- ❖ Desarrollar habilidades, competencias en los y las estudiantes a fin de contar con estrategias para el afrontamiento de emociones.
- ❖ Lograr que los estudiantes adquieran y consoliden nuevas estrategias de interacción que les permitan mantener relaciones positivas y una adecuada toma de decisiones.
- ❖ Proporcionarles alternativas de actuación frente aquellas situaciones en las que presenten mayores problemáticas, evitando así comportamientos poco asertivos.
- ❖ Fortalecer la práctica de las habilidades sociales y desarrollo de la corporeidad a través de actividades de la neuromotricidad.

V. Metodología

Se trabajará desde la necesidad e intereses de los estudiantes, todas las actividades que se realizaran en estos módulos y sesiones son de tipo participativo.

Cada sesión tendrá una duración de 90 minutos pedagógicas, en primer lugar, se explicarán los contenidos que se van a trabajar y se realizará una introducción teórica de los conceptos principales, (con una duración de 15 minutos) de forma que el estudiante asimile el significado de cada una de las habilidades, así como sus beneficios y aportaciones positivas para su vida diaria. Una vez se haya comprendido la parte teórica, se procederá a poner las habilidades en práctica a través de una serie de dinámicas y actividades de neuromotricidad en las que participarán todos los

integrantes del salón clase. Se pretende de esta forma que, a través de la interacción con los demás, la práctica de las habilidades con sus propios compañeros en situaciones naturales, la retroalimentación y evaluación formativa estarán presente a lo largo del desarrollo de todas las sesiones y así se propicie un aprendizaje más significativo y beneficioso.

La metodología estará fundamentada en los siguientes métodos:

- ✓ Método del juego
- ✓ Método Interactiva
- ✓ Método de descubrimiento
- ✓ Aprendizaje Cooperativo
- ✓ Resolución de problemas
- ✓ Descubrimiento guiado
- ✓ Asignación de tarea
- ✓ Enseñanza recíproca
- ✓ Libre exploración
- ✓ Mando directo

VI. Cronograma de sesiones


Módulos	Sesiones	Recursos/materiales
Soy asertivo (Asertividad)	Sesión N° 0 1: Expresando mis sentimientos y emociones.	Cartilla de lectura, espacio libre, fichas de trabajo, lapiceros, hojas, cuaderno.
	Sesión N° 0 2: Transformemos nuestra conducta al estilo asertivo.	Aros, fichas de trabajo, cartillas de trabajo, espacio libre, pizarra, hojas y lapiceros.
	Sesión N° 0 3: Promovemos el ejercicio de nuestros derechos.	Sillas, equipo de música, organizar visual, pizarra, fichas de lectura, conos, espacio libre,
Aprendamos a comunicarnos (Comunicación)	Sesión N° 04: Aprendamos y practiquemos la escucha activa.	Pelotas pequeñas, red, pelotas, conos, colchonetas, aros, silbato, loza deportiva, sogas
	Sesión N° 05: Encuentro la mejor manera de expresar mis ideas y pensamientos.	Papel bond, tijeras, tarjeta con diálogos de situaciones comunicativas, tarjetas con situaciones comunes.
Yo soy así y me acepto tal como soy (Autoestima)	Sesión N° 0 6: Aceptándome	Globos, espejo, espacio libre, fichas de trabajo, cartillas de lectura, pizarra, hojas, plumones
	Sesión N° 07: Conociéndonos	Figuras de pies y manos, recortados, cinta de embalaje, espacio libre, cartilla de trabajo, ula, ulas, balones, depósitos de plástico, cajas pequeñas.
	Sesión N° 08: Orgulloso de mis logros	Palos de escoba, equipo de música, cartilla de trabajo, hojas, lapiceros, plumones.
A aprendamos a tomar una decisión acertada (Toma de decisiones)	Sesión N° 09 Decisiones informadas	Sogas, conos, hojas de colores, palos de escoba, pelotitas de trapo, cartilla de trabajo, espacio libre.
	Sesión N° 10 Mi proyecto de vida.	Hojas de papel, colores, plumones o lapiceros, títeres, cartilla de trabajo, fondo musical, pizarra.

Estructura del programa

Estructura del programa integrado de habilidades sociales				
Estructura general				
Objetivo general: Fortalecer en los y las estudiantes las habilidades sociales a través de la neuromotricidad que les permita mejorar las relaciones interpersonales en la Institución Educativa, familia y comunidad.				
Modulo	Objetivo general	Objetivo específico	N° de sesiones	N° horas
Soy asertivo (Asertividad)	Tomar conciencia de la importancia de comportarnos de forma asertiva en nuestras relaciones interpersonales.	➤ Que las y los estudiantes conozcan estrategias para expresar sentimientos y emociones que le permitan relacionarse mejor con los demás.	Sesión N° 0 1: Expresando mis sentimientos y emociones.	90 minutos
		➤ Que las y los estudiantes aprendan nuevas técnicas para comportarse de manera asertiva.	Sesión N° 0 2: Transformemos nuestra conducta al estilo asertivo.	90 minutos
		➤ Fortalecer la autoestima de las y los estudiantes y darles a conocer sus derechos	Sesión N° 0 3: Promovemos el ejercicio de nuestros derechos.	90 minutos
Aprendamos a comunicarnos (Comunicación)	Desarrollar en los y las participantes habilidades para una adecuada comunicación, permitiendo mejorar sus relaciones interpersonales.	➤ Crear en las y los estudiantes habilidades elementales que les permitan aprender a escuchar a los demás.	Sesión N° 04: Aprendamos y practiquemos la escucha activa.	90 minutos
		➤ Resaltar la importancia de saber escuchar para una buena comunicación.		
		➤ Que las y los estudiantes reconozcan los tipos de comunicación (pasivo, agresivo, asertivo) y	Sesión N° 05: Encuentro la mejor manera de expresar mis ideas y pensamientos.	90 minutos

		privilegien la comunicación asertiva en su relación con los demás.		
Yo soy así y me acepto tal como soy (Autoestima)	Lograr que los y las participantes incrementen su nivel de autoestima.	➤ Que las y los estudiantes se conozcan a sí mismos y se acepten físicamente, favoreciendo su auto cuidado.	Sesión N° 06: Aceptándome	90 minutos
		➤ Que las y los estudiantes identifiquen las características positivas y negativas de su comportamiento, así como que utilicen sus habilidades para cambiar las características negativas de su comportamiento.	Sesión N° 07: Conociéndonos	90 minutos
		➤ Que las y los estudiantes aprendan a reconocer y expresar sus emociones y sentimientos en forma adecuada.	Sesión N° 08: Orgulloso de mis logros	90 minutos
A prendamos a tomar una decisión acertada (Toma de decisiones)	• Promover el uso de la habilidad toma de decisiones en situaciones por resolver.	➤ Que las y los estudiantes conozcan y apliquen los pasos del proceso de toma de decisiones.	Sesión N° 09 Decisiones informadas	90 minutos
		➤ Promover en las y los estudiantes la elaboración de sus proyectos de vida.	Sesión N° 10 Mi proyecto de vida.	90 minutos

SESIÓN N° 01

Título:	Expresando mis sentimientos y emociones.				
Objetivo:	Que las y los estudiantes conozcan estrategias para expresar sentimientos y emociones que le permitan relacionarse mejor con los demás.				
Recursos y materiales:	Cartilla de lectura, espacio libre, fichas de trabajo, lapiceros, hojas, cuaderno.	Instrumento de evaluación:	Ficha de observación	Fecha:	09/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.	
De inicio	<p>• Se iniciará la sesión presentando las siguientes situaciones, para lo cual pegará las situaciones en la pizarra.</p> <div style="display: flex; align-items: flex-start;"> <div style="margin-right: 10px;">  </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 10px; width: 80%;"> <p>Wilson y sus hermanos estaban jugando con el nuevo juego de mesa que su papá les compró para que se diviertan. Wilson ya había acumulado muchos puntos y estaba cerca de ganar el juego; pero de pronto, al lanzar el dado, perdió más de la mitad de los puntos que había ganado. No lo podía creer. Era un juego bastante fácil y solo faltaba una ronda más para ganar. Entonces, de un momento a otro, reaccionó diciendo que habían hecho trampa y que ya no quería jugar. Se retiró del grupo y se fue a su cuarto. Sus hermanos se miraron entre sí, sin comprender qué estaba pasando. Dejaron el juego y también se retiraron.</p> </div> </div> <div style="border: 2px solid red; border-radius: 10px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>Sofía entró al cuarto de su hermana y la encontró llorando. Le preguntó el motivo y ella le contó, muy triste, que su enamorado le había escrito para decirle que ya no continuarían como pareja, que ya no la amaba. Sofía la abrazó y lloró junto con su hermana.</p> </div> <div style="border: 2px solid green; border-radius: 10px; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p>Juan estaba en la sala con su familia cuando, de pronto, leyó en WhatsApp una historia muy graciosa y se rio con tanta alegría que poco a poco sus hermanos y padres, al verlo, sonrieron también. Juan quiso contar la historia, pero la risa no lo dejó. De repente, todos estaban riendo sin conocer la historia.</p> </div> <p>Después de haber leído atentamente las historias, reflexionamos y respondemos estas preguntas: ¿De qué tratan las historias?, ¿Qué emociones identificas en las historias?, ¿Cómo reaccionan los familiares de las historias ante la expresión de las emociones de cada personaje?, ¿Te han sucedido situaciones similares?, ¿cuáles?, ¿Crees que nuestras emociones pueden impactar en las emociones de los demás?, ¿por qué?</p>				

- ✓ La facilitadora señala que la expresión de nuestras emociones puede tener un impacto en las emociones y los sentimientos de las otras personas. Como observamos en las historias, algunas emociones se “contagian”: la alegría, la tristeza, etc. Cuando vemos a alguien expresar una emoción intensa, podemos identificar en nosotras/os mismas/os ese estado. Esto puede ser bueno, para entender lo que la otra persona siente.
- ✓ Por ejemplo, compartir la alegría o la pena; o el miedo, que nos sirve para tomar medidas de seguridad ante un peligro inminente.
- ✓ De todas las emociones que conocemos, la ira es la emoción que más efectos negativos tiene sobre nosotras/os y las demás personas.
- ✓ La facilitadora lee una lectura para todos: ¿Sabías que...?, cada estudiante lee en silencio, luego responde a las preguntas planteadas en la ficha de lectura.



¡Ponemos en práctica lo aprendido!

Luego de haber reflexionado sobre el impacto de nuestras emociones en nosotras/os y en los demás, estamos listas y listos para poner en práctica lo aprendido.



Desarrollo

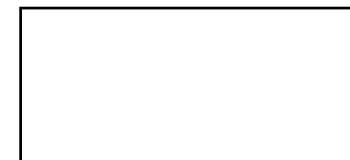
Realicemos el siguiente ejercicio, que nos ayudará a cambiar nuestra conducta cuando experimentemos la emoción de la ira:

Todos y todas escriben una situación en la que hayamos sentido mucha cólera/ ira.

¿Cuál es la situación que recuerdas?, ¿Cómo actuaste?, ¿Qué dijiste y cómo lo dijiste?

¿Cómo tendríamos que actuar asertivamente frente a una situación de ira o cólera?

- Hay emociones, como la alegría y la tristeza, que podemos expresar abiertamente, porque nos permiten comunicarnos mejor y compartir con los demás lo que nos pasa.
- Emociones como la cólera o la ira debemos expresarlas con cuidado, para no dañar o herir a las demás personas.
- Es bueno conversar con un familiar cercano o con los docentes cuando nos sentimos avergonzados, con miedo o tristes, para que nos apoyen y ayuden a sentirnos mejor.



- ✓ A continuación la facilitadora presenta un organizador visual acerca de “CONSEJOS PARA AFRONTAR EL PRESENTE AÑO ESCOLAR”

Cierre

- ✓ **Para finalizar la sesión presentamos la actividad “LOS PERROS”.** Todos Las y los estudiantes se desplazan por el espacio imitando los movimientos de venados y 2 ó 3 estudiantes que ejercen el papel de perros (los cuales llevarán algún tipo de disfraz). Los jugadores tocados por los perros son transformados en estatuas griegas en el sitio donde han sido tocados. Se quedan de pie, inmóviles y con las piernas separadas. Los jugadores que no han sido tocados pueden “liberar” a sus compañeros/as pasando por debajo de sus piernas y haciéndoles una mueca.
- ✓ **Nos despedimos todos y todas con fuerte aplauso por el buen trabajo que realizamos.**



LECTURA: ¿SABIAS QUÉ?



¿Y la ira?

- ✓ Durante la ira aumenta el ritmo cardiaco, los músculos se contraen, el flujo sanguíneo se dispara y se liberan unas hormonas llamadas “catecolaminas”, ya que nuestro cuerpo se prepara para el ataque. Liberar esas hormonas puede ser perjudicial para nuestra salud, porque generan estrés, afectan el sistema cardiovascular y aumentan la posibilidad de un infarto.
- ✓ Asimismo, durante la ira, o a veces llamado cólera, estado de podemos decir o actuar agresivamente y hacer daño a las personas que están cerca de nosotras/os.
- ✓ Una vez que expresamos palabras que hieren o expresamos agresivamente nuestra ira, no hay forma de volver atrás. Muchas amistades se han roto, muchos hermanos se han dejado de hablar por años y muchas parejas se han separado por no controlar esa emoción. O lo que es peor, se han producido lesiones físicas, discapacidades, incluso la pérdida de vidas humanas.
- ✓ Por ello, es necesario aprender a regular nuestra ira. Conocemos que una de sus características fisiológicas es la liberación de hormonas que nos preparan para atacar. Esto nos hace conscientes de que, si nos dejamos llevar por ella, podemos afectar nuestro propio bienestar y el de los demás. El primer paso para regular nuestras emociones es reconocer cómo las expresamos.

Información importante:

- Las emociones no son buenas ni malas. Nos sirven para darnos cuenta de lo que sucede a nuestro alrededor y cómo reaccionar ante ello.
- La expresión de nuestras emociones tiene un impacto en nosotras/os mismas/os y en los demás. Reconocer este efecto nos ayuda a autorregular esas emociones y fortalecer nuestras relaciones interpersonales.
- De todas las emociones, la ira es la emoción que más impacto negativo tiene en nuestra salud física y emocional, así como en el bienestar de las personas que nos rodean.
- El primer paso para aprender a regular nuestras emociones es conocer cómo las expresamos.



CONSEJOS PARA AFRONTAR EL PRESENTE AÑO ESCOLAR

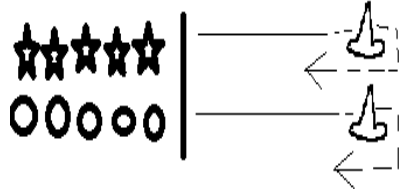

No existe emoción buena ni mala, nos permite estar en contacto con nuestro entorno y sobretodo socializar con otras personas, la dificultad surge cuando dejamos que nuestras emociones nos dominen por no prender a controlarlas.



Las emociones son parte de nosotros por ello debemos aprender a conocerlas y aceptarlas, esto nos permitirá no tenerles miedo cuando lleguen y sobretodo saber que nosotros podemos regularlas cuando nos sintamos incómodos o incómodas con alguna de ellas.

Busca apoyo, debemos ser conscientes, en ocasiones nuestras emociones pueden superarnos ocasionando que perdamos el control y reaccionemos inadecuadamente frente a una situación o personas. Cuando sintamos que no estamos logrando regular nuestras emociones debemos sentirnos seguros que siempre podemos pedir apoyo a un amigo, maestro, tutor de confianza o un psicólogo.

SESIÓN N° 02

Título:	Transformemos nuestra conducta al estilo asertivo.			
Objetivo:	Que las y los estudiantes aprendan nuevas técnicas para comportarse de manera asertiva.			
Recursos y materiales:	Sillas, equipo de música, organizar visual, pizarra, fichas de lectura, conos, espacio libre	Instrumento de evaluación:	Ficha de autoevaluación	Fecha: 09/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> • Saludamos a las y los estudiantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos. • Iniciamos la sesión solicitando que una o un estudiante lea el siguiente texto en voz alta: Pedro y sus amigos estaban jugando fulbito en la cancha del colegio, de pronto Pedro pateó la pelota con tanta fuerza que golpeo a María, una de sus compañeras que está mirando el partido. El golpe hizo que caiga sentada en la tierra ensuciando su uniforme. Sus compañeros se rieron y ella, roja de vergüenza, salió corriendo. • Reflexión: ¿qué nos llama la atención del texto leído?, ¿Qué hubieras hecho en caso de Pedro?, ¿Cómo crees que se sintió María?, ¿Qué hubieran hecho en el caso de María?, ¿situaciones como esta suceden en nuestro hogar, escuela o comunidad? • Recogemos la respuesta de las y los estudiantes y reflexionamos sobre la importancia de adoptar expresiones y comportamientos asertivos para manifestar nuestra ideas y sentimientos, en especial ante situaciones en las que comúnmente las personas responden en forma agresiva o pasiva. • DINÁMICA “CORRE EN EQUIPO”: Se forman grupos de cuatro integrantes. El primer integrante de cada columna sale corriendo hasta el cono (ida y vuelta), luego coge a su compañero y así sucesivamente. <div style="text-align: right;">  </div>			
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • La facilitadora pega en la pizarra un organizador visual “Escucha y expresión asertivamente”, así mismo pega la frase “Aquel que comunica, vive.” • La facilitadora explica la importancia de encontrar el “encanto” de tener una buena comunicación con los demás. Comprender que al comunicarte puedes conectarte mejor con tus amigos, con tus familiares, en fin... con todos. Darte cuenta de que los demás pueden ofrecerte una gran riqueza... Su experiencia. • Conformamos cuatro equipos de trabajo y solicitamos que lean y reflexionen sobre el texto de la cartilla de lecturas. Luego las y los estudiantes deberán plantear respuestas asertivas para las siguientes situaciones: • EQUIPO 1: Tu compañero coge sin tu permiso tu cuaderno y copia la tarea. • EQUIPO 2: Tu padre te llama la atención por no cumplir tus tareas en el hogar. • EQUIPO 3: De casualidad has roto una cerca de madera de un miembro de la comunidad • EQUIPO 4: Tus amigos te piden que tomes licor en la fiesta del pueblo. <div style="text-align: right;">  </div>			

	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitamos que un representante de cada equipo lea las respuestas del equipo. • Reflexión: ¿cuál es el trato habitual entre los miembros de nuestra familia y comunidad?, ¿Cómo favorece el trato asertivo a la convivencia en nuestra vida diaria?, ¿es fácil ser asertivo?, ¿Por qué?, ¿Cómo podemos fortalecer nuestra comunicación asertiva?, ¿existe la necesidad de promover el trato asertivo en mi escuela, hogar y comunidad? ¿por qué?
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Luego de la reflexión grupal, reforzamos el trabajo con las siguientes ideas clave: • Asertividad significa expresar nuestra opinión, gusto e interés, de manera libre y clara. • Una conducta asertiva nos permite hablar con nosotros mismos, aceptar cumplidos, pedir ayuda, discrepar abiertamente, pedir aclaraciones y aprender a decir “No” • La conducta asertiva se puede entrenar, lo que nos permite incrementar relaciones positivas con los demás y sentirnos mejor. • Ejercitamos conductas asertivas tomando en cuenta cómo modulamos nuestra voz, nuestra mirada la postura, movimientos del cuerpo y las manos. • Somos responsables de nuestros actos, conductas, ¿comunicamos nuestras ideas con fluidez y precisión? • La persona asertiva es: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Es socialmente hábil ❖ Manifiesta seguridad y sabe defender ❖ No hiera a los demás con sus comportamientos ❖ No permite que los demás le hieran. ❖ No sacrifica sus metas y convicciones ❖ Controla su conducta. ❖ Expresa sus ideas sin miedo a los demás. ❖ Respeta las opiniones y sentimientos del otro, aunque no coincida con él. • Finalmente, la facilitadora motiva a las y los estudiantes a ejercer y asumir una comunicación asertiva. Así mismo les invita a divertirse y poner en práctica todo lo aprendido en el juego Sillas cooperativas: Coloca al centro tantas sillas como participantes haya en el juego. Para empezar, cada participante se pondrá delante de su silla. Cuando suene la música, todos los participantes empiezan a dar vueltas alrededor de las sillas. Cuando se apaga la música los participantes tienen que subirse encima de alguna silla. Después, se quita una silla y se continúa con el juego. Se repite la dinámica, tratando de que todos los participantes se suban encima de las sillas y evitando que queden los pies en el suelo. El juego acaba cuando ya no es posible que todos los participantes suban en las sillas que quedan.



Cartilla de lectura...

La asertividad es una habilidad para expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. Negociando con ellos su cumplimiento". Está en el tercer vértice de un triángulo en el que los otros dos son la pasividad y la agresividad. Situados en el vértice de la pasividad evitamos decir o pedir lo que queremos o nos gusta, en la agresividad lo hacemos de forma tan violenta que nos descalificamos nosotros mismos.

Emplear la asertividad es saber pedir, saber negarse, negociar y ser flexible para poder conseguir lo que se quiere, respetando los derechos del otro y expresando nuestros sentimientos de forma clara. La asertividad consiste también en hacer y recibir cumplidos, y en hacer y aceptar quejas.

- Asertividad significa expresar nuestra opinión, gusto e interés, de manera libre y clara.
- Una conducta asertiva nos permite hablar con nosotros mismos, aceptar cumplidos, pedir ayuda, discrepar abiertamente, pedir aclaraciones y aprender a decir "No"
- La conducta asertiva se puede entrenar, lo que nos permite incrementar relaciones positivas con los demás y sentirnos mejor.
- Ejercitamos conductas asertivas tomando en cuenta cómo modulamos nuestra voz, nuestra mirada la postura, movimientos del cuerpo y las manos.



FICHA DE AUTOEVALUACIÓN:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL ESTUDIANTE:

FECHA:

GRADO Y SECCIÓN:

CONOCINDO QUÉ APRENDÍ	
SITUACION/ TEMA	
¿Qué sabía antes?	
¿Qué se ahora?	
¿Cómo lo aprendí?	
¿para qué me sirve?	
¿Qué valores me permitió aprender en la clase?	
Nota promedio:	Firma:

- *Te evalúas a si mismo (tu comportamiento, desempeño, actitudes, progreso)*
- *Evalúate tu nivel de aprendizaje para detectar sus dificultades y corregirlas.*

FICHA DE AUTOEVALUACIÓN:

APELLIDOS Y NOMBRES DEL ESTUDIANTE:

FECHA:

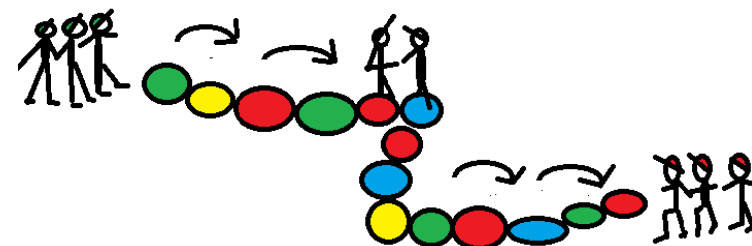
GRADO Y SECCIÓN:

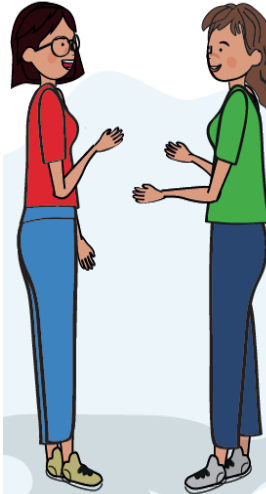
CONOCINDO QUÉ APRENDÍ	
SITUACION/ TEMA	
¿Qué sabía antes?	
¿Qué se ahora?	
¿Cómo lo aprendí?	
¿para qué me sirve?	
¿Qué valores me permitió aprender en la clase?	
Nota promedio:	Firma:

- *Te evalúas a si mismo (tu comportamiento, desempeño, actitudes, progreso)*
- *Evalúate tu nivel de aprendizaje para detectar sus dificultades y corregirlas.*

SESIÓN N° 03

Título:	Promovemos el ejercicio de nuestros derechos.				
Objetivo:	Fortalecer la autoestima de las y los estudiantes y darles a conocer sus derechos				
Recursos y materiales:	Aros, fichas de trabajo, cartillas de trabajo, espacio libre, pizarra, hojas y lapiceros.	Instrumento de evaluación:	Ficha de autoevaluación	Fecha:	10/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas				Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludamos a las y los estudiantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos. ➤ La facilitadora indica que se va realizar JUEGO YANQUEN PON: Dos equipos grandes "A y B" formados en columnas a los extremos de la fila de aros(10), es un reto de niños y niñas, al sonido del silbato salen saltando los representantes de los equipos , cuando se encuentran juegan Yanquen pon (piedra, papel y tijera) el perdedor se va al final de la columna de su equipo, el que gana avanza rápidamente, mientras sale el otro representante del equipo perdedor y nuevamente jueganasí sucesivamente hasta llegar al final, si lo logra se asigna un punto y nuevamente salen los dos representantes de los dos equipos. ¿Cómo se sintieron durante el juego? ¿Lograron el propósito del juego? ➤ Escribimos en la pizarra los siguientes títulos: "Las y los adolescentes son", "Las y los adolescentes no son". Luego se solicita voluntariados (as)para que tomen la tarjeta de las frases y las coloque bajo los títulos de acuerdo a su opinión. Volvamos a solicitar para dar lectura a las tarjetas. Luego, dirigiéndonos a todos y todas, preguntamos. ¿cómo se sientes al leer o escuchar esas frases?, ¿recuerdas qué otras frases se suele usar para referirse a las y los adolescentes?, ¿Cómo reaccionas al escucharlas? 				
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ La facilitadora indica que se va realizar la dinámica "Levántate si" para lo cual leerás algunas frases y las y los estudiantes se pondrán de pie si se identifican con ellas. La facilitadora da inicio a la lectura de las afirmaciones de la dinámica. 				



	<ul style="list-style-type: none"> ➤ A continuación, se les solicita que conformen dos grupos mixtos, cada uno preparará un sociodrama a partir de las situaciones tratadas en la dinámica anterior. Se les proporcionará algunas preguntas motivadoras para que puedan organizarlo: ¿Cómo nos sentimos frente a las situaciones descritas en el ejercicio? ➤ El trato recibido a las frases escuchadas, ¿afectaron la forma cómo percibimos?, ¿de qué manera?, ¿Cómo enfrentamos esas expectativas?, ¿Qué frase no nos gustaría volver a oír?, ¿el trato y las frases que escuchamos pueden ser consideradas formas de discriminación? ➤ Luego de observar el sociodrama consolidamos las reflexiones explicando los derechos de los niños, niñas y adolescentes. ➤ A la vida e integridad: es responsabilidad del Estado proporcionar atención adecuada a la madre durante el embarazo, el parto, y después del nacimiento. ➤ Libertad: las y los ciudadanos no pueden ser detenidos o privados de ellas por ninguna persona o institución, salvo por mandato judicial si se le encuentra en flagrante delito. ➤ A la identidad: las personas tienen derecho a un nombre, a una nacionalidad, a conocer a sus padres y madres, a ser cuidados por estos y llevar sus apellidos. ➤ A la libertad de opinión: la expresión de la opinión es libre en toda materia y bajo cualquier forma o canal. Esta debe ser respetada y tomada en cuenta. ➤ A la libertad de pensamiento, conciencia y religión: se respetará el derecho de las madres y padres o responsables de la crianza a guiar al individuo en este sentido. ➤ A asociarse: el niño o niña y adolescente tiene libertad de asociarse con fines lícitos, así como a reunirse pacíficamente. ➤ A la educación, deporte y recreación. 	
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Invitamos a los y las estudiantes a compartir sus opiniones sobre la sesión. Culminamos señalando que las y los estudiantes son personas con iguales derechos que los y los niños y adultos. 	

FRASES

- Son inmaduros o inmaduras
- Solo quieren divertirse
- Son responsables
- Son maduros y maduras
- Son inexpertos e inexpertas
- Son incapaces de decidir sobre sus vidas
- No saben lo que quieren
- No toman nada en serio
- Saben tomar decisiones
- Tienen experiencia
- Saben todo.

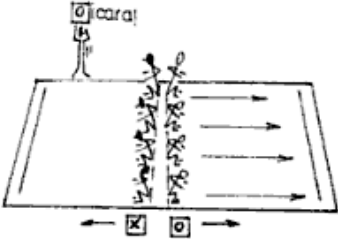



Dinámica “Levántate si”

- ✚ Alguna vez has sentido que tu opinión no era valorada por no ser adulto o adulta.
- ✚ Alguna vez alguien se ha referido a ti con la frase “es una mocosa o mocoso”
- ✚ Alguna vez te han dicho “Cuando seas mayor entenderás”
- ✚ Alguna persona te ha criticado por tu forma de vestir.
- ✚ Alguna vez te dijeron: “cuándo madurarás”
- ✚ Has trabajado y te han pagado muy poco porque eres adolescente.
- ✚ Alguna persona ha traicionado tu confianza.
- ✚ Has sentido que eres una persona con derechos y valiosa.
- ✚ Te han dicho que para ti todo es fácil porque no tienes de qué preocuparte.



SESIÓN N° 04

Título:	Aprendamos y practiquemos la escucha activa.			
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crear en las y los estudiantes habilidades elementales que les permitan aprender a escuchar a los demás. ➤ Resaltar la importancia de saber escuchar para una buena comunicación. 			
Recursos y materiales:	Pelotas pequeñas, red, pelotas, conos, colchonetas, aros, silbato, loza deportiva, sogas.	Instrumento de evaluación:	Lista de cotejos	Fecha: 10/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Saludamos a las y los estudiantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos. ✓ Juego Cara o Cruz: Parejas, situadas de espaldas a unos 2 metros de distancia aproximadamente y divididos por una línea central. A la voz de “cara” o “cruz” los alumnos del lado nombrado persiguen a su pareja correspondiente del otro equipo tratando de tocarlos antes de que lleguen a la línea de fondo. El que da caza a su pareja gana un punto; si no, se anota un punto el contrario. ❖ Juego Salto al lazo cooperativo: La consigna es que todos los participantes salten juntos la soga. Dos participantes se encargan de hacerla girar. Se forman en filas. ❖ A la voz de la facilitadora: ❖ Levantan la mano derecha - Levantan la mano izquierda - Levantan las manos hacia arriba - Levantan las manos hacia abajo, - Luego se hace círculos en el patio - Saltan dentro del círculo - Saltan fuera del círculo - Saltan al borde del círculo. ❖ Reflexión: ¿Lograron el propósito del juego?, ¿Qué dificultades tuvieron y cómo las superaron?, ¿Qué habilidades han fortalecido?, ¿Qué otras habilidades sociales han puesto en juego? 			
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Se solicitará en el grupo la colaboración de 4 voluntario(a)s • Se dará la indicación que cada voluntario(a) va a recibir un mensaje y que sólo deberá escuchar sin hacer ninguna pregunta. De igual manera, el que narra la historia tampoco puede repetir el mensaje. • Pedir que 3 de los voluntarios (as) salgan fuera del ambiente, quedando sólo uno(a) en el aula. • La facilitadora lee la historia (ver cartilla de trabajo 01) al voluntario(a) que se quedó en el ambiente y al término de ella le pide que éste cuente la historia al segundo voluntario(a), que ingresará. Seguidamente se solicita que ingrese un tercer voluntario(a), que recibirá la narración de la historia del segundo voluntario(a). Finalmente, el cuarto voluntario ingresará al aula y recibirá la información del tercer voluntario. • El último voluntario informará a toda el aula lo que ha recibido de información sobre la historia inicial. (Es muy probable que la historia haya cambiado) 			

- Formar grupos de 5 a 7 participantes y pedirles que discutan lo que han podido observar, ¿por qué se ha modificado el mensaje? ¿sucede lo mismo en el aula? Pedir ejemplos de situaciones similares que se hayan presentado en el salón de clase.
- Solicitar que un estudiante de cada grupo presente los comentarios del grupo.
- La facilitadora, dirigiéndose al salón, indagará sobre sentimientos y emociones frente a esta situación, preguntando ¿Cómo se sentirán las personas cuando no se les entiende sus mensajes?
- Al término de los comentarios, la facilitadora informará que siendo la comunicación oral una de las formas más frecuentes de comunicación, existen algunas habilidades que la fortalecen y nos permiten escuchar mejor y entender el mensaje con mayor precisión.

ESCUCHAR es una habilidad básica. Para utilizarla adecuadamente tenemos que asegurarnos que “cuando el emisor envía un mensaje; el receptor escucha con un esfuerzo físico y mental; concentrándose en el emisor, comprendiendo el mensaje, resumiendo los puntos importantes y confirmando si el mensaje fue comprendido.

Existen algunas reglas básicas para obtener una escucha activa

Para el receptor

- Estar atento
- Mirarse a los ojos con el interlocutor
- Escuchar lo que dice la otra persona
- Tomarse el tiempo necesario para escuchar.
- Crear y establecer un clima agradable.
- Concentrarse y evitar la distracción.
- Cuando sea posible prepararse acerca del tema a escuchar.
- Preguntar todas las veces que sea necesario para entender el mensaje

Para el emisor

- **Asegurarse que el mensaje se haya entendido, preguntándole al receptor(es) si entendió o entendieron lo que se dijo.**
- **Mantener una distancia adecuada, es decir no muy lejos, ni muy cerca de la persona con quien nos comunicamos**

Cierre

Ahora el facilitador leerá la cartilla de trabajo 02 e indicará a los estudiantes que pongan en práctica las habilidades de escuchar. Al terminar de leer la cartilla 2 el facilitador hará 2 ó 3 preguntas (¿A dónde fue Ricardo? ¿Qué le pasó a Ricardo?) en relación a la historia leída y los participantes deben de responder por escrito en su cuaderno.

-Concluir enfatizando la importancia de saber escuchar y la aplicación de estas habilidades en nuestra vida diaria.

- Indicar que desde esta semana practicaremos esta habilidad tanto en la casa como en nuestra comunidad y registremos en nuestro cuaderno nuestra experiencia.

**“PARA ENTENDER EL MENSAJE CON CLARIDAD
ES IMPORTANTE SABER ESCUCHAR”**

Cartilla de trabajo 01


El sábado 22 de mayo, Julio Cesar nos invitó a celebrar su cumpleaños en su casa en Quiquijana. A esa fiesta asistieron compañeros del 3º “A” y los chicos del 1º “A”, durante la fiesta vimos con sorpresa que los mejores bailarines, fueron Sonia con William; a tal punto que, todos les rodeamos y le hicimos barra. De pronto, vimos a Julio Cesar algo incómodo con ellos y le dijo al Disk-jockey que cambie de música y... ¡qué roche! empezaron a tocar sólo cumbias lo que produjo molestia y aburrimiento en todos.

Cartilla de trabajo 02

El otro día Ricardo asistió a una pollada que se realizó en el barrio para recaudar fondos porque su vecino estaba internado. En plena fiesta salió a comprar gaseosas que le encargaron, para vender en la pollada. En la esquina se encontró con Mauricio, su compañero de colegio, mientras conversaban vieron que la Policía se estaba llevando a unos pandilleros a la Comisaría; y, creyendo que también ellos eran de esos grupos, se los llevaron detenidos. Les explicaron y no les creyeron porque los dos tenían gorros parecidos a los de la pandilla y por eso la Policía los confundió.

Tuvieron que quedarse allí hasta que fueran sus familiares; mientras tanto, en la pollada, creían que Ricardo se había escapado con el dinero y estaban muy molestos.

SESIÓN N° 05

Título:	Encuentro la mejor manera de expresar mis ideas y pensamientos.				
Objetivo:	Que las y los estudiantes reconozcan los tipos de comunicación (pasivo, agresivo, asertivo) y privilegien la comunicación asertiva en su relación con los demás.				
Recursos y materiales:	Papel bond, tijeras, tarjeta con diálogos de situaciones comunicativas, tarjetas con situaciones comunes.	Instrumento de evaluación:	Lista de cotejos	Fecha:	11/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas				Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> • Saludamos a los y las participantes, manifestándoles el agrado y satisfacción de trabajar con ellos. • Juego: Pasar por el aro: Formar un círculo o fila agarrados de las manos, de tal forma que durante el juego ningún participante se suelte. La actividad consiste en pasar un aro de una persona a otra sin soltarse de las manos, de un extremo del círculo al otro. Los participantes tendrán que moverse con agilidad para realizar la tarea porque se cuenta con un tiempo determinado. • Reflexiona: ¿Cómo se sintieron durante el juego? ¿Lograron el propósito del juego?, ¿Cómo lograron coordinar su participación?, ¿Cómo se comunicaron? • La facilitadora escribe en la pizarra las siguientes palabras: agresiva, pasiva y asertiva. • Explicamos a las y los estudiantes que estos son estilos de comunicación que las personas empleamos en nuestras interacciones diarias y que es importante conocerlas para mejorar las relaciones con los demás, La facilitadora brinda información de acuerdo con los contenidos de las tarjetas que se adjuntan en la presente sesión. 				
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Se eligen tres parejas al azar, de preferencia mixta (varones y mujeres) para que especifiquen los diálogos que figuran en las tarjetas. • La consigna es que los estudiantes inicien el dialogo tal como se le señala en las tarjetas, para luego continuarlos por dos minutos. Después de cada escenificación, la facilitadora pide aplausos para la pareja y agradece su participación. • Sobre la base de lo observado en las escenificaciones, la facilitadora manifiesta que existe diferentes estilos de comunicación entre las personas, e inicia una reflexión con ellos usando las diferentes preguntas. • ¿Cómo nos comunicamos con nuestros padres y madres?, ¿utilizamos el mismo lenguaje cuando nos comunicamos con nuestros amigos?, ¿con que forma de comunicación nos sentimos más cómodos?, ¿Por qué?, ¿Cómo debemos expresarnos para que fluya la comunicación?, ¿utilizamos el mismo lenguaje dentro y fuera del colegio?, ¿Por qué? 				

	<ul style="list-style-type: none"> • Realizamos el juego “Comunicándonos” respetando las siguientes reglas: • Se forma un máximo de tres grupos. El representante de cada grupo elige al azar una de las cinco situaciones de las tarjetas de situaciones comunes. • Los equipos tienen cinco minutos para escenificar en donde se expongan los tres tipos de comunicación. La facilitadora debe asegurarse que todos aporten ideas a la escenificación. Así mismo debe de procurar que la mayoría de los integrantes del equipo participen, no obligando a aquellos que sienten vergüenza, pero motivando su participación. • Los tres equipos presentan su escenificación. • Acabado el juego, la facilitadora genera un dialogo en base a las siguientes preguntas. • ¿son situaciones comunes en la comunidad o en la zona?, ¿Cómo podemos mejorar el final de cada escenificación? • En nuestra vida diría: ¿Cuáles son los problemas de comunicación que existe entre amigos, amigas, padres y madres? • Si consideras conveniente la facilitadora puede felicitar y pedir un aplauso para el equipo que: • Represento los tres tipos de comunicación. • Represento una situación de conflicto que resolvió adecuadamente con comunicación asertiva. } • Propició la actuación de todos los miembros del equipo. • Utilizó elementos propios de la comunidad.
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Junto a las y los estudiantes y teniendo en cuenta la información proporcionada en el momento anterior, llegamos a algunas conclusiones. Luego reflexionamos y complementamos sobre la base de las siguientes ideas fuerza: • La asertividad permite a las personas expresar lo que realmente piensan, sienten, y desean, además de experimentar bienestar por ello. • La asertividad permite a las y los estudiantes defender sus derechos como persona. • La comunicación asertiva es útil. • Finalmente ponemos en práctica todo lo aprendido acerca de los tipos de comunicación jugando “Pasa la pelota grande”, para ello se formarán dos equipos de seis integrantes por equipo. Cada equipo tendrá pasar a cada intercepta los pases los pases del equipo contrario.



Tarjetas de con diálogos de situaciones comunicativas

Situación 1: Comunicación Asertiva

- ✓ **Chico:** Hola (nombre de la chica) Reynaldo, Elvis y yo (reemplazar por nombres de los compañeros de grado) vamos a ir a la fiesta (nombre de la fiesta de la comunidad) este fin de semana ¿quieres venir con nosotros?
- ✓ **Chica:** claro que si ¿A qué hora nos encontramos?
- ✓ **Chico:** ¿Qué te parece a las siete?
- ✓ **Chica:** está bien, pero podemos avisarle también a (nombres de otros compañeros) y tengo que avisar a mis padres.

Situación 2: Comunicación Agresiva

- ✓ **Chico:** Hola (nombre de la chica), ayer no pude venir al colegio. Préstame tu cuaderno para ponerme al día. con nosotros?
- ✓ **Chica:** No, tú eres un distraído y me lo vas perder. Pídele a otra persona
- ✓ **Chico:** Eres muy egoísta.
- ✓ **Chica:** Y tú eres un sonso ¿Por qué no vienes, pues?, ¿Qué estarías haciendo?
- ✓ **Chico:**

Situación 3: Comunicación Pasiva

- ✓ **Chica:** Hola (nombre del chico). Testaba buscando. Quiero que me ayudes a escaparme un rato del colegio. Quiero ir un ratito (lugar o situación de la comunidad)
- ✓ **Chico:** No sé
- ✓ **Chica:** Y a pues, tú eres mi mejor amigo.
- ✓ **Chica:** No sé, la verdad. Es que yo...Bueno, ya pues. Te tendré que ayudar, pues.
- ✓ **Chico:**

Tarjetas de con situaciones comunicativas

Situación 1:

Un grupo de vecinos de la comunidad/centro poblado quiere acordar con la autoridad local la construcción de una obra.

Situación 2:

Los miembros de una familia conversan/discuten sobre las tareas que tiene que cumplir cada uno para aportar a la economía del hogar.

Situación 3:

Un grupo de estudiantes se organiza para ir a una fiesta de un pueblo o comunidad.


Situación 4:

Docentes y estudiantes tratan de ponerse de acuerdo respecto a la organización de la fiesta de promoción o ceremonia de clausura del año escolar.

Situación 1:

Un grupo de vecinos conversa con otro grupo de la comunidad/ centro poblado para solicitar su apoyo para un trabajo o para la realización de una colecta.

SESIÓN N° 06

Título:	Aceptándome				
Objetivo:	Que las y los estudiantes se conozcan a sí mismos y se acepten físicamente, favoreciendo su auto cuidado.				
Recursos y materiales:	Globos, espejo, espacio libre, fichas de trabajo, cartillas de lectura, pizarra, hojas, plumones	Instrumento de evaluación:	Ficha de observación	Fecha:	14/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.	
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> La facilitadora saludará al estudiante, se comentará brevemente sobre algunas ideas del módulo anterior. Vamos todos y todas al patio a desarrollar Juego Lluvia de globos: se distribuye los globos a cada participante. A la señal de inicio, los participantes deben dar un golpe fuerte a los globos para que se eleven y por medio de pequeños golpes deben mantenerlos suspendidos evitando que toquen el suelo. La consigna es que los participantes deben cooperar entre sí para evitar que los globos caigan al suelo. Para ello, pueden usar cualquier parte de su cuerpo. Solo podrán moverse en un área o espacio delimitada previamente. El juego acaba cuando todos los globos caen al suelo. Reflexión: ¿Cómo se han sentido durante el juego?, ¿Cómo aportar al logro del objetivo del juego? ¿Qué debe mejorar cada uno para tener mejores resultados? 				
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> Se iniciará la sesión presentando la siguiente situación: “Rosa es una adolescente de 14 años, desde niña siempre se avergonzaba de su peso corporal, ella se miraba al espejo y se decía: “estoy gorda, que vergüenza que siento, escucho que mis amigos se burlan de mí, ya no voy a comer para que no se burlen”. Además de esto, Rosa no quería salir de su casa, pensaba que la iban a molestar, no participaba en fiestas y cada vez más se alejaba de sus amistades”. La facilitadora realizará las siguientes preguntas: ¿Qué hemos observado en esta narración? ¿Por qué creen que Rosa pensaría de esta manera? ¿Qué pensará Rosa acerca de su cuerpo? Es importante crear un debate entre los alumnos. Luego de esto se preguntará: ¿Cómo se sentirá una persona que no se acepta físicamente tal como es? La facilitadora dialogará sobre la importancia de aceptar nuestro cuerpo, enfatizando en que es importante reconocer nuestras características físicas tal como somos y aceptarlo de manera incondicional, la valoración que le demos a nuestro cuerpo debe ir más allá de las opiniones de otras personas. Un auto concepto positivo de nuestro físico influirá en nuestra estima personal, esto nos evitará crearnos complejos, ansiedades, inseguridades, etc. <div style="border: 2px solid red; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>También es importante resaltar a los adolescentes que aceptarnos físicamente tal como somos lleva a aceptar incondicionalmente a otros sin dar una valoración de “feo” o “bonito”, porque estos conceptos son relativos y están influenciadas por la valoración que les da una determinada sociedad. Por ejemplo, algunos adolescentes se pueden sentir mal de tener acné (barritos en el rostro), y sentirse feos por ello, esto les originará limitaciones en su vida social.</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> La facilitadora dará ejemplos de personajes célebres, donde resaltaré diciendo que a pesar de tener características físicas limitantes a ellos no le impidieron lograr sus metas, tenemos el caso de Napoleón Bonaparte, que, teniendo una talla baja, ésta no lo limitó a ser un gran militar y 				

	<p>conquistador, también encontramos en Beethoven, que a pesar de tener limitaciones auditivas ha sido un músico famoso e importante de la música clásica.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seguidamente se entregará a cada uno una ficha de trabajo: “Mi Cuerpo es Valioso” para ser desarrollado individualmente por los estudiantes. se les brindará un tiempo de 5 minutos aproximadamente. • Se preguntará cómo se han sentido durante el ejercicio y solicitará comentarios, opiniones sobre lo realizado. • Se preguntará en que área han tenido mayor dificultad.
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La facilitadora reforzará la importancia de aceptarnos tal como somos, decirles que nuestro cuerpo es único que pueden existir aspectos que nos desagraden, pero ello no significa que debemos sentirnos inferiores y avergonzarnos. Por lo tanto, debemos de cuidar nuestro cuerpo aseándolo, nutriéndolo adecuadamente, protegiéndolo de ingesta de sustancias tóxicas, y otros riesgos. • Se solicita que todos los adolescentes se pongan de pie para desarrollar la cartilla de trabajo: “Valorando nuestro cuerpo”, con los ojos cerrados. • Terminando la lectura se pide abrir los ojos y que intercambien abrazos. • Se pedirá a los estudiantes que cuando estén en sus casas establezcan un diálogo consigo mismo mirándose al espejo y repitiendo el contenido de la cartilla. • Registrar en su cuaderno su experiencia, indicando el día, la hora, el lugar y la emoción que sintió. • Se pedirá a los estudiantes que se acerquen a los espejos que están ubicados en el salón de clases que establezcan un diálogo consigo mismo mirándose al espejo y repitiendo el contenido de la cartilla. • Finalmente registrar en su cuaderno su experiencia, indicando el día, la hora, el lugar y la emoción que sintió. <div data-bbox="1868 483 2141 778" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1921 836 2141 1074" data-label="Image"> </div>

Ficha de trabajo 01

MI CUERPO ES VALIOSO

PARTES DE MI CUERPO QUE MÁS ME AGRADA	PARTES DE MI CUERPO QUE NO ME AGRADA
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.

**“MI CUERPO ES VALIOSO Y ME ACEPTO TAL
COMO SOY”**

Cartilla de trabajo

VALORANDO NUESTRO CUERPO

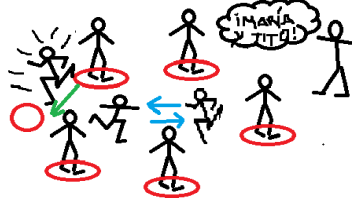
Instrucciones:

El facilitador solicitará a los participantes que cierren los ojos, que escuchen atentamente y que repitan cada oración que vaya leyendo el facilitador.

- ❖ “Mi cuerpo es valioso e importante”
- ❖ “Mi cabello me protege del sol y del frío”
- ❖ “Mis ojos me permiten ver lo que sucede a mi alrededor”
- ❖ “Mi nariz me sirve para oler “
- ❖ “Mi boca me permite decir lo que siento y quiero”
- ❖ “Mis oídos me sirven para escuchar las diversas melodías”
- ❖ “Mis manos me permiten agarrar, tocar y acariciar”
- ❖ “Mis piernas me permiten trasladarme de un lugar a otro”
- ❖ “Todo mi cuerpo es importante, puedo aprender a cuidarlo, valorarlo y quererlo”
- ❖ “Yo soy importante” “Yo soy muy importante”

**“YO SOY ASI Y ME ACEPTO TAL
COMO SOY”**

SESIÓN N° 07

SESIÓN N° 07					
Título:	Conociéndonos				
Objetivo:	Que las y los estudiantes identifiquen las características positivas y negativas de su comportamiento, así como que utilicen sus habilidades para cambiar las características negativas de su comportamiento.				
Recursos y materiales:	Figuras de pies y manos, recortados, cinta de embalaje, espacio libre, cartilla de trabajo, ula, ulas, balones, depósitos de plástico, cajas pequeñas.	Instrumento de evaluación:	Ficha de observación	Fecha:	15/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas				Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saludamos a los y las estudiantes expresando satisfacción de esta nueva experiencia. ➤ Nos reunimos todos y todas, delimitamos el espacio donde vamos a trabajar y conversamos sobre la importancia de la práctica del saludo y normas de convivencia. ➤ Dinámica de motivación: “TODOS ¡CAMBIO!”: grupos de 10 participantes, un aro por persona. Los jugadores forman un círculo y colocan los aros a sus pies. Uno de ellos, sin aro, se encuentra en el centro, la profesora nombrará rápidamente a dos compañeros que deberán intercambiar sus puestos de inmediato, momento que aprovechara el que liga para ocupar la casa de alguno y cambiar así sus funciones. ¿les justó la dinámica? ➤ Todos y todas nos preparamos para divertirnos con un nuevo juego Twister con las manos y pies antideslizantes, colocándolos de una manera más o menos complicada, según el orden de las figuras. Esta actividad permite trabajar y desarrollar múltiples habilidades de manera lúdica: la motricidad gruesa, la coordinación y el equilibrio, la lateralidad, la atención y la concentración, los límites del cuerpo, la resistencia, la flexibilidad, la noción de espacio, saber trabajar en equipo y ¡enriquecer el vocabulario de los colores! El objetivo del juego es conseguir poner el pie y la mano en el lugar indicado sin dejar que el cuerpo toque el suelo. Para jugar hay que ser mínimo 2 jugadores y un árbitro. ¿Cómo se han sentido durante el juego? 				
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se iniciará narrando la siguiente situación: “Carlos estaba reflexionando sobre su comportamiento, ya que su padre la noche pasada le había llamado la atención, recordaba que su padre le había dicho que era un irresponsable, impuntual y violento con su hermano menor. Así mismo Carlos reconocía que era resentido y celoso. 				



- En esos instantes ingresa su madre y ve llorando a Carlos, al preguntarle, él le cuenta que su padre le había llamado la atención, su madre, luego de calmarlo, le dice, “Es importante que te des cuenta que también tienes muchas virtudes entre ellas que eres comprensivo, inteligente y cariñoso”.
- La facilitadora hará a las y los estudiantes las siguientes preguntas: ¿Qué observamos en esta situación? ¿En qué otras circunstancias los adolescentes pueden evaluar sus virtudes y defectos? ¿Qué sucedió para que Carlos pensara sobre sus defectos y virtudes? Se propiciará un diálogo entre los alumnos. Luego se hará la siguiente pregunta: ¿Qué sentirá una persona cuando evalúa su comportamiento?
- Luego del debate la facilitadora explicará la importancia de reconocer las características positivas y negativas de nuestra conducta. El conocerse implica un proceso reflexivo por el cual la persona adquiere noción de su yo y de sus propias cualidades y características, el autoconocimiento está basado en aprender a querernos y a conocernos a nosotros mismos, supone la madurez de conocer cualidades y defectos y apoyarte en los primeros y luchar contra los segundos.
- Se definirán como características negativas a toda conducta que atente contra los derechos de sí mismo o contra el derecho de los demás; y, como características positivas a toda conducta que favorezca las relaciones interpersonales.
- Solicitar a los estudiantes ejemplos de características negativas y positivas, reforzando los conceptos anteriores.
- Se copiará en la pizarra el modelo de la cartilla de trabajo: “Conociéndonos” se indica que la apliquen y desarrollen en su cuaderno. Se les dará un tiempo de 10 minutos aproximadamente.
- Formar grupos de 6 participantes, luego la facilitadora asignará a cada grupo una característica negativa. Luego, el facilitador hará la siguiente pregunta ¿Cómo se podría cambiar esta característica para que sea positiva? ¿Qué pasos podrían dar?
- La facilitadora incentiva la participación, resaltar las respuestas de los alumnos y complementarlas con recomendaciones precisas para cada característica.



Cierre

- Cada coordinador del grupo presentará las respuestas al pleno del aula.
- ❖ **Juego Cadena de objetos:** Organiza a los participantes en dos grupos para que cada uno forme una columna. Si son pocos los integrantes de tu familia, forma un solo grupo y una sola columna.
- ❖ Entre los participantes debe haber una distancia no menor de un metro.
- ❖ Cada participante deberá mantenerse en su misma ubicación durante todo el juego.
- ❖ El primer participante tendrá varios objetos delante suyo. Lanzará un objeto al siguiente participante que está detrás y este hará lo mismo con el tercero, y así sucesivamente, hasta llegar al último participante de la columna.
- ❖ El último participante deberá lanzar el objeto a una caja.
- ❖ Si el objeto se cae por el camino, el equipo tendrá que empezar desde el principio
- ❖ Finalizar la sesión preguntando a las y los participantes cómo se han sentido y solicitando que expresen algún comentario libre.




Cartilla de trabajo

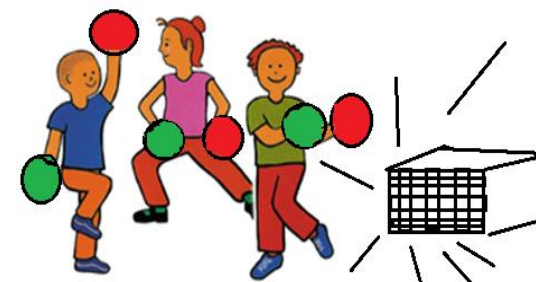
CONOCIÉNDONOS

CARACTERÍSTICAS NEGATIVAS DE MI COMPORTAMIENTO	CARACTERÍSTICAS POSITIVAS DE MI COMPORTAMIENTO
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
CARACTERÍSTICA NEGATIVA QUE QUISIERA CAMBIAR DESDE AHORA:	MI MEJOR CARACTERÍSTICA POSITIVA ES:

SESIÓN N° 08

Título:	Orgullosos de mis logros			
Objetivo:	Que las y los estudiantes aprendan a reconocer y expresar sus emociones y sentimientos en forma adecuada.			
Recursos y materiales:	Palos de escoba, equipo de música, cartilla de trabajo, hojas, lapiceros, plumones	Instrumento de evaluación:	Ficha de autoevaluación	Fecha: 15/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Saludamos a los y las estudiantes expresando satisfacción de esta nueva experiencia. ✓ Nos reunimos todos y todas, delimitamos el espacio donde vamos a trabajar y conversamos sobre la importancia de la práctica del saludo y normas de convivencia. ✓ Juego atrapa el palo: Para comenzar nuestro juego situamos a las y los estudiantes niños en un círculo gigantes, dejando un espacio razonable de aproximadamente un paso lateral. Los estudiantes sostendrán el palo de forma vertical de frente a ellos. A la voz de mando los estudiantes recorrerán su posición en la circunferencia a la izquierda o a la derecha según la indicación. Para poder desplazarse tendrán que soltar el palo de escoba que tiene para inmediatamente sostener el palo de escoba del lugar a donde se cambiaron. Es muy importante recomendará los estudiantes que sólo tiene que soltar su palo de escoba y evitar en todo momento aventarlos, estos para que su compañero tenga más posibilidades de atrapar el palo de escoba. ✓ Para iniciar el juego podemos hacer unos ejercicios de práctica, luego podemos pasar a la fase competitiva donde se saldrán aquellos estudiantes que no reacciones a tiempo y se les caiga el palo de escoba; pero también podemos hacerlo colaborativo y ver cuantas rondas consigue el grupo sin dejar caer el material. ✓ Después del juego hacemos algunos ejercicios de estiramiento y soltura muscular 			
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se iniciará comentando la siguiente situación: José y Martha son compañeros de clase del tercer año de secundaria, un día él le declara su amor proponiéndole que sea su enamorada, en ese momento ella se sorprende y le da una respuesta negativa, aduciendo que él no es nadie y que todavía no había logrado nada en la vida. 			

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La facilitadora realizará las siguientes preguntas: ¿Qué observamos en esta situación?, ¿José se habrá dado tiempo para pensar en sus logros?, ¿Sucede con frecuencia que los adolescentes piensen en los logros obtenidos? Aquí la facilitadora propiciará un debate sobre sus respuestas. ✓ Se pedirá ejemplos a las y los participantes de cómo se sentirá una persona que no reconoce sus logros. ✓ La facilitadora explicará que la autoestima se construye de la valoración que le damos a nuestros objetivos alcanzados, metas, proyectos, deseos, etc. Este grado de satisfacción repercutirá en la seguridad personal para continuar asumiendo nuevos compromisos y retos que la persona se plantee. ✓ Se explicará que en nuestra vida hemos alcanzado muchas cosas, pero pocas veces hacemos una reflexión sobre ello, una acción positiva realizada puede ser considerado un logro, se dará algunos ejemplos como: concluir la primaria para un niño puede ser un logro alcanzado, haber participado en un campeonato deportivo también puede ser un logro, entre otros. ✓ Se le entregará a los estudiantes la cartilla de trabajo: “Reconociendo mis logros”, indicándoles que escriban su experiencia de logros en el ámbito de la familia, del colegio y de la comunidad. ✓ Luego que hayan concluido la cartilla la facilitadora solicitará a los participantes para que lean sus escritos. Es importante anotar que por cada participación se le reforzará con palabras de felicitación por los logros alcanzados. ✓ Finalmente se les indicará que cierren sus ojos y revivan en imágenes lo que han escrito para experimentar la satisfacción de logro.
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ La facilitadora mencionará que para finalizar la sesión realizarán la actividad “Me muevo al ritmo de la música”. ✓ Explicaremos que escucharán la música que colocarás en el reproductor y ellos pueden decidir con libertad cómo moverse de manera individual siguiendo el ritmo (algunos niños optarán por bailar, otros por solo caminar y hacer movimientos de estiramiento al compás de la música, etc.). ✓ Reproduciremos la música: “Mix Ocobamba, indicaremos que la actividad finaliza al terminar la melodía. ✓ Luego de un tiempo de movimiento libre: Nos reunimos y les preguntamos (permite que todos se expresen): “¿Cómo se sintieron al moverse al ritmo de diferentes canciones?, ¿quiénes conocían el ritmo de las músicas?, ¿quiénes se movieron igual o parecido al compañero?”.




Cartilla de trabajo



RECONOCIENDO MIS LOGROS

EN MI FAMILIA HE LOGRADO:	EN MI COLEGIO HE LOGRADO:	EN MI BARRIO HE LOGRADO:

**“UNA MANERA DE HACER CRECER
NUESTRA AUTOESTIMA ES
SINTIÉNDONOS ORGULLOSO DE
NUESTROS LOGROS”**

SESIÓN N° 09

Título:	Decisiones informadas				
Objetivo:	Que las y los estudiantes conozcan y apliquen los pasos del proceso de toma de decisiones.				
Recursos y materiales:	Sogas, conos, hojas de colores, palos de escoba, pelotitas de trapo, cartilla de trabajo, espacio libre.	Instrumento de evaluación:	Cartilla de trabajo “Mi proyecto de vida”	Fecha:	16/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.	
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> • Saludamos a los y las estudiantes expresando satisfacción de esta nueva experiencia. • La facilitadora pedirá a 4 participantes para escenificar la siguiente situación: “Jorge fue a una fiesta con permiso de sus padres hasta la 1 de la mañana, la reunión estaba en su mejor momento, se notaba muy divertida; sin embargo, ya se cumplía la hora del permiso, los amigos y amigas le pidieron que se quede; Jorge estaba muy indeciso, si quedarse en la fiesta y seguir divirtiéndose o irse a su casa...” • La facilitadora propiciará un debate preguntando ¿Qué observamos en esta situación?, ¿Qué decisión habrá tomado Jorge?, ¿Qué alternativas habrá pensado? • 4. Luego del debate la facilitadora preguntará, ¿En qué situaciones nos es difícil tomar una decisión?, ¿Nos sucede esto con frecuencia en el colegio o la casa? Solicitar 2 ó 3 ejemplos • Cuando las personas toman decisiones equivocadas, usualmente ¿Cómo se sienten? Propiciar la participación de 2 alumnos. • Juego “Batalla de equipos ¿les justó la dinámica? 				
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Luego de haber desarrollados los juegos, volvemos al salón de clase para dialogar sobre cómo tomar una decisión acertada es necesario analizar el problema, luego proponer y elegir la(s) alternativas saludables. <p>Los pasos para tomar una decisión acertada son 6</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Definir cuál es la situación a resolver: percibir y delinear cual es el motivo de preocupación, la situación, el problema, para lo cual se buscará información, se evaluará y se definirá. 2. Proponer las alternativas: generar y considerar diferentes alternativas (lluvia de ideas), mínimamente pueden ser cinco. 3. Considerar el pro y el contra de cada alternativa: seleccionar las alternativas deseables y no deseables, en base a sus consecuencias. 4. Elegir la(s) mejor(es) alternativa(s): esto se hará en función a la(s) alternativas que presente mayores consecuencias positivas. 				

	<p>5. Ejecutar la(s) alternativa(s) elegida(s): implementarlas y ponerlas en práctica.</p> <p>6. Evaluar el resultado: se realizará, después de haber ejecutado la(s) alternativas elegidas; a corto, mediano o largo plazo; la evaluación será positiva: si el problema a resolver ha disminuido o se ha solucionado ante lo cual se premiarán realizando conductas que más le agradan y/o con auto mensajes positivos, para reforzar esta habilidad y su autoestima. Ejemplo “me siento orgulloso de haber sido responsable”. La evaluación será negativa: si el resultado ha sido desfavorable, entonces considerar y analizar la(s) otras alternativas, o aplicar nuevamente los pasos de la toma de decisiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • El facilitador dividirá el salón en grupos de 5 a 7 participantes luego solicitará que se organicen eligiendo un moderador y un secretario. • Se indicará que cada grupo deberá aplicar los pasos del proceso de toma de decisiones para desarrollar la cartilla de trabajo: “¿Qué decisión tomaré?”, en aproximadamente 15 minutos. • Se invitará a representantes de 2 ó 3 subgrupos para que expongan cuál ha sido la mejor decisión de acuerdo a la cartilla. • El facilitador concluirá reforzando los pasos para tomar la mejor decisión y enfatizará que: <ul style="list-style-type: none"> ❖ No siempre la primera reacción es la mejor opción a tomar. ❖ Es importante darse un tiempo para tomar una buena decisión. • La persona que ejecuta la decisión, basada en las alternativas consideradas, es la responsable de los resultados obtenidos sean los esperados o no. • A continuación desarrollaremos juegos de neuromotricidad para poner en practica todo lo aprendido.
<p>Cierre</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Juego tradicional del Chiwka para este juego necesitamos un palo de escoba o bastones por jugador y una pelota liviana, (pelotas grande trapo). El juego consiste en formar dos equipos de 06 integrantes por equipo. Cada equipo dividido en su campo con su arquero. La consigna es llevar la pelota golpeando al arco contrario para meter un gol, cada equipo su espacio para este juego se puede aplicar la regla del bulbito. • Juego de percepción visual y espacial: Todos los jugadores distribuidos libremente en el patio con sus cuatro hojas de arco iris de diferentes colores, cada jugador ubicara cada hoja en el piso formando una cuadra. Cuando la facilitadora muestre un color especifico los jugadores tendrán que saltar sobre el color de la hoja. Así sucesivamente, se puede variar los saltos con un pie, con las dos....según las consignas de la facilitadora. <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

Cartilla de trabajo

Los pasos para tomar una decisión acertada son 6

1. Definir cuál es la situación a resolver: percibir y delinear cual es el motivo de preocupación, la situación, el problema, para lo cual se buscará información, se evaluará y se definirá.

“ES IMPORTANTE DARSE UN TIEMPO PARA TOMAR UNA DECISIÓN ACERTADA”

2. Proponer las alternativas: generar y considerar diferentes alternativas (lluvia de ideas), mínimamente pueden ser cinco.

3. Considerar el pro y el contra de cada alternativa: seleccionar las alternativas deseables y no deseables, en base a sus consecuencias.

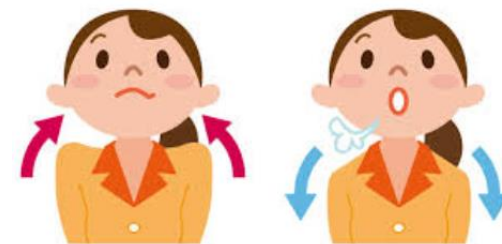
4. Elegir la(s) mejor(es) alternativa(s): esto se hará en función a la(s) alternativas que presente mayores consecuencias positivas.

5. Ejecutar la(s) alternativa(s) elegida(s): implementarlas y ponerlas en práctica.

6. Evaluar el resultado: se realizará, después de haber ejecutado la(s) alternativas elegidas; a corto, mediano o largo plazo; la evaluación será **positiva:** si el problema a resolver ha disminuido o se ha solucionado ante lo cual se premiarán realizando conductas que más le agradan y/o con auto mensajes positivos, para reforzar esta habilidad y su autoestima. Ejemplo “me siento orgulloso de haber sido responsable”. La evaluación será **negativa:** si el resultado ha sido desfavorable, entonces considerar y analizar la(s) otras alternativas, o aplicar nuevamente los pasos de la toma de decisiones.

SESIÓN N° 10

Título:	Mi proyecto de vida.			
Objetivo:	Promover en las y los estudiantes la elaboración de sus proyectos de vida.			
Recursos y materiales:	Hojas de papel, colores, plumones o lapiceros, títeres, cartilla de trabajo, fondo musical, pizarra.	Instrumento de evaluación:	Cartilla de trabajo “Mi proyecto de vida”	Fecha: 17/06/21
M. P.	Estrategias metodológicas			Tiempo 90 minutos.
De inicio	<ul style="list-style-type: none"> • Iniciamos la sesión indicando que se va realizar una dinámica denominada “técnica de visualización”, la cual consiste en ejercicios de relajación corporal, que permite imaginar una situación o hecho significativo de la vida en el futuro. Colocando un fondo músico y preguntamos si les gusta la melodía. • Recibimos los comentarios de las y los estudiantes. 			
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Orientamos la dinámica mediante las siguientes frases: “cierren los ojos y respiren profundamente”. Tomen aire por la nariz y exhalen por la boca. Concentren la atención en el ingreso y salida del aire, sientan cómo circula en el cuerpo. No se distraigan, regresen la respiración, sientan el ritmo y el movimiento de la respiración. • Continuamos con el ejercicio hasta que se encuentren en silencio. Luego señalamos: “Imaginen cómo quisieran verse en el futuro, dónde quisieran estar, con quiénes les gustaría estar y haciendo que tipo de actividades. Tienen una vida plena de bienestar, felicidad y tranquilidad”. • Se les brinda de 05 a 10 minutos para el ejercicio personal y posteriormente solicitamos que abran los ojos. • Después el ejercicio, utilizamos una hoja de papel, colores, plumones o lapiceros, solicitamos que realicen un dibujo representando una escena de esa vida plena y feliz que quisieran tener. Luego se forman grupos de trabajo para compartir las diversas visualizaciones individuales. • En pequeños grupos, las y los estudiantes comparten su dibujo, intercambian opiniones y responden a las siguientes preguntas. ¿Cómo se podría alcanzar nuestros sueños?, ¿de quién depende que mis sueños se hagan realidad?, ¿Qué deberíamos hacer para que estos sueños se hagan cumplan?, ¿Qué debemos evitar para no obstaculizar este sueño?, ¿Qué papel juega el entorno en el cumplimiento de los sueños? • Finalmente, ¿los grupos exponen sus conclusiones en la plenaria, para ello pueden utilizar los títeres confeccionados anteriormente. • Luego la facilitadora explicará lo siguiente: “El proyecto de vida es tomar la decisión del camino que debemos seguir para lograr las metas que nos proponemos y vivir como lo proyectemos, basados en nuestra realidad”. Para elaborar nuestro proyecto de vida existen los siguientes pasos: 			



1° Diagnóstico personal: es el punto de partida para el cual se utiliza y desarrolla la técnica FODA que consiste en reconocer ¿quién soy, cómo soy, dónde y con quién vivo?; las características positivas representan las fortalezas que tiene la persona; el apoyo del entorno que recibe representa las oportunidades que le sirven para facilitar o impulsar cualquier meta que quiere lograr; por ejemplo para ser técnico en computación es importante la persistencia, responsabilidad de la persona y la ayuda de los padres. Por otro lado, también en el FODA se observan las características negativas de la persona que representa las debilidades como desgano, ociosidad, etc. y las condiciones desfavorables de su entorno (huelgas o paros frecuentes) que representan las amenazas, ambas impiden, obstaculizan, bloquean cualquier meta que quiera lograr; por ejemplo si el joven quiere practicar ebanistería y es irresponsable, y



no tiene familia para afrontar los gastos de estudio por despido laboral intempestivo del padre.

2° Visión personal: después de

saber: quién eres, cómo eres, dónde y con quién vives; debes visionar, pensar cómo te gustaría estar de aquí a 5 años, “¿cuál es tu ilusión, tu deseo, tu esperanza?”; estarás trabajando ¿en qué?, ¿Estudiando una profesión?, ¿cuál? o ¿estarás como

padre de familia?, Recuerda “una visión sin acción es un sueño y en sueño queda”.

3° Misión Personal: después de saber qué quieres ser en el futuro, debes pensar ¿cómo hacer?

realidad tu pensamiento, tus ideales, que camino debes seguir y las metas a cumplir en cada parte del camino, por ejemplo: terminar la secundaria, tener financiamiento para mis 24 estudios etc.



Cierre

- Para concluir con a sesión, se felicita a las y los estudiantes por su participación y se comenta algunas de las conclusiones grupales. Reafirmamos que, si bien es cierto que el ejercicio de visualización refleja una situación futura agradable, el hecho de lograrla dependerá del esfuerzo personal, de las decisiones y actividades que ejecuten para su realización, así como de la su valoración.
- Finalmente se les reparte la cartilla de trabajo a cada estudiantes y motivar para que cada uno según los pasos elabore su proyecto de vida en casa.

CARTILLA DE TRABAJO

MI PROYECTO DE VIDA

1° Diagnóstico personal: mis fortalezas (características positivas) y las oportunidades (apoyo de tu familia y/o familiares), que me ayudarán a lograr mis metas. También describir mis debilidades (características negativas) y/o amenazas o situaciones de mi entorno que podrían impedir el logro de mis metas.

2° Visión personal, es pensar qué me gustaría ser en mi futuro cercano (en 5 años).

(Acuérdate que es algo que sí se pueda cumplir).

3° Misión Personal, es ¿cómo hacer? realidad mi pensamiento (visión), ¿qué debo hacer para lograr mi meta?

(Empezar con el paso 1, luego el 2 y finalmente el 3)

1. Diagnóstico Personal			
Fortalezas (Ej. Soy hábil en matemáticas)	Oportunidades (Ej. Hay un concurso de becas)	Debilidades (Ej. No siempre soy puntual)	Amenazas (Ej. Despidieron a mi papá del trabajo)
2. Visión		3. Misión	
(¿Qué quiero ser?, ¿Cómo me veo en 5 años?)		,¿Cuál es mi meta?)	
¿Cómo lograré esa meta?		¿Qué debo hacer?	

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICA



Aplicación del pre test y pos test



Aplicación del
Cuestionario de
habilidades
sociales.





Estudiantes de 2° grado.



Estudiantes de 2° grado.



Juegos de neuromotricidad.





Juegos de habilidad motriz





Desarrollo de sesiones de habilidades sociales





Desarrollo de sesiones de habilidades sociales





Desarrollo de sesiones de habilidades sociales





Narraciones a través de títeres.



Desarrollo de sesiones de habilidades sociales.







Clausura del programa integrado.

