



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA**

**Programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en
estudiantes de básica superior en una unidad educativa de
Naranjito, 2021.**

**TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

AUTORA

Torres Espinoza, Virginia Vanessa (ORCID: 0000-0001-7855-0086)

ASESORA

Dra. Linares Purisaca, Geovana Elizabeth (ORCID: 0000-0002-0950-7954)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención integral del infante, niño y adolescente

PIURA - PERÚ

2021

Dedicatoria

El presente trabajo investigativo lo dedico a Dios, por ser el inspirador y darme fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de mis anhelos más deseados. A mis padres Gabriel y Emilia; por su amor, su apoyo constante en cada paso de éste proceso, a mis hijos Angelito y Aylin; por su paciencia y compañía en cada día que he dejado de compartir con ellos para culminar alguna tarea.

A mis hermanos y demás familiares que me han servido de impulso para seguir preparándome.

A todas las personas que me han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

Virginia Torres Espinoza.

Agradecimiento

A Dios, por bendecirme y guiarme a lo largo de mi vida. A mi madre MSc. Emilia Espinoza por ser ejemplo de lucha, constancia, apoyo y fortaleza en momentos de dificultad y debilidad.

A mi Hermano Gabriel, especialmente por ser mi amigo, apoyo y compañero de estudios en este proceso de superación.

A las autoridades de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth siendo entes motivadores en todo momento y por confiar en mi capacidad de educar.

A mis amigas y compañeras de estudio Rosita, Angelita y Cathy por enseñarme el valor de la perseverancia y ejemplo.

Mis sinceros agradecimientos a la Dra. Linares Purisaca Geovana Elizabeth por la paciencia y el tiempo dedicado, brindando sus saberes, experiencia y motivación.

Mil Gracias...

Lic. Virginia Vanessa Torres Espinoza.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tabla	v
Índice de figuras	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	14
3.2 Variables y operacionalización	14
3.3 Población, muestra y muestreo	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5 Procedimientos.....	16
3.6 Método de análisis de datos	17
3.7 Aspectos éticos	17
IV. RESULTADOS	18
V. DISCUSIÓN.....	33
VI. CONCLUSIONES.....	39
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS.....	41
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de ansiedad del pre test frente al idioma ingles en escolares de básica superior.	18
Tabla 2. Nivel de actividades didácticas del pre test para disminuir la ansiedad en educandos.....	19
Tabla 3. Nivel de aplicación de actividades didácticas del pre test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.....	20
Tabla 4. Evaluación del nivel de ansiedad después de la aplicación del programa del pre test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.....	21
Tabla 5. Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en escolares.....	22
Tabla 6. Nivel de ansiedad del pos test frente al idioma ingles en escolares de básica superior.....	23
Tabla 7. Nivel de actividades didácticas del pos test para disminuir la ansiedad en educandos.....	24
Tabla 8. Nivel de aplicación de actividades didácticas del pos test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.....	25
Tabla 9. Evaluación del nivel de ansiedad después de la aplicación del programa del pos test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.	26
Tabla 10. Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en escolares.....	27
Tabla 11. Prueba entre el pre test y pos test de los niveles realistas del educando.	28
Tabla 12. Prueba del pre test y pos test del nivel neurótico en educandos.....	29
Tabla 13. Prueba del pre test y pos test del nivel moral de los escolares.	30
Tabla 14. Prueba del pre test y pos test del nivel moral de los escolares.	31
Tabla 15. Nivel de actividades disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en los escolares.....	32

Índice de figuras

Fotografía 1. Aplicación del instrumento a educandos.....	61
Fotografía 2. Aplicación de actividades para disminuir la ansiedad.	61

Resumen

Basado en la problemática presentada en esta investigación, se tuvo como propósito principal determinar actividades para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. La metodología utilizada fue de tipo aplicada, enfoque cuantitativo y de diseño pre experimental; la población fue establecida por un total de 88 escolares de 10mo Año de Educación General Básica, dividida en dos secciones. La técnica empleada en este estudio fue la encuesta y el instrumento que se aplicó fue un Test denominado Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED).

Los resultados obtenidos indicaron la aceptación de la hipótesis de investigación y rechazando la alterna, con los datos de la Prueba T-Students $t = -0,544$; y valor de significancia $sig. = ,001$; además, se determinó que el grupo de control antes de la aplicación de actividades se ubicaba con el 65.9% establecido por 29 escolares en el nivel regular, posteriormente se situó con el 68.2%, con 30 infantes en un nivel bueno. Las actividades innovadoras aplicadas en el pos test permitieron disminuir la ansiedad en los educandos frente al del idioma inglés.

Palabras clave: ansiedad, inglés, educando.

Abstract

Based on the problem presented in this investigation, it was the main purpose to determine activities to reduce anxiety against the English language in higher basic students of the Monsignor Educational Unit Juan Wiesneth of Naranjito, 2021. The methodology used was of applied type, approach quantitative and pre-experimental design; the population was established by a total of 88 schoolchildren of 10th year of Basic General Education, divided into two sections. The technique used in this study was the survey and the instrument that was applied was a test called Self-Report for Childhood Anxiety Related Disorders (Scared).

The results obtained indicated the acceptance of the research hypothesis and rejecting the alternation, with the T-Students $T = -, 544$ test data; and significance value $SIG. =, 001$; In addition, it was determined that the control group before the application of activities was located 65.9% established by 29 schoolchildren at the regular level, subsequently stood at 68.2%, with 30 infants at a good level. The innovative activities applied at the POS Test allowed to reduce anxiety in the against English language.

Keywords: Anxiety, English, Educating

I. INTRODUCCIÓN

Los últimos años, el impacto del idioma inglés en la sociedad ha incrementado significativamente en el ser humano, abriendo campo a un universo bilingüe, permitiendo que el individuo aprenda esta lengua extranjera con la finalidad de interactuar con otras personas a nivel internacional; sin embargo, existió altas expectativas por un nuevo aprendizaje y como tal, hace que los problemas de ansiedad en el individuo cause dificultades internas que en ocasiones son incontrolables y muy poco manejables. El individuo no se opone a apreciar el aprendizaje del idioma extranjero, ya que es esencial en el campo laboral, personal y sobre todo educativo, sino que el desconocimiento hace que esté sujeto a distintas emociones, así como la exigencia académica da paso a la frustración. Según García (2019), expresó que todo ser humano presenta ansiedad al momento de aprender un nuevo idioma ya que no se puede desenvolver adecuadamente, reflejando inconvenientes con la fluidez que surgen factores como la presión, pero esto se identifica cuando posee un aspecto negativo, es decir; de una manera obligatoria (p. 46). Otro motivo sobre este inconveniente, Jare & Salavera (2017), indicó que la necesidad de saber idiomas hoy en día es fundamental pero la ansiedad lingüística se convierte en uno de los mayores riesgos ocasionando escasa comunicación, afecta a la autoestima y comienza a surgir los conflictos internos, como tal; se indica a los escolares que todo es un proceso de aprendizaje para mejorar su nivel de idioma extranjero (p. 78).

Este estudio se enfocó en los países de Europa, tal como Alemania, las aulas donde aprenden los infantes al principio estaban con un nivel de estrés alto, del cual 8 de cada 10 niños mostraban ansiedad, este proceso permitió la aplicación de estrategias que mejoran las aulas libres de estrés y permita desarrollar habilidades lingüísticas a los menores (Goñi, 2019, pág. 36). Mientras, que en Australia, se evidenció en los tres últimos años, escolares provenientes de otros países en que el dialecto primordial es el hispano y la adaptación de una cultura e idioma se ha identificado que el 35% presentan ansiedad en el aprendizaje del idioma extranjero, además casi un millón de los 25 millones de habitantes, no habla inglés, el gobierno incentiva un nuevo plan para los migrantes que comenzará a finales del 2021 y este; se refiere a que se debe cumplir 500 horas de estudio, pero si se analiza la

oportunidad es un éxito para el individuo pero psicológicamente se juega con la salud del ser humano (Barca, 2020, pág. 12).

Por otra parte, a nivel nacional, Ramírez (2020), expresó que Estados Unidos ha realizado una invitación a Ecuador para estimular a los educadores a formar parte de los establecimientos educativos del país extranjero, lo que se logra identificar en esta convocatoria son dos pasos fundamentales, el primero permitió intercambiar culturas y experiencias y segundo la experiencia ganada al trabajar con infantes netamente extranjeros, esta convocatoria estuvo dirigida a 130 profesores (p. 6). Así mismo, Pérez (2018), identificó un estudio en el que Ecuador se ubicó en el lugar 65 en el ranking internacional del imperio del lenguaje británico, el país obtuvo un puntaje de 48,52/100 superando a países como Honduras, Venezuela, Salvador y Nicaragua, en la Región Costa se logró una mejor nota, en el que alcanzó 49,08, la Sierra 48,35 y el Oriente 47,95 (p. 22).

Frente a esta problemática, a nivel local en el establecimiento educativo Monseñor Juan Wiesneth del cantón de Naranjito concerniente a la provincia del Guayas, con un total de 1200 escolares, se presentó un conflicto con los infantes al momento de aprender el idioma inglés, de tal modo; que durante el tiempo escolar 2020 – 2021, el 68% de los educandos de instrucción elemental superior se identificó que la ansiedad crece en los escolares y no solamente por el temor de aprender sino por diversos factores familiares y sociales que ayudó a truncar el aprendizaje, asimismo; la escasa concentración para conocer el idioma y el déficit apoyo de las familias para superar conflictos internos de cada infante, el incremento se debe al contexto pandémico que no brindó las oportunidades adecuadas para incentivar al infante. Como tal, surge la pregunta ante el conflicto presentado para el estudio. ¿De qué manera la aplicación de un programa disminuirá la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la institución educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021?

Esta justificación se basó para que el educando pueda manejar adecuadamente el estrés o la ansiedad que se presentó al momento de adquirir o receptar nuevos saberes en el idioma extranjero, porque conlleva a explorar países de diferentes culturas que permitió destacar destrezas de cada ser.

A nivel social, permitió que las estrategias aplicadas en las sesiones de clase, ayudaran a disminuir la ansiedad de los infantes, también las charlas motivacionales del Departamento de Consejería Estudiantil identificaron los conflictos presentados durante la enseñanza.

Como tal, su justificación científica se basó en la Teoría Psicodinámica por Freud Sigmund para aplicar estrategias que mejoren el nivel académico de inglés y poder disminuir la ansiedad de los educandos.

Su relevancia personal, fue determinar los factores causantes que desarrollan la ansiedad al momento de aprender un idioma extranjera, procurando evitar niveles altos que generó mayor conflicto interno, sin verse afectado en un futuro.

Tal como se planteó como objetivo general: Aplicar un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Por lo tanto, se expone los objetivos específicos que se llevaron a cabo para este estudio:

Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Diseñar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Aplicar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés después de la aplicación del programa en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Como hipótesis general se establece:

H1: La aplicación de actividades disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

Ho: La aplicación de actividades no disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

II. MARCO TEÓRICO

Adrianzén (2021), en la tesis titulada Influencia en la ansiedad en el aprendizaje del idioma inglés en estudiantes de básica superior, con el grado de Maestro en Docencia e Investigación Universitaria de la Universidad Científica del Sur – Perú. Su propósito fundamental del estudio, fue establecer el nivel de ansiedad frente al aprendizaje del idioma extranjero en los educandos, para aquello se aplicó una investigación de campo, de tipo experimental, correlacional y transeccional, con un enfoque cuantitativo, se cuenta con una participación de 37 infantes como muestra, la técnica utilizada fue una encuesta y como instrumento un cuestionario “Foreign Language Anxiety Scale”. Esta tesis concluye que: Un alto grado de escolares el 75% experimentan ansiedad al aprender un nuevo idioma, trayendo como consecuencia frustración y poca motivación para aprender dentro y fuera del aula de clase, en el que sienten temor para proyectarse a lo desconocido; Existe comparación en las sesiones de clase entre un escolar y otro, debido al desenvolvimiento en las aulas de aprendizaje dando un 45% de afectación y con esto el infante no desarrollo la motivación para poder surgir en el aprendizaje sino que su perspectiva cambio y se bloqueó para liberar a un mundo diferente y por último, la comunicación es un factor clave, el cual está relacionado con la timidez, ya que si no existe un buen diálogo de manera oportuna o adecuada, el educador no podrá interactuar con el educando, lo que es causante de negatividad para mejorar su lenguaje y que está representada por un 68%.

Por otra parte, Palma (2020), en su tesis titulada Neuroeducación en el proceso de enseñanza y aprendizaje del idioma inglés en estudiantes de Educación General Básica, de la Universidad Educativa “Liceo Policial”, D.M. Quito, periodo 2016. de la Universidad Central de Ecuador. Como propósito fundamental fue relacionar la neuroeducación con el proceso de enseñanza y aprendizaje del idioma inglés. La metodología empleada fue de enfoque cuanli-cuantitativo, de tipo descriptiva, basado su diseño en documental-bibliográfico y de campo, manipulando una población de 66 educandos y 4 educadores; asimismo, la técnica usada fue la encuesta y el instrumento fue un cuestionario; dando como conclusión: Las habilidades neuro-educativas que utilizan los educadores del habla británico implican manejo de recursos especializados, mientras que prexiste insuficiente

administración de actividades lúdicas, dinámicas y pedagógicas, en el perfeccionamiento del proceso de enseñanza y aprendizaje de esta modalidad extranjera, el tipo pedagógico de gramática-traducción y el modelo didáctico comunicativo son utilizados por los pedagógicos en el proceso, ya que usan la traducción de textos, producción de diálogos y conversaciones y finalmente socializan a sus estudiantes los contenidos y los objetivos de los temas a ser estudiados durante las clases del idioma inglés.

Asimismo, Pérez (2017), en la tesis titulada *La ansiedad en el aprendizaje de lenguas extranjeras en educación primaria*, con el grado de Maestro en Educación Primaria de la Universidad de Cantabria – España. Tuvo como propósito fundamental conocer los diferentes grados de ansiedad presente al escolar, se aplicó el tipo de investigación descriptivo, de diseño no experimental, de carácter cuantitativo, la muestra establecida fue de 95 colaboradores, la técnica manipulada fue la encuesta y el instrumento aplicado fue un cuestionario. Esta investigación concluye: Se refleja una presión por parte de los adultos hacia los infantes, ya que los padres en su momento proyectan lo que han deseado en su época y no lo han cumplido, esta frustración para que puedan aprender el idioma permite que los menores sientan ansiedad o la desarrollen en el transcurso de la asignatura y como resultado final es la desaprobación del módulo; El educador genera métodos, actividades y planificaciones que contengan estrategias lúdicas o juegos para reducir los niveles de ansiedad y puedan sentirse relajados en cada clase, elevando así su desempeño en el nivel de inglés y rendimiento escolar, permitiendo una clase más dinámica para que no puedan sentirse presionado y por último; se refleja una relación entre la ansiedad, género y nivel de aprendizaje en el idioma extranjera en los escolares, señalando que las mujeres aprenden más rápido que los hombres, además que debe existir una comprensión en las clases para cada escolar con dificultad haciendo que sea una actividad inclusiva, sin embargo; no se debe generalizar de que género aprenden más rápido, también es cuestión de un empeño a la asignatura.

Del mismo modo Martín (2017), en la tesis titulada *La ansiedad en el aula de idiomas*, con el grado de Maestro en Educación de la Universidad Pontificia de Comillas – Perú. Tuvo como objetivo general explicar cómo funciona la ansiedad

dentro del aula de idiomas, es de tipo descriptivo, de diseño no experimental, cuenta con un total de 50 participantes, utilizando la técnica de la encuesta y de instrumento un cuestionario. El cual se concluye: El aprendizaje en menores conlleva abrir puertas a otro mundo, conociendo diferentes culturas, quizás esto hace que los infantes puedan realizar esfuerzos para comprender el idioma y en ocasiones no se ve el compromiso que le dan a la materia, además que los padres no incentivan a una cultura bilingüe; la ansiedad del escolar es un sentimiento que va creciendo internamente, por el cual se requiere un aprendizaje adecuado y adaptado para incentivar al estudio de este idioma sin forjar en ninguna clase, sino encontrar en conjunto de estrategias que mejoren su comunicación y por último la competitividad entre los infantes forma parte de la personalidad, sin duda este punto es clave para encontrar infantes que se detienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje, otros se reflejan un retroceso y unos cuantos el avance disminuye, es fundamental que las competencias que posee cada escolar sea medible desde una perspectiva externa.

Como tal Velázquez (2018), en la tesis titulada Niveles de ansiedad hacia el aprendizaje del idioma inglés como lengua extranjera, con el título de Magister en Educación de la Universidad Autónoma de Aguascalientes – México. Su finalidad principal fue identificar la presencia de la ansiedad hacia el idioma extranjero en el aula, su investigación fue de tipo descriptivo - correlacional, de diseño no experimental, una muestra de 33 infantes, la técnica de encuesta y un instrumento aplicado Foreign Language Classroom Anxiety Scale. Como tal, concluye: Los escolares se les dificulta aprender el idioma que presentan con altos índices de ansiedad y no pueden desarrollarse académicamente, ocasionando deserción o abandono escolar, este grado impide el mejoramiento de la institución, ya que no solo afecta directamente al educando sino a nivel educativo; sus miedos o temores aparecen frecuentemente y las estrategias implementadas no permiten el óptimo aprendizaje, haciendo que los agentes educativos cambien las planificaciones curriculares, además que se modifiquen constantemente los métodos aplicados para llevar o mejorar la enseñanza y esto también afecta a las adaptaciones, ya que no se sabe con ciencia cierta qué estrategia fue positiva para el aprendizaje; los infantes poseen poca percepción para el dominio y aprendizaje del idioma, ya

que se refleja que más del 50% no está interesado en la lengua extranjera, esto se debe a que se preocupan más por la aceptación personal, que por el crecimiento educativo que va de la mano al éxito laboral.

Del mismo modo Álvarez (2017), en la tesis titulada El aprendizaje del idioma inglés por medio del juego en niños de 4 años, con el título de Magister en Psicología mención en Problemas de aprendizaje, de la Universidad Ricardo Palma - Perú. Tuvo como objetivo general evaluar la influencia del programa del aprendizaje del inglés a través del juego en el rendimiento escolar en los infantes de 4 años, su estudio estuvo basado de tipo aplicada, de diseño cuasi- experimental, de carácter cuantitativo, con una muestra de 38 escolares, la técnica manipulada fue la encuesta y el instrumento estuvo enfocado en un Programa de aprendizaje Playing with English y el otro consistió en una prueba de rendimiento del aprendizaje de inglés. Como tal, se concluye: Los escolares del grupo experimental muestran un principal y mayor rendimiento en la instrucción del idioma inglés que los del grupo control posteriormente de la aplicación del programa Playing with English; Los efectos de la utilización del procedimiento innovador del juego-trabajo para el aprendizaje del idioma inglés en un grupo de educandos a discrepancia de los efectos en otro grupo tratado con el método habitual demuestran una mayor conocimiento e implícitamente una mejor cualidad hacia el idioma y por último, Los infantes del grupo experimental interiorizan desiguales estructuras gramaticales obteniendo transformar el inglés oraciones simples expresándose en el idioma de carácter espontánea, con una apropiada pronunciación y modulación.

Por otra parte, Mejía (2018), en la tesis titulada Ansiedad en el aprendizaje del idioma inglés en el estudiantado de las instituciones públicas del sector sur del D.M. Quito, con el título de Magister en Idiomas de la Universidad Central del Ecuador. Su investigación tuvo como objetivo general fue analizar la ansiedad que inciden en el aprendizaje del idioma inglés en los escolares de los establecimientos públicos del sector sur de Quito, obtuvo un enfoque cuali-cuantitativo, de tipo bibliográfico-documental y de diseño no experimental, su muestra se estableció de 161 infantes, las técnicas utilizadas fueron la encuesta y la observación; mientras que como instrumento se utilizaron cuestionario y matriz de observación. Esta

investigación se concluye: El aprendizaje del idioma inglés se ve influenciado por la ansiedad que poseen los educandos, ya que descubren algo nuevo y esto ocasiona que no se proyecten más allá de sus propios límites, por el cual dejan de poseer un aprendizaje significativo y se da paso a los miedos que surgen en cada sesión; la ansiedad no permite que desarrollen aspectos del conocimiento, pues el miedo es factor crucial para bloquear la mente y esto hace que se complique la gramática o vocabulario e incluso la pronunciación se torna difícil para mejorar el idioma y finalmente; los escolares poseen un bajo dominio del idioma inglés y como tal, sus habilidades carecen de comprensión lectora, auditiva, expresión escrita y oral.

Así lo menciona Almeida (2018), en la tesis titulada La ansiedad hacia el aprendizaje del idioma inglés en los estudiantes, con el título de Magister en Psicología Clínica de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Su propósito fundamental fue analizar la relación entre la ansiedad hacia el aprendizaje del idioma inglés, su investigación fue de carácter empírico, de tipo correlacional, de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, para la muestra se escogió un total de 226 escolares, se aplicó un cuestionario sobre la ansiedad y como técnica la observación. Por lo que se concluye: Existe una relación positivamente alta entre la ansiedad y el aprendizaje del idioma inglés siendo un rho de spearman de $\rho=.857$, por lo que encierra componentes actitudinales y cognitivos, tomando en cuenta que los métodos aplicados en el aula de clase son esenciales para rendir académicamente y permite desempeñarse en todos los ámbitos; la ansiedad se puede derivar del entorno del educando y esto impide un desarrollo adecuado para el aprendizaje de una lengua extranjera, se debe analizar en entorno familiar ya que en ocasiones el clima social y familiar impide al desarrollo académico, estos factores inciden directamente con el ser humano, analizarlos y prevenirlos es un trabajo de la comunidad educativa y por último, el nivel de ansiedad frente al aprendizaje del idioma se encuentra en una actitud negativa manifestando frustración, pero se relaciona con el ámbito del hogar, existiendo factores que impiden al infante rendir de mejor manera frente a una lengua extranjera, este conflicto ha ocasionado que el sujeto no pueda visualizarse correctamente en el aprendizaje de esta materia.

Es así que Falagán (2016), en su tesis denominada La ansiedad como factor decisivo en el aprendizaje de una segunda lengua, obteniendo el título de Magister en Lengua Extranjera de la Universidad Técnica Particular de Loja – Ecuador. Tuvo como objetivo general identificar los factores decisivos en el proceso de enseñanza – aprendizaje de una segunda lengua, el tipo de investigación fue descriptiva propositiva, de carácter cuantitativa, diseño no experimental, la muestra establecida fue de 56 educandos, la técnica fue una encuesta y el instrumento un cuestionario. Por lo que esta investigación concluye que: Los factores externos juegan un papel importante al momento de aprender un idioma, como tal, el ambiente cumple un rol fundamental para que el entorno sea el adecuado y no surgen emociones negativas y rechazo a la innovación; además se indica que los escolares adaptan diferentes posturas para que las actividades dentro del aula de clase sea más creativa y poder receptar el aprendizaje, para ello, al creación de estaciones lúdicas permiten que el infante se motive y comience aprender adecuadamente el idioma, sin necesidad de sentir presión o molestia sino que se maneje dentro de una educación normal y finalmente, las emociones negativas están presente en los infantes cuando su entorno o convivencia no es el adecuado, siente ambiente inapropiado, problemas familiares, tensión, dolores de cabeza, conflictos internos, rechazo social y se refleja el aprendizaje al no poder expresarse en el idioma inglés correctamente ni poder fluir dentro de la enseñanza.

Con respecto a López (2020), en la tesis titulada Estrategias basadas en la inteligencia emocional para el manejo de la ansiedad en la lengua extranjera de los estudiantes, con el título de Magister en Lenguas Extranjeras de la Universidad Técnica de Ambato – Ecuador. Como finalidad principal fue analizar la incidencia de estrategias basadas en la inteligencia emocional para el manejo de la ansiedad en los escolares, su investigación estuvo basada en un enfoque cualitativo, el tipo de estudio – acción, la muestra constaba de 19 educandos, se aplicó un test y un cuestionario. Esta investigación concluye que: Se evidenció que los escolares demostraron un nivel considerable de ansiedad y que carecen de habilidades para identificar sus emociones, esto debido a que en su entorno familiar existen personas que maltratan al menor creando confusión en la mente del infante, estos factores son causante para no rendir favorablemente con el idioma inglés y su

desempeño no mejora; Gran parte de los escolares reconoce que posee ansiedad al momento de aprender el idioma, como algo nuevo por descubrir se siente el temor de que no se realice adecuadamente la pronunciación o la interacción, además que desconocen las estrategias que los educadores emplean para comprender la lengua extranjera, ya que al revisar las planificaciones no se encontraron estrategias, así como en las observaciones áulicas no se evidencio alguna actividad lúdica donde se muestre al infante motivado por el idioma y por último, los escolares necesitan motivación educativa, familiar y social, además que las estrategias innovadora sean incluidas en las sesiones de aprendizaje para poder obstaculizar la ansiedad, es decir, a mayor estrategias aplicadas correctamente, mayor atracción al idioma inglés sentirán los escolares, permitiendo que el índice del rendimiento escolar no baje tanto para el establecimiento educativo como para el educando, ya que cualquier incentivo es un paso a mejorar la lengua extranjera.

Con base a la palabra ansiedad, proviene del vocablo latino “preocupación por lo desconocido”, en griego significa “comprimir o estrangular”. Ellis (2000), indica que el individuo nace con un conjunto de sensaciones que permite descubrir situaciones desagradables o darse cuenta de hechos que ocurren en el entorno, es una reacción frente a la vida en el mundo. Sin embargo, existen diferentes tipos de ansiedad que permiten al ser humano vivirlas de diferentes maneras, es imposible no poseer un grado de ansiedad. Como tal; la incertidumbre sana permite preservar la vida ya que algunos factores son parte del crecimiento del sujeto, pero cuando se evidencia una angustia destructiva o perjudicial para uno mismo o para las necesidades básicas del individuo, esto cambia a otro panorama, ya que el pánico se apodera y hace cometer errores que pueden costar hasta la vida, ya que no se mide las consecuencias, sino que se actúa por impulso (p. 29).

Otro aporte a la ansiedad, es de Rojas (2014), es una conmoción de prevención que da parte a una hiperactivación funcional, en el cual se vive todas las turbaciones, temores y malos augurios. Bajo esta alarma surgen cuatro componentes esenciales, que se debe considerar al individuo cuando necesita aprender o descubrir conocimientos nuevos: Física = activación del sistema

nervioso como: taquicardia, dificultades respiratoria, nudo en el estómago, sequedad de boca, opresión precordial, náuseas, inestabilidad (p. 87).

Conducta = manifestaciones observables y motoras, sus síntomas son: irritabilidad, tensión muscular, moverse de un lado a otro, estado de alerta, bloqueos.

Cognitivas = la memoria, percepción, pensamiento pueden afectar a la inteligencia del ser humano, las causas son: miedo, temores, pensamientos negativos, inquietud mental, dificultad de concentración, pesimismo, preocupaciones obsesivas.

Asertivas = se refiere al contacto interpersonal, existen factores como: le cuesta iniciar una conversación, presentarse en una reunión, bloqueo en las relaciones sociales, le cuesta mostrar desacuerdo o decir no, está pendiente de lo que piensa los demás.

Con respecto a la variable ansiedad, la Teoría Psicodinámica por Freud Sigmund citado por Cloninger (1998), expresa que es un acumulado de hipótesis psíquicas que se concentran en la calidad de los lanzamientos que tiene la conducta humano, sobre todo los impulsos involuntarios, este ciclo de procesos mentales que experimenta el individuo está conformada por pulsos psicológicos y fisiológicos que influyen de manera natural por situaciones externos o estímulos internos (p. 34). El individuo suspende en sus componentes de protección, el cual se controla el término de las potencias originarias en la personalidad, además que la resistencia intelectual implica la capacidad de amar proporcionando un procedimiento para prevalecer un problema característico inconsciente, ya que no se logra confesar en la práctica ya que existe distensiones provocadas por los mismos componentes, la corporación se enfrenta con las dificultades y la contención de las pretensiones particulares.

Dentro de la ansiedad y los síntomas que se presenta por indicaciones físicos o emocionales, Freud Sigmund da a conocer que existen tres dimensiones que surgen a raíz de este conflicto mental y se consideran fundamentales en el proceso del desarrollo del sujeto. Estos tipos de ansiedad que se estudiará en esta investigación son: realista, neurótica y moral (Cano, 2005, pág. 55).

Con respecto a la dimensión realista, señala que surge como una reacción de un hecho concreto y real; como tal, las emociones son reales y se activan mecanismos

de supervivencias para salvarse, esta angustia real se le llama miedo. La relación se instituye entre el ser humano y el universo externo que se advierte al individuo de un peligro que existe en el entorno. Todo el entorno que se muestra esta angustia es palpable, no existe forma de solo imaginarse, si no que los sucesos o las escenas son vividas en el tiempo existente y estas mismas hace que el sujeto aprenda a llevarlas de una forma saludable, sin exagerar ni mentir a la mente, el cual es el arma más fuerte para detenerse o superar los obstáculos que la ansiedad hace vivir al individuo.

La dimensión neurótica, es un poco común, es anticipatoria y catastrofista, es decir es una ansiedad como si no estuviera pasando algo. Esto se genera en el subconsciente del ser humano, dentro del pensamiento, hechos, ideas o circunstancias del individuo escucha voces o pensamiento intrusivos que vienen de la mente. Este miedo se da cuando el sujeto se siente frustrado, ansioso o traumas que van arrastrando durante la etapa de vida, como tal, los estados mentales generan conflictos que quitarían la tranquilidad, armonía, autenticidad y la oportunidad de ser felices, a través de estos factores no es casualidad que vengan a la mente toda clase de catástrofe y desenlaces negativos. La distinción principal de la neurótica se relaciona con la anticipación de peligros a futuros, imprevisibles e inoportunos, no se aparta de la realidad, pero crean confusión entre el realismo y los desenlaces que se van arman en su mente.

Y la dimensión moral, expresa el miedo a la conciencia que posee el ser humano, eso que se llama sentir vergüenza, culpa, rechazo o prejuicio de otra persona, obligando a hacer cosas que lastiman a su cuerpo, mente o a su autoestima. El individuo durante las etapas de su vida evita sentirse culpable por algo que no está dentro de sus principios o valores, como tal, realiza sacrificios internos para no proyectarse incorrectamente al mundo externo. También se considera un factor importante, el uso de redes sociales, lugar donde se los niños o jóvenes realizan interacción con desconocidos para poder ser aceptados a un mundo que en ocasiones no les compete, pero con tal, de no sentirse rechazado por un grupo minino de personas.

Gold (2021), expresa que el trastorno de ansiedad generalizada (TAG), es intelectual y afecta al infante en un 2% a 6%, comúnmente impresionando a niñas

que, a niños, sintiendo preocupación o ansiedad por factores externos o internos que se dificultad controlar la patología (p. 14). Se desconoce las causas que genera este trastorno, aunque se indica que los genes pueden tener participación en esta problemática, es decir; familiares que han sufrido este trastorno de ansiedad son propenso a padecer, una de las causas principales para desarrollar este factor TAG es el estrés. Los eventos que consiguen producir estrés y angustia contienen: quebranto de un familiar o separación de los papás, canjes relevantes en su vida, antecedentes de abuso o vivir con familiares que padecen ansiedad, temor o violentos.

El importante indicio es la rigidez o intranquilidad habitual durante por lo menos 6 meses, aun sin un principio clara. Un niño con TAG es sensato de que sus celos o inquietudes son excesivos, pero aun así habrá inconvenientes para intervenir, con periodicidad, el infante requiere que lo conforten. El TAG se diagnostica según las respuestas a los síntomas presentados, también se le hará pregunta sobre su salud física y mental, dificultades en la academia o sobre su conducta con amistades y familiares. El objetivo del procedimiento es ayudar al infante a apreciar mejor y cargar una vida cotidiana normal. En diferentes casos, los episodios graves, el psicoanálisis o solo el uso de medicamentos pueden ser útiles.

Para ayudar al menor con ansiedad descomunal, se muestran algunos factores que permiten encontrar solución: Hable con su primogénito sobre la ansiedad, lo que está ocurriendo en su organismo y por qué le acontece, Ayúdelo a crear inspiraciones (respiraciones) hondas y pausadas, Métodos distractoras para que se concentren en otros sucesos o asuntos. Anímalo a escribir aquello que los hace sentir “ansiosos o angustiados”, Cimentar una “caja de preocupaciones”. Puede escribir cada preocupación y dejarlo dentro de la caja. Los niños pequeños disfrutarán decorando la caja. Pueden dejar las preocupaciones allí durante una semana para ver si “merecía la pena o no preocuparse” (sino se pueden romper). Puedes ayudar al niño con ansiedad a darse cuenta de que sus pensamientos están interfiriendo en su rendimiento.

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Esta investigación se enfocó en el tipo de estudio aplicada, porque buscó los factores que ocasionan la ansiedad en los escolares frente a un nuevo idioma; además, que se desarrollan nuevos saberes basados en los adquiridos para darle solución al grupo experimental.

Este estudio presenta un enfoque cuantitativo, ya que pretendió utilizar la recolección de datos o información estadística para establecer patrones de comportamientos que ocasionan la ansiedad en los infantes frente al descubrimiento de un idioma extranjero.

En esta investigación fue con un diseño pre experimental ya que se observó el comportamiento que tiene el grupo investigado, por lo que no existe manipulación, además; se aplicó un taller de estrategias para mejorar la ansiedad de los escolares.

Su representación se da la siguiente manera, establecida en una gráfica:

$$G = O1 \ X \ O2$$

Dónde:

G = Representa a los educandos de I.E. Monseñor Juan Wiesneth

O1 = Pre test

O2= Pos test

X = Taller de actividades

3.2 Variables y operacionalización

Variable = Ansiedad

Definición conceptual = Es un componente adaptativo originario que nos admite colocar alerta ante acontecimientos complicados Ellis (2000).

Definición operacional = Fue medida con el Test Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED).

Indicadores = 41 ítems en total.

Escala = ordinal

3.3 Población, muestra y muestreo

Población

La población conformada detiene este estudio fue con 88 educandos de décimo grado de educación general básica del establecimiento educativo Monseñor Juan Wiesneth del recinto El Rosario, que corresponde a la sección vespertina, del cual se divide en dos paralelos, es decir; constituidos en A y B cada uno con 44 escolares cada uno, para poder analizar la ansiedad que poseen los infantes frente al aprendizaje de un nuevo idioma extranjero.

Muestra

La muestra aplicada fue censal, ya que se utilizó la población completa, es decir; 88 infantes seleccionados de la I.E. Monseñor Juan Wiesneth, de décimo año de educación general básica que oscilan entre las edades de 13 a 14 años, cuyos paralelos con mayor índice de ansiedad presentado para la nueva instrucción del dialecto inglés son los escolares de la jornada vespertina de los paralelos A y B que cada uno está conformado por 44 educandos cada uno.

Unidad de análisis

Escolares

Criterios de inclusión

El juicio de inserción en esta tesis se empleó hacia los infantes de décimo año de formación general esencial, perteneciente a la sección vespertina dividida en dos secciones (A – B) que estudian en la I.E. Monseñor Juan Wiesneth y que se ha observado la problemática que presentan los escolares por la enseñanza del idioma inglés y que han reflejado la ansiedad como un conflicto dentro de su estudio.

Criterios de exclusión

En esta investigación el discernimiento de substracción se utilizó a los estudiantes con necesidades educativas especiales porque su adaptación curricular es diferente y va acorde al grado de capacidades y los casos denominados vulnerables, ya que por fuerza mayor no se conectaron a las clases o recibieron las tareas una vez a la semana de forma impresa.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnica

La técnica que se aplicó fue la encuesta, porque recogió la información que permitió demostrar el nivel de ansiedad que posee cada infante frente a los aspectos presentados como realista, neurótica y moral frente al idioma extranjero, a su vez se analizó el entorno creativo, cognitivo y motivacional en el que se encuentran los individuos.

Instrumento

Este instrumento que se aplicó fue el test Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED), determinó la ansiedad que poseen los escolares frente al nuevo idioma inglés, con base a esta problemática se reflejó aspectos negativos o positivos en la motivación que presentó cada infante. El test se llevó a cabo previo a una charla direccionada para poder comprender el grado de ansiedad que poseen los infantes del establecimiento formativo. El test consideró 3 dimensiones, con un total de 41 ítems, los cuales midieron la categoría de ansiedad basado a lo realista, neurótico y moral. Se reflexionó para las elecciones de contestación una escala ordinal, con las consecutivas valoraciones: Siempre (3), Algunas veces (2), Pocas veces (1).

3.5 Procedimientos

Dentro del proceso, se realizó la solicitud dirigida al Director Distrital de la zona Naranjito, para proceder a iniciar con la aplicación del test, el cual se recibió la autorización para continuar con el proceso, luego se convocó a reunión virtual a los representantes para socializar y lograr obtener el consentimiento de su representado sin presión del investigador para descender a reconocer el test, todas las respuestas obtenidas fue procesada en tablas descriptivas que presentaron el

porcentaje de la ansiedad. Posterior a este transcurso, se verificó sesiones de clase para aplicar el test con los infantes y poder implementar estrategias para disminuir la ansiedad.

3.6 Método de análisis de datos

La investigación lograda del test de la variable se reconoció mediante una base de datos en el software Excel 2006 para poder seleccionar cada variable con sus ítems correspondientes enfocados a las dimensiones, en el que se procesó de forma descriptiva mediante el programa estadístico SPSS versión 26, dando una prueba de T-students bajo el estadígrafo de una media en un análisis de escala porcentual.

3.7 Aspectos éticos

En este estudio se reflexionaron los siguientes principios: integridad y transparencia.

Los estudiantes fueron considerados con los siguientes aspectos éticos:

Principio de integridad. - exterioriza el cuidado que se va a obtener al instante de recoger la información y el respeto sin obligar al derecho de la intimidad.

Principio de transparencia. - los testimonios no existió manipulación de carácter improcedente.

Además, se utiliza el diseño de las normas APA (American Psychological Association), séptima edición.

IV. RESULTADOS

Objetivo específico 1:

Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Tabla 1.

Nivel de ansiedad del pre test frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

Evaluación de la ansiedad	PRE TEST	
	N°	%
Nivel de ansiedad frente al idioma inglés		
BUENO	13	29.5%
REGULAR	31	70.5%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En los resultados adquiridos en la Tabla 1, en el pre test se evidenció que 31 educandos (70.5%), se encontraron en un nivel regular de evaluación de ansiedad; mientras, que 13 escolares representado por el 29.5% se encuentran en un nivel bueno antes de la aplicación del programa de ansiedad; es decir, manejan adecuadamente las emociones que van surgiendo al ir adquiriendo nuevos conocimientos.

Objetivo específico 2:

Diseñar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Tabla 2.

Nivel de actividades didácticas del pre test para disminuir la ansiedad en educandos.

Diseño de actividades didácticas	PRE TEST	
Nivel de actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	29	65.9%
REGULAR	15	34.1%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En la Tabla 2, se mostró que 29 infantes enfocados en el pre test, se situaron en un nivel alto del aprendizaje del idioma inglés con un 65.9% antes de la aplicación del programa, esto se basó a que las actividades didácticas no afectaron al educando en adquirir conocimiento por un nuevo idioma; sin embargo, 34.1% de los escolares si presentaron un conflicto con las actividades empleadas antes del programa en la que se llegó a la frustración.

Objetivo específico 3:

Aplicar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Tabla 3.

Nivel de aplicación de actividades didácticas del pre test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.

Aplicación de actividades didácticas	PRE TEST	
Nivel de aplicación de didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	20	45.5%
REGULAR	24	54.5%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

Los datos adquiridos en la Tabla 3, mostraron en el pre test que 24 escolares representados por el 54.5% posee una aceptación regular en la aplicación de actividades didácticas en el aula de clase; mientras, que el 45.5% de los infantes se encuentran en nivel bueno antes de la aplicación del programa.

Objetivo específico 4:

Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés después de la aplicación del programa en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Tabla 4.

Evaluación del nivel de ansiedad después de la aplicación del programa del pre test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.

Evaluación del nivel de ansiedad	PRE TEST	
Evaluación del nivel de ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	0	0.0%
REGULAR	24	54.5%
DEFICIENTE	20	45.5%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

Los datos adquiridos en la Tabla 4 mostraron en el pre test que 24 escolares representados por el 54.5% se encuentran en un nivel regular de la aplicación de actividades didácticas en el aula de clase; mientras, que el 45.5% de los infantes se encuentran en nivel deficiente antes de la aplicación del programa.

Objetivo general:

Aplicar un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021.

Tabla 5.

Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en escolares.

Variable ansiedad	PRE TEST	
	N°	%
Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad		
BUENO	15	34.1%
REGULAR	29	65.9%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En la Tabla 5, se evidenció en el grupo de control pre test que 29 escolares se encuentran en un nivel regular de aplicación de un programa para poder disminuir la ansiedad; de la misma manera, 15 de ellos no poseen ansiedad ya que realizaron las actividades que indicó el educador sin ningún inconveniente antes de la ejecución del programa.

Tabla 6.

Nivel de ansiedad del pos test frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

Evaluación de la ansiedad	POS TEST	
Nivel de ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	32	72.7%
REGULAR	12	27.3%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En el pos test aplicado a la totalidad de la población, 32 educandos representado por el 72.7% mejoraron el aprendizaje del idioma inglés en el que se evaluó la ansiedad de los escolares mediante técnicas que surgen a través de esta problemática y poder transformar esos sentimientos en un conocimiento significativo, en el que se evidenció una evaluación buena en los educandos.

Tabla 7.

Nivel de actividades didácticas del pos test para disminuir la ansiedad en educandos.

Diseño de actividades didácticas	POS TEST	
Nivel de actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	30	68.2%
REGULAR	14	31.8%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

El 68.2% en el pos test; es decir, posteriormente aplicado el programa las ideas se relacionaron actividades didácticas con el idioma inglés y los pensamientos fluyeron adecuadamente con las técnicas o métodos establecidos para captar mejor el aprendizaje. Como tal, los diseños de actividades didácticas permitieron disminuir la ansiedad en el idioma inglés ofreciendo la mejora de la educación.

Tabla 8.

Nivel de aplicación de actividades didácticas del pos test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.

Aplicación de actividades didácticas	POS TEST	
Nivel de aplicación de didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés	N°	%
BUENO	25	56.8%
REGULAR	19	43.2%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

Una vez aplicado el programa se evidenció en el pos test una mejoría en los infantes con el 56.8% donde se indicó que la aplicación de didácticas frente al idioma extranjero para disminuir la ansiedad se situó en un nivel bueno. Los infantes manejan su autoestima favorablemente y constantemente aplicaron prácticas fuera de clases para no equivocarse en las sesiones de clase.

Tabla 9.

Evaluación del nivel de ansiedad después de la aplicación del programa del pos test para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en educandos.

Evaluación del nivel de ansiedad	POS TEST	
Evaluación posteriormente de la aplicación del programa	N°	%
BUENO	20	45.5%
REGULAR	24	54.5%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

Una vez aplicado el programa se evidenció en el pos test una mejoría en los infantes con el 54.5% donde se indicó que la aplicación del programa frente al idioma extranjero para disminuir la ansiedad se encontró ubicado en un nivel regular. Los infantes controlaron adecuadamente la ansiedad para no ocasionar conflictos al momento de aprender.

Tabla 10.

Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en escolares.

Variable ansiedad	POS TEST	
	N°	%
Aplicación de un programa para disminuir la ansiedad		
BUENO	14	31.8%
REGULAR	30	68.2%
DEFICIENTE	0	0.0%
TOTAL	44	100.0%

Fuente: Test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Análisis de resultados:

En la Tabla 10, una vez aplicado el programa se evidenció que si disminuye los niveles de ansiedad dando como resultado un 68.2% en el grupo experimental. De manera que, los educandos también se colocan en un nivel bueno con un 31.8% después de que se aplicó un programa con estrategias innovadoras y aumentó significativamente.

Contrastación de hipótesis:

Hipótesis específica 1.

H₁: La aplicación del programa disminuye el nivel de ansiedad de los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

H₀: La aplicación del programa no disminuye el nivel de ansiedad de los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

Tabla 11.

Prueba entre el pre test y pos test de los niveles realistas del educando.

		Prueba t para la igualdad de medias						
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
							Inferior	Superior
Punta je	Se asumen varianzas iguales	- 7,323	43	,000	-2,018	,364	-2,663	1,627

Fuente: Pre test y Pos test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) aplicado a estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Descripción:

Según las medidas obtenidas en la aplicación de la prueba T-Students, en la Tabla 11, se evidenció el nivel de confianza del 95% sobre el nivel de ansiedad de los escolares que se mostró un valor de sig.= ,000 < 0.05 en consecuencia se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis de investigación. Esto significa la ejecución del programa de ansiedad disminuye el nivel de ansiedad del escolar frente al idioma inglés, ya que las emociones en la mayoría de los casos estuvieron controladas.

Hipótesis específica 2:

H₁: La aplicación del programa disminuye el nivel de actividades didácticas diseñadas para los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

H₀: La aplicación del programa no disminuye el nivel de actividades didácticas diseñadas para los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

Tabla 12.

Prueba del pre test y pos test del nivel neurótico en educandos.

		Prueba t para la igualdad de medias						
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
							Inferior	Superior
Puntaje	Se asumen varianzas iguales	-8,462	43	,000	-2,095	,237	-2,320	-1,114

Fuente: Pre test y Pos test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) aplicado a estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Descripción:

En la Tabla 12, el valor de $t = -8.462$, el de $sig. = ,000$; dentro de un nivel de confianza dada por el 95%, dando como resultado la aceptación de la hipótesis de estudio y rechazar la hipótesis nula. En el que se expresó que el diseño de las actividades didácticas mejoró el nivel de ansiedad del educando de la básica superior frente al aprendizaje del idioma extranjero, permitiendo ayudar en diferentes factores del infante.

Hipótesis específico 3:

H₁: La aplicación del programa enfocado a actividades didácticas disminuye el nivel de ansiedad de los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

H₀: La aplicación del programa enfocado a actividades didácticas disminuye el nivel de ansiedad de los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

Tabla 13.

Prueba del pre test y pos test del nivel moral de los escolares.

		Prueba t para la igualdad de medias						
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
						Inferior	Superior	
Puntaje	Se asumen varianzas iguales	2,578	43	,004	-,718	,253	,247	1,573

Fuente: Pre test y Pos test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) aplicado a estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Descripción:

Los resultados evidenciados en la prueba T-Students muestra $t = 2,578$ en la Tabla 13 con un nivel del 95% de confianza en las medidas de la aplicación de actividades didácticas para disminuir la ansiedad; del mismo modo, se obtuvo un valor de $\text{sig.} = ,004$ donde se demostró que se aceptó la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula. Como tal, las burlas o bullying, rechazo o discriminación que le hicieron a un escolar mejoró a través de la aplicación de actividades para disminuir la ansiedad.

Hipótesis específico 4:

H₁: La aplicación del programa permitió evaluar el nivel de ansiedad posteriormente de la ejecución para los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

H₀: La aplicación del programa no permitió evaluar el nivel de ansiedad posteriormente de la ejecución para los escolares de básica superior frente al idioma inglés.

Tabla 14.

Prueba del pre test y pos test del nivel moral de los escolares.

		Prueba t para la igualdad de medias						
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
							Inferior	Superior
Puntaje	Se asumen varianzas iguales	-2,628	43	,000	-,871	,253	-2,247	-,573

Fuente: Pre test y Pos test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) aplicado a estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Descripción:

Los resultados evidenciados en la prueba T-Students muestra $t = -2,628$ en la Tabla 14 con un nivel del 95% de confianza, posteriormente a la ejecución del programa para disminuir la ansiedad; alcanzando un valor de $\text{sig.} = ,000$ donde se expresó que se aceptó la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula. Del mismo modo, dichas actividades didácticas impactaron en los educandos para mejorar el idioma inglés y disminuir cualquier afectación que se relacione con la ansiedad.

Hipótesis general:

H1: La aplicación del programa disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

Ho: La aplicación del programa no disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en escolares de básica superior.

Tabla 15.

Nivel de actividades disminuye la ansiedad frente al idioma inglés en los escolares.

		Prueba t para la igualdad de medias					95% de intervalo de confianza de la diferencia	
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Puntaje	Se asumen varianzas iguales	-,544	43	,001	-1,523	2,801	-7,171	4,126

Fuente: Pre test y Pos test de Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) aplicado a estudiantes de básica superior, 2021.

Elaboración propia.

Descripción:

En la Tabla 15, se mostró que las medidas de la prueba de T-students representa el valor de $t = -,544$, con el 95% de nivel de confianza se obtiene el $\text{sig.} = ,001$ donde se indicó que se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula. Es decir, las actividades aplicadas a los escolares si disminuyó la ansiedad frente al aprendizaje del idioma inglés, el cual permite que las estrategias sean innovadoras y significativas.

V. DISCUSIÓN

Obtenido los resultados de esta investigación, se procedió a la discusión:

En referente al objetivo 1; Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. En la Tabla 1 se evidenció previamente antes de la aplicación de las actividades el 70.5% se evaluó un aprendizaje regular ya que la ansiedad real que poseen los infantes está afectando al conocimiento de la asignatura inglés, luego de aplicar las estrategias en la Tabla 6 mejoran en un 72.7% ubicándolo en un nivel bueno, dicha evaluación fue fundamental para seguir aplicando estrategias innovadoras.

Por otra parte, en la Tabla 11, la medida de la prueba de T-Students fue de $-0,330$ y con un valor de sig.= $,000$ facilitando a modo de consecuencia la aprobación de la hipótesis alterna y refutando la nula, lo que resulta que las actividades aplicadas para poder disminuir la ansiedad enfocada en la realidad que mostró el educando frente a ese conflicto, disminuye significativamente, dentro de los procesos normales de actividades empleadas a los infantes.

Frente a los antecedentes investigados, este estudio coincide con el de Martín (2017), indicó que los sentimientos mostrados en las sesiones de clase son surgidos a través de factores externos que no se relaciona con el temor de un aprendizaje nuevo, las emociones reales con las que mantiene el ser humano se ven como un compromiso con la materia pero no como una responsabilidad para cultivar un aprendizaje nuevo y los factores externos que están afectando al sujeto debe separarlo del saber ya que expresamente no se identifican las causas que refleja las actividades innovadoras. Por otra parte, no se encontraron hallazgos que contradigan con la investigación.

Con respecto a López (2020), en su trabajo investigativo mostraron un grado regular de ansiedad real, que venía acompañado de habilidades para expresar emociones; dicho factor representa al entorno familiar que son causantes de que no pueda aprender adecuadamente el idioma y su desempeño no mejora; la función pedagógica del establecimiento educativo reflejó que no se aplican adecuadamente

las técnicas ya que recurren a los métodos tradicionales para enseñar, se basan en una enseñanza plana sin utilizar técnicas acorde a la capacidad del escolar y las herramientas didácticas no se innovan.

Basado a este estudio, se sustentó la dimensión realista con Cano (2005), donde se expresó que las emociones son existentes y se impulsan elementos de persistencias para protegerse, no existe manera de solo imaginarse, sino que las situaciones o los episodios son expresadas en el lapso existente y de la misma forma hace que el individuo asimile a llevarlas de un carácter saludable, sin exceder ni falsear al sentido de cada ser humano.

Como tal, el estudio coincide con la investigación planteada, donde las actividades o destrezas no mejoraron el nivel realista del infante enfocado a la ansiedad; sin embargo, reflejó mejor un aprendizaje a nivel global, dicho estudio permitió que se analizaran otras patologías que estuvieron enfocadas en otro contexto que no sea el pedagógico.

En el contexto del objetivo específico 2; Diseñar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. El nivel neurótico del escolar se refleja en la Tabla 2 en el pre test se demuestra el 65.9% están en un grado bueno, del cual no existe mayor problema psicológico o neurológico que afecte el aprendizaje del infante, luego de la aplicación de actividades en la Tabla 7 el 68.2% se encuentra en un nivel bueno constando que las estrategias diseñadas siguen siendo significativas para que puedan aprender el idioma extranjero sin que puedan padecer ansiedad.

Por otro lado, en la Tabla 12 de la prueba t- students se obtuvo un $t=-8,462$ y un valor de $sig.= ,000$ resultado que es menor a 0.05 dado en el estudio; asimismo, se validó estos datos en el que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, comprendiendo que las actividades disminuyen el nivel de ansiedad del educando en el que se permite mejorar en diferentes ámbitos del infante.

Esta investigación coincide con el de Palma (2020) en su trabajo expresó, que las implementaciones de técnicas neuro-educativas han llevado a que los educadores

se vean obligados a estar involucrado con la tecnología, aunque las técnicas tradicionales siguen siendo escasas en la utilización de métodos lúdicos, creativos y didácticos que permitieron desarrollar adecuadamente el proceso de enseñanza – aprendizaje del dialecto extranjero; además, estos modelos pedagógicos son socializados en cada sesión de clase incluyendo los respectivos objetivos y contenidos.

La dimensión trabajada para este objetivo es la neurótica, la cual se relaciona con la anticipación de peligros a futuros, imprevistos e inadecuados, no se aparta de la realidad, pero crean confusión entre el realismo y los desenlaces que se van arman en su mente, los estados mentales forman problemas que impedirían la tranquilidad, armonía, autenticidad y la oportunidad de ser felices.

En síntesis, dentro del estudio de esta investigación se estableció que los niveles neuróticos del individuo mayormente están relacionados con patologías psicológicas que van más allá de una formación académica del educando; como tal, se debe analizar factores que permitan mejorar el aprendizaje del idioma inglés.

Con relación al objetivo específico 3; Aplicar actividades didácticas para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. En la Tabla 3 la dimensión moral del educando dentro del pre test 24 escolares expresan que temer hablar en público y equivocarse ya que los demás compañeros podrían reírse o ridiculizarlos en la clase; cuando se realizó posteriormente la aplicación de actividades en la Tabla 8 se mejoró a un nivel bueno la actitud del sujeto alcanzando en un 56.8%.

Por otro lado, en la Tabla 13, se evidencia un valor de sig.= ,004 del cual explica que es menor de 0.05 donde se interpreta que se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la nula, que expresó que disminuye la ansiedad cuando se enfocan actividades didácticas a los escolares, ocasionando aceptación en el programa empleado.

Se coincide con la investigación de Falagán (2016), muestra que los escenarios externas conllevan a que los elementos negativos progresen dentro del individuo; dichos factores produce que anímicamente el autoestima del escolar decaiga ya

que al no poder concentrarse para una debida pronuncia teme ser objetivo de burla dentro de la convivencia escolar, así también, la escritura refleja un problema ya que no coordina la pronunciación con la gramática, estos conflictos hace que la moral de individuo se vea afectada ante la sociedad.

Asimismo, con el trabajo de Álvarez (2017), indica que los juegos permiten relacionar con los demás, pero que también infieren en como cada uno de ellos reacciona con algunos métodos aplicados, del cual surgen discrepancia y el más afectado será el que está más vulnerable a situaciones o se enfoca en el que dirá la sociedad

Este estudio se sustentó con la dimensión moral se considera un factor importante, el uso de redes sociales, lugar donde los niños o jóvenes realizan interacción con desconocidos para poder ser aceptados a un mundo que en ocasiones no les compete, pero con tal de no sentirse rechazado por un grupo mínimo de personas.

Basado con estos resultados, la parte moral del sujeto radica en la aceptación de la sociedad, teme sentirse avergonzado y que de éste se genere una burla, por lo cual se establece que las actividades se consideren desde un enfoque psicológico, aunque lo trabajado en lo pedagógico sigue siendo fundamental.

Con relación al objetivo específico 4; Evaluar el nivel de ansiedad frente al idioma inglés después de la aplicación del programa en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. En la Tabla 4 la evaluación dentro del pre test 24 escolares expresan que antes de la aplicación del programa se ubicaban en un nivel regular con un 54.5% y deficiente en 45.5%; cuando se realizó posteriormente la aplicación del programa en la Tabla 9 se mejoró a un nivel bueno la actitud del sujeto alcanzando en un 45.5% y desapareciendo la deficiencia frente al idioma inglés.

Por otro lado, en la Tabla 14, se evidencia un valor de sig.= ,000 donde se descifra que se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la nula, en el cual la aplicación del programa fue satisfactorio para los escolares.

Coincide con el estudio de Velázquez (2018), indica que el idioma permite desarrollar académicamente índices altos del inglés, permitiendo que el abandono

y la deserción no sea parte de este proceso, las estrategias optimizan el aprendizaje en 50% llegando a una preocupación de mejorar las estrategias simples a innovadoras.

En relación al objetivo general; Aplicar un programa para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés en estudiantes de básica superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth de Naranjito, 2021. En la Tabla 5 se muestra que 29 educandos se localizan en un grado habitual de ansiedad con el grupo control, posteriormente aplicado el programa se refleja 30 escolares del grupo experimental que favorece dichas estrategias a disminuir la ansiedad frente al idioma extranjero.

En consecuencia, dado los resultados de la Tabla 10 se evidencia una prueba t-students $-0,544$ y un nivel de sig. $= 0,001$ donde se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis alterna indicando que si disminuye el nivel de ansiedad frente al aprendizaje del idioma inglés.

Los hallazgos encontrados permitieron coincidir con el de Adrianzén (2021), representa un alto grado de ansiedad en los educandos, esto se refleja dentro o fuera del establecimiento educativo, por lo que ocasiona frustración y escasa motivación, un 45% no permite que las estrategias mejoren su calidad de aprendizaje, pero, sin embargo, debe fluir diferentes factores para que la ansiedad desaparezca por el temor de un nuevo conocimiento.

Otro de los estudios fue el de Pérez (2017), permite que las técnicas ayuden a desarrollar los módulos de los textos, actividades y se cumpla con las planificaciones curriculares, además que se incentiva a los juegos para un mayor saber y permite incluir a todos los educandos en las sesiones de clase para que puedan participar activamente, ocasionando que los niveles de ansiedad disminuyan significativamente y este permita familiarizarse con un idioma extranjero.

Por su parte Mejía (2018), El aprendizaje del idioma inglés se ve influenciado por la ansiedad que poseen los educandos, ya que descubren algo nuevo y esto ocasiona que no se proyecten más allá de sus propios límites, por el cual dejan de poseer un aprendizaje significativo y se da paso a los miedos que surgen en cada

sesión; la ansiedad no permite que desplieguen aspectos del conocimiento, pues el miedo es factor crucial para bloquear la mente y esto hace que se complique la gramática o vocabulario e incluso la pronunciación se torna difícil para mejorar el idioma y finalmente; los escolares poseen un bajo dominio del idioma inglés y como tal, sus habilidades carecen de comprensión lectora, auditiva, expresión escrita y oral.

La variable ansiedad se sustentó con la Teoría de Psicodinámica por Freud Sigmund citado por Cloninger (1998), expresa que es un conjunto de proposiciones psicológicas que se concentran en la calidad de las presiones que tiene la actuación humanitaria, sobre todo los impulsos involuntarios, este ciclo de procesos mentales que experimenta el individuo está conformada por pulsos psicológicos y fisiológicos que influyen de manera natural por situaciones externos o estímulos internos (p. 34).

El individuo difiere en sus componentes de protección, el cual se controla la locución de los impulsos iniciales en la personalidad, además que la salud mental envuelve la capacidad de amar suministrando un método para superar un conflicto psicológico inconsciente, ya que no se puede confiar en la práctica ya que existe distorsiones producidas por los mismos mecanismos, la sociedad se enfrenta con las dificultades y la represión de los deseos individuales.

En síntesis, la ansiedad mejora con la calidad de actividades innovadoras que se generan en cada aprendizaje, por lo cual es importante rescatar que mientras más dinámicas sean mejor será la educación del escolar.

VI. CONCLUSIONES

Se realiza las siguientes recomendaciones.

1. Se reflejó el 70.5% del pre test y posteriormente el 72.7% en la aplicación de actividades dentro del nivel realista del infante, mientras que la prueba $t = -.330$ y $p = .7323$ se aceptó la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula.
2. Se demostró en el grupo de control el 65.9% con un nivel regular de neurótico es decir no afectó al infante y una vez aplicado al grupo experimental se evidenció una mejora con el 68.2%. Del mismo modo, en la prueba T-Students $t = -8,462$ y $p = .000$ donde se aceptó la hipótesis de estudio y se rechazó la hipótesis nula, comprendiéndose que disminuye el nivel de ansiedad del escolar.
3. Se reflejó el 45.5% de estudiantes con la moral buena y una vez aplicado las actividades mejoró en un 56.8% dentro del grupo experimento. Además, en la contrastación de hipótesis se evidencia un valor de $p = .004$ donde se acepta la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula; asimismo, el valor de la prueba fue $t = 2,578$.
4. Se demostró un nivel regular de 54.5% antes de la aplicación del programa y un nivel d deficiencia; mientras, que después de la aplicación del programa se notó una mejoría en el nivel bueno y regular. Del mismo modo, la prueba de T-students alcanzó un $t = -2.628$ y un valor de $sig = .000$ donde se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna.
5. Por último, se demostró que los niveles de ansiedad estuvieron en un grado de regular con el 65.9% antes de la aplicación del programa, después de aquello indicó que el 68.2% mejoró la ansiedad en los infantes. Se evidenció un $p = .001$ donde se aceptó la hipótesis de investigación y se rechazó la hipótesis nula, entendiéndose que disminuyó el nivel de ansiedad frente al aprendizaje del idioma inglés.

VII. RECOMENDACIONES

Se exhorta lo siguiente:

A la Comisión Pedagógica, la implementación de estrategias innovadoras en las planificaciones curriculares, realización de observaciones áulicas para analizar diversos factores de la comprensión del idioma y proveer de herramientas tecnológicas actualizadas para que permita perfeccionar la enseñanza del lenguaje extranjero y pueda disminuir la ansiedad.

A la Junta Académica junto con la UDAI que pertenece a cada Distrito, realizar charlas motivacionales que permitan identificar factores que eleven el índice de ansiedad y poder llegar adecuadamente al infante, a su vez talleres que refuercen la autoestima de cada uno de ellos.

A la Autoridad del establecimiento educativo, ejercer la adecuada gestión para obtener recursos didácticos que puedan incentivar al infante dentro del proceso enseñanza – aprendizaje y puedan comprender el idioma extranjero.

A la autoridad de la Institución Educativa y Comisión Pedagógica, la implementación adecuada de actividades didácticas en todas las planificaciones curriculares para mejorar la ansiedad frente al idioma inglés.

A los padres de familia o representantes legales, para que realicen dentro de su cronograma encuentros escolares basado en la enseñanza del idioma inglés, asimismo se realicen concursos para todos los niveles educativos y puedan fluir correctamente.

REFERENCIAS

- Adrianzén, C. (2021). *Influencia de la ansiedad en el aprendizaje del idioma inglés como lengua extranjera en estudiantes de básica superior*. [Trabajo final de maestría]. Universidad Científica del Sur. NNOVA Research Journal, 6(3), 58-78. <https://doi.org/10.33890/innova.v6.n3.2021.1742>
- Aldana, S. (2012). The podcasts for teaching reading and writing. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 9-26.
- Almeida, L. (2018). *La ansiedad hacia el aprendizaje del idioma inglés en los estudiantes*. [Trabajo final de master]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2492>
- Anaguano, S. (2018). *Ansiedad y el aprendizaje del idioma inglés*. [Trabajo final de maestría]. Universidad Técnica de Machala. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/14253>
- Ávila, H. (2006). *Introducción de la metodología de la investigación*. México. Editorial Eumed - Net.
- Barca, K. (2020). *Polémica por el plan de Australia de examinar inglés para que los inmigrantes obtengan el visado*. ABC Internacional. https://www.abc.es/internacional/abci-polemica-plan-australia-examinar-ingles-para-inmigrantes-obtengan-visado-pareja-202010080841_noticia.html
- Bilbao, Á. (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Barcelona. Plataforma Editorial.
- Bisquerra, R. (2009). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid. Editorial La Muralla S.A.
- Blández, J. (2000). *La investigación - acción: Un reto para el profesorado*. Barcelona. Editorial Inde.
- Bolívar, M., y Tobón, G. (2015). *Estrategias y juegos pedagógicos*. Bogotá. Editorial Paulinas.

- Bravo, L. (2020). *Psicología de las dificultades del aprendizaje escolar*. Santiago de Chile. Editorial Universitaria.
- Caballero, L. (2010). *El viaje del autoconocimiento: 2 En 1: Cómo entenderte, encontrar tu pasión*. Bogotá.
- Cano, F. (2005). *Introducción a la psicología de la personalidad aplicada a las Ciencias de la Educación*. Sevilla. Editorial Mad, S.L.
- Cloninger, S. (1998). *Teorías de la personalidad*. Mexico. Editorial Pearson Prentice Hall.
- Díaz, V. (2001). *Diseño y elaboración de cuestionario*. Madrid. Editorial Esic.
- Doorman, J. (1991). *The methodology of diagnosis in the "adaptive research"*. San José. Editorial IICA.
- Ellis, A. (2000). *Cómo controlar la ansiedad antes de que le controle a usted*. Barcelona. Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Fábregues, S. (2016). *Técnicas de investigación social y educativa*. Barcelona. Editorial UOC.
- Falagán, P. (2016). *La ansiedad como factor decisivo en el aprendizaje de una segunda lengua*. [Trabajo final de magíster]. Universidad Técnica Particular de Loja.
https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/38552/TFM_Falag%C3%A1n%20Carbajo.pdf?sequence=9&isAllowed=y
- Fernández, Á. (2004). *Investigación y técnicas de mercado*. Madrid. ESIC Editorial.
- García, F. (2004). *Cuestionario*. México. Editorial Limusa S.A.
- García, J. (2019). Learn languages produces anxiety. *La Vanguardia*.
- García, M. (2019). *Disfemia y ansiedad en el aprendizaje de inglés como lengua extranjera*. [Trabajo final de maestría]. Universidad de Valencia.
<https://www.cedd.net/redis/index.php/redis/article/view/445>

- Gold, A. (2021). *Trastornos de ansiedad en niños*. Archivos de Pediatría del Uruguay, 77(1), 34-38.
http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12492006000100008&lng=es&tlng=es.
- Golombok, S. (2016). *Familias modernas: padres e hijos en las nuevas formas de familia*. Madrid. Siglo XXI de España Editores, S.A.
- Gómez, M. (2006). *Introducción a la metodología de la investigación científica*. Córdoba. Editorial Brujas.
- Goñi, E. (2019). *La ansiedad lingüística ante el aprendizaje inglés. Estrategias para lograr aulas emocionales*. [Trabajo final de maestría]. Universidad Zaragoza
<https://zaguan.unizar.es/record/79390/files/TESIS-2019-114.pdf>
- Hernández-Sampieri, R. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México. McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C.V.
- Icart, M. T., & Fuentesalz, C. (2006). *Investigación*. Barcelona. Editorial Ube.
- Laurane Jarie, & C. (2017). *La ansiedad lingüística en el aprendizaje del idioma en la enseñanza*. Çedille. Revista de Estudios Franceses, núm. 13. 2017. pp. 243-261. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80850903012>
- López, A. (2020). *Estrategias basadas en la inteligencia emocional para el manejo de la ansiedad en la lengua extranjera de los estudiantes*. [Trabajo de maestría]. Universidad Técnica de Ambato.
space.uceva.edu.co:8080/bitstream/handle/123456789/1120/T00031630.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mallerly, G. &. (2003). *Confiabilidad*.
- Martín, H. (2017). *La ansiedad en el aula de idiomas*. [Trabajo de maestría]. Universidad Pontificia de Comillas.
<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/106112/retrieve>

- Mejía, P. (2018). *Ansiedad en el aprendizaje del idioma inglés en el estudiantado de las instituciones públicas del sector sur del D.M. Quito*. [Trabajo de maestría]. Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/16936>
- Morales, P. (2006). *Medición de actitudes en educación*. Madrid. Editorial Ormag.
- Moreno, M. (2000). *Intrudcción a la metodología de la investigación*. Mexico. Editorial Progreso S.A.
- Namakforoosh, M. (2005). *Meotodología de la investigación*. México. Editorial Limusa.
- Nelson, T. (2015). *Cómo ser la mejor mamá: Una guía práctica para criar hijos íntegros*. México. Editorial Grupo Nivel Uno.
- Ñaupas, H. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa, cualitativa y redacción de la tesis*. Bogotá . Ediciones de la U.
- Olea, J. (2013). *Test adaptados*. Madrid. Ediciones Uned.
- Ortiz, B. (2010). *Importancia de la investigación científica*. México.
- Pérez, A. (2017). *La ansiedad en el aprendizaje de lenguas extranjeras en educación primaria*. [Trabajo de maestría]. Universidad de Cantabria. <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/7841/PerezFernandezdelasHerasAnalsabel.pdf;sequence=1>
- Pérez, Á. (2018). Ecuador tiene un nivel bajo en aprendizaje del inglés. *El Telégrafo*.
- Pinal, K. (2006). *Metodología y redacción*. México. Publicaciones Cruz.
- Ramírez, R. (2020). Program Participate Learning. *El Telégrafo*. <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/escuelas-estadounidenses-profesores-ecuatorianos-2021>.
- Rodríguez, E. (2005). *Metodología de la Investigación*. México. Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
- Rojas, E. (2014). *How to overcome anxiety*. Barcelona. Editorial Planeta, S.A.

- Sánchez, C. (2013). *Estrategias didácticas*. Madrid. Editorial Uned.
- Schaffer, R. (1996). *Social development*. Mexico. Blackwell publishers inc.
- Senner, W. (2001). *The origins of writing*. México.
- Silva, A. (2004). *Conducta antisocial: un enfoque antisocial*. Mexico. Editorial Pax México.
- Tamayo, M. (2004). *El proceso de la investigación científica*. México. Editorial Limusa.
- Toro, I. (2006). *Método y conocimiento: metodología de la investigación*. Colombia. Fondo Editorial Universidad EAFIT.
- Touriñan, J. (2010). *Teoría de la Educación, Metodología Y Focalizaciones. la Mirada Pedagógica*. España. Editorial Netbiblos.
- Velázquez, L. (2018). *Niveles de ansiedad hacia el aprendizaje del idioma inglés como lengua extranjera*. [Trabajo de maestría]. Universidad Autónoma de Aguascalientes:
<http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v13/doc/1560.pdf>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Ansiedad	El individuo nace con un conjunto de sensaciones que permite descubrir situaciones desagradables o darse cuenta de hechos que ocurren en el entorno, es una reacción frente a la vida en el mundo Ellis (2000, pág. 29).	Esta variable se medirá con el Test Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED) para niños de primaria (8-17 años)	Realista	<p>Cuando tengo miedo, no puedo respirar bien.</p> <p>Sigo a mis padres a donde ellos van.</p> <p>Me preocupo cuando tengo que dormir solo(a).</p> <p>Me preocupo de ser tan bueno(a) como los otros niños (por ejemplo: en mis estudios o deportes).</p> <p>Cuando tengo mucho miedo, siento como si las cosas fueran diferentes o no reales.</p> <p>En las noches sueño que cosas malas le van a pasar a mis padres.</p> <p>En las noches tengo pesadillas de que me va a pasar algo malo.</p> <p>Me preocupa pensar como me van a salir las cosas.</p> <p>Me preocupo demasiado.</p> <p>Me preocupo sin motivo.</p> <p>Me da miedo estar solo(a) en la casa.</p> <p>No me gusta estar lejos de mi familia.</p> <p>Me preocupa que me pasara cuando sea grande.</p> <p>Soy tímido(a).</p>	Ordinal
			Neurótica	Cuando estoy en la escuela me duele la cabeza.	

				<p>Cuando tengo miedo, siento que me voy a desmayar.</p> <p>Soy una persona nerviosa.</p> <p>La gente me dice que me veo nervioso(a)</p> <p>Cuando estoy en la escuela me duele el estómago (panza).</p> <p>Cuando tengo mucho miedo, me siento como si me fuera a enloquecer.</p> <p>Cuando tengo mucho miedo, el corazón me late muy rápido.</p> <p>Cuando tengo mucho miedo, yo tiemblo.</p> <p>Cuando tengo miedo, siento como si no pudiera tragar.</p> <p>Sudo mucho cuando tengo miedo.</p> <p>Tengo miedo de tener ataques de nervios (pánico).</p> <p>Cuando tengo miedo me dan ganas de vomitar.</p> <p>Cuando tengo miedo, me siento mareado(a).</p>	
			Moral	<p>No me gusta estar con personas que no conozco bien.</p> <p>No me gusta estar con personas que no conozco bien.</p> <p>Me preocupa saber si le caigo bien a la gente.</p> <p>Me pongo nervioso(a) cuando estoy con personas que no conozco bien.</p> <p>Me preocupo cuando tengo que ir a la escuela.</p> <p>Me cuesta trabajo hablar con personas que no conozco.</p> <p>Las personas me dicen que yo me preocupo demasiado.</p>	

				<p>Me preocupa pensar que algo malo le va a pasar a mis padres.</p> <p>Me da vergüenza cuando estoy con personas que no conozco.</p> <p>Me preocupa saber si hago las cosas bien.</p> <p>Tengo miedo de ir al colegio.</p> <p>Me preocupan las cosas que ya han pasado.</p> <p>Me siento nervioso(a) cuando tengo que hacer algo delante de otros niños o adultos (ejemplos: leer en voz alta, hablar, jugar)</p> <p>Me siento nervioso(a) de ir a fiestas, bailes, o alguna parte donde hay gente que no conozco.</p>	
--	--	--	--	--	--

Anexo 2. Autorización para la aplicación del instrumento



República
del Ecuador

Ministerio de Educación

Oficio Nro. MINEDUC-CZ5-09D18-2021-0550-OF

Naranjito, 29 de octubre de 2021

Asunto: RESPUESTA: MAESTRANTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA EDUCATIVA SOLICITA AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "MONSEÑOR JUAN WIESNETH"

Virginia Vanessa Torres Espinoza
En su Despacho

De mi consideración:

En respuesta al Documento No. 0053-2021, de fecha de 28 de octubre del 2021, suscrito por la Ing. Vanessa Torres Espinoza, solicita la autorización y la apertura correspondiente para aplicar instrumento de la exploración de la UNIDAD EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN WIESNETH, que servirán para la investigación titulada "Programa para disminuir la ansiedad en el aprendizaje del Idioma Inglés en estudiantes de básica superior en el cantón Naranjito-Ecuador", previo a la obtención de título de Magister en Psicología Educativa.

Por lo expuesto, la Dirección Distrital 09D18 Crnel. Marcelino Maridueña-Naranjito, **AUTORIZA** a la Ing. Vanessa Torres Espinoza realizar el proyecto de investigación "Programa para disminuir la ansiedad en el aprendizaje del Idioma Inglés en estudiantes de básica superior en el cantón Naranjito-Ecuador".

}Cabe resaltar, que antes de aplicar algún instrumento de exploración en la UNIDAD EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN WIESNETH, la Ing. Vanessa Torres Espinoza, deberá solicitar una nueva Autorización a la Dirección Distrital 09D18 Crnel. Marcelino Maridueña - Naranjito y remitir el instrumento para su debida revisión y aprobación; todas estas actividades deberán ser coordinadas con la Lic. Norma Edith Nuñez Alban, Rector de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth.

Con sentimientos de distinguida consideración.

Atentamente,

Anexo 3. Instrumento de la variable ansiedad

SELF-REPORT FOR CHILDHOOD ANXIETY RELATED DISORDERS (Scared)*

AUTO-REPORTE PARA DESÓRDENES RELACIONADOS CON LA ANSIEDAD EN LA INFANCIA

Fecha: _____

Esta es una lista de cosas que describen como se siente usted. Marque el **1** si es pocas veces. Marque el **2** si es algunas veces. Marque el **3** si es siempre. Por favor conteste las preguntas lo mejor que pueda.

1 = Pocas veces

2 = Algunas veces

3 = Siempre

N°	DIMENSIÓN: REALISTA	1	2	3
1	No me gusta estar con personas que no conozco bien.			
2	Soy una persona nerviosa.			
3	Sigo a mis padres a donde ellos van.			
4	La gente me dice que me veo nervioso(a).			
5	Me preocupo cuando tengo que dormir solo(a).			
6	Me preocupo de ser tan bueno(a) como los otros niños (por ejemplo: en mis estudios o deportes).			
7	Me preocupo cuando tengo que ir a la escuela.			
8	Cuando tengo mucho miedo, el corazón me late muy rápido.			
9	Me preocupo demasiado.			
10	Me preocupo sin motivo.			
11	Me da miedo estar solo(a) en la casa.			
12	Cuando tengo miedo, siento como si no pudiera tragar.			
13	Las personas me dicen que yo me preocupo demasiado.			
14	No me gusta estar lejos de mi familia.			
	DIMENSIÓN: NEURÓTICO			
15	Cuando tengo miedo, no puedo respirar bien.			
16	Cuando estoy en la escuela me duele la cabeza.			
17	Cuando duermo en una casa que no es la mía me siento con miedo.			
18	Cuando tengo miedo, siento que me voy a desmayar.			
19	Cuando estoy en la escuela me duele el estómago (panza).			
20	Cuando tengo mucho miedo, me siento como si me fuera a enloquecer.			
21	Cuando tengo mucho miedo, siento como si las cosas fueran diferentes o no reales.			
22	En las noches sueño que cosas malas le van a pasar a mis padres.			

23	Cuando tengo mucho miedo, yo tiemblo.			
24	En las noches tengo pesadillas de que me va a pasar algo malo.			
25	Sudo mucho cuando tengo miedo.			
26	Tengo miedo de tener ataques de nervios (pánico).			
27	Me preocupa pensar que algo malo le va a pasar a mis padres.			
28	Cuando tengo miedo me dan ganas de vomitar.			
	DIMENSIÓN: MORAL			
29	Me preocupa saber si le caigo bien a la gente.			
30	Me pongo nervioso(a) cuando estoy con personas que no conozco bien.			
31	Me preocupa pensar como me van a salir las cosas.			
32	Me cuesta trabajo hablar con personas que no conozco.			
33	Me da vergüenza cuando estoy con personas que no conozco.			
34	Me siento nervioso(a) cuando tengo que hacer algo delante de otros niños o adultos (ejemplos: leer en voz alta, hablar, jugar)			
35	Me siento nervioso(a) de ir a fiestas, bailes, o alguna parte donde hay gente que no conozco.			
36	Me preocupa que me pasara cuando sea grande.			
37	Me preocupa saber si hago las cosas bien.			
38	Tengo miedo de ir al colegio.			
39	Me preocupan las cosas que ya han pasado.			
40	Cuando tengo miedo, me siento mareado(a).			
41	Soy tímido(a)			

*Hecho por Boris Birmaher, M.D., Suneeta Khetarpal, M.D., Marlane Cully, M.Ed., David A. Brent, M.D., and Sandra

McKenzie, Ph.D., Instituto Siquiátrico de la Universidad de Pittsburgh (11/95). E-mail: boris@camp.wpic.pitt.edu

****Se recomienda que a los niños de 8 a 11 años se les explique bien el contenido de este cuestionario o que contesten el cuestionario al lado de un adulto en caso de que tengan algunas preguntas.**

Anexo 4. Ficha Técnica sobre Ansiedad

1. NOMBRE: Test Self-Report for childhood anxiety related disorders (SCARED).
2. Fecha: 2021
3. Objetivo: Establecer de carácter individual el nivel de ansiedad con sus dimensiones: realista, neurótico y moral en los infantes de básica superior de un establecimiento educativo del cantón Naranjito, 2021.
4. Aplicación: educandos de la institución educativa
5. Administración: individual
6. Duración: 30 minutos
7. Tipo de ítems: Enunciados
8. N° de ítems: 41
9. Distribución: dimensiones e indicadores
 1. **Realista:** 14 ítems
 2. **Neurótica:** 14 ítems
 3. **Moral:** 13 ítems

Total, de ítems: 41

11. Evaluación

Esca la cuantitativa	Esca la cualitativa
1	Siempre
2	Algunas veces
3	Pocas veces

- Evaluación por Dimensión

Esca la cualitativa	Esca la cuantitativa					
	Realista		Neurótica		Moral	
Niveles	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo	Puntaje mínimo	Puntaje máximo
Bajo (1)	1	14	1	14	1	14
Medio (2)	15	28	15	28	15	28
Alto (3)	29	42	29	42	29	42

- Evaluación de la variable

Niveles	Ansiedad	
	Puntaje mínimo	Puntaje máximo
Bajo	1	42
Medio	43	84
Alto	85	125

NIVEL BAJO	NIVEL MEDIO	NIVEL ALTO
<p>El educando en este nivel de ansiedad, presenta una frustración y negación hacia un aprendizaje nuevo de un idioma, indica comportamientos inadecuados para aceptar el idioma, posee escaso conocimiento para mejorar en el aprendizaje y no tiene una participación activa. Por lo que se solicita diseñar estrategias que disminuyan el nivel de ansiedad, trabajo continuo con las psicólogas del establecimiento y seguimiento en las planificaciones curriculares. Su puntuación oscila entre 1 a 41.</p>	<p>El escolar en este grado de ansiedad, muestra algo de interés en el aprendizaje del idioma extranjero, expresa sus temores, va mejorando paulatinamente los saberes previos al inglés, se requiere de trabajo en grupo (DECE, tutor y representante) refuerzo en la pronunciación para que pueda irse adaptando en este idioma. Su puntuación oscila entre 42 a 83.</p>	<p>El educando que se ubica en este grado de ansiedad, indica comprender el idioma, supera sus temores y frustraciones por la enseñanza de un idioma extranjero. Se indica que los talleres prácticos ayudan a los escolares comprender el inglés, mejorando la confianza y la autoestima de los escolares. Su puntuación oscila entre 84 a 124.</p>

12. VALIDACIÓN:

El instrumento presenta una validez de contenido, evaluado por el juicio de los expertos en el tema; considerando la relación, congruencia y precisión teórica del instrumento en relación al estudio.

13. CONFIABILIDAD:

Por medio de la prueba piloto el valor del Alfa de Cronbach es de ,929. Con respecto a la prueba de ítem total los valores oscilan entre ,930 y ,926.

Anexo 5. Base de Datos de Pre Test y Pos Test

Grupo de Control

Encuestado	PRE TEST			
	Realista	Neurótica	Moral	TOTAL
1	16	11	9	36
2	18	13	12	43
3	19	14	10	43
4	15	11	10	36
5	17	12	11	40
6	21	15	12	48
7	15	11	11	37
8	17	12	8	37
9	22	16	14	52
10	23	18	16	57
11	17	14	15	46
12	21	16	15	52
13	22	18	14	54
14	20	13	10	43
15	25	17	16	58
16	23	16	15	54
17	25	17	15	57
18	21	16	15	52
19	24	17	16	57
20	19	14	13	46
21	21	17	12	50
22	21	16	15	52

23	23	18	14	55
24	24	19	16	59
25	25	20	17	62
26	19	15	15	49
27	21	17	15	53
28	22	17	15	54
29	19	14	11	44
30	17	13	10	40
31	23	14	13	50
32	14	11	11	36
33	15	12	11	38
34	18	15	12	45
35	21	13	13	47
36	21	17	12	50
37	22	18	14	54
38	20	13	10	43
39	25	17	16	58
40	18	16	16	50
41	24	16	17	57
42	18	18	15	51
43	19	21	15	55
44	19	16	15	50

|

Grupo de experimento

Encuestado	POS TEST			
	Realista	Neurótica	Moral	TOTAL
1	25	17	16	58
2	23	16	15	54
3	25	17	15	57
4	21	16	15	52
5	24	17	16	57
6	19	14	13	46
7	21	17	12	50
8	21	16	15	52
9	23	18	14	55
10	24	19	16	59
11	25	20	17	62
12	19	15	15	49
13	21	17	15	53
14	22	17	15	54
15	19	14	11	44
16	17	13	10	40
17	23	14	13	50
18	14	11	11	36
19	15	12	11	38
20	18	15	12	45
21	21	13	13	47
22	21	17	12	50
23	22	19	15	56

24	22	17	14	53
25	21	16	12	49
26	17	11	12	40
27	16	11	9	36
28	18	13	12	43
29	19	14	10	43
30	15	11	10	36
31	17	12	11	40
32	21	15	12	48
33	15	11	11	37
34	17	12	8	37
35	22	16	14	52
36	23	18	16	57
37	17	14	15	46
38	21	16	15	52
39	22	18	14	54
40	20	13	10	43
41	22	19	15	56
42	22	17	14	53
43	21	16	12	49
44	17	11	12	40

Anexo 6. Confiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,929	41

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
VAR00001	87,83	152,849	,547	,927
VAR00002	88,10	153,064	,476	,928
VAR00003	88,11	154,732	,419	,928
VAR00004	88,06	155,960	,408	,928
VAR00005	88,10	150,795	,597	,926
VAR00006	88,05	156,437	,366	,928
VAR00007	88,04	153,279	,512	,927
VAR00008	87,70	152,798	,629	,926
VAR00009	88,00	159,195	,149	,930
VAR00010	87,78	153,123	,609	,926
VAR00011	88,06	154,521	,441	,928
VAR00012	88,08	153,981	,490	,927
VAR00013	88,13	154,799	,504	,927
VAR00014	88,10	151,625	,580	,926
VAR00015	88,11	154,366	,459	,928
VAR00016	88,08	153,225	,505	,927
VAR00017	87,75	153,021	,565	,927
VAR00018	88,07	153,970	,438	,928
VAR00019	87,86	155,515	,440	,928
VAR00020	88,08	155,493	,359	,929
VAR00021	88,22	156,660	,317	,929

VAR00022	88,10	154,064	,457	,928
VAR00023	88,13	153,677	,503	,927
VAR00024	87,83	152,849	,547	,927
VAR00025	88,10	153,064	,476	,928
VAR00026	88,11	154,732	,419	,928
VAR00027	88,06	155,960	,408	,928
VAR00028	88,10	150,795	,597	,926
VAR00029	88,05	156,437	,366	,928
VAR00036	88,13	154,799	,504	,927
VAR00037	88,10	151,625	,580	,926
VAR00038	88,11	154,366	,459	,928
VAR00039	88,08	153,225	,505	,927
VAR00040	87,75	153,021	,565	,927
VAR00041	88,07	153,970	,438	,928

Anexo 7. Fotografías



Fotografía 1. *Aplicación del instrumento a educandos.*



Fotografía 2. *Aplicación de actividades para disminuir la ansiedad.*



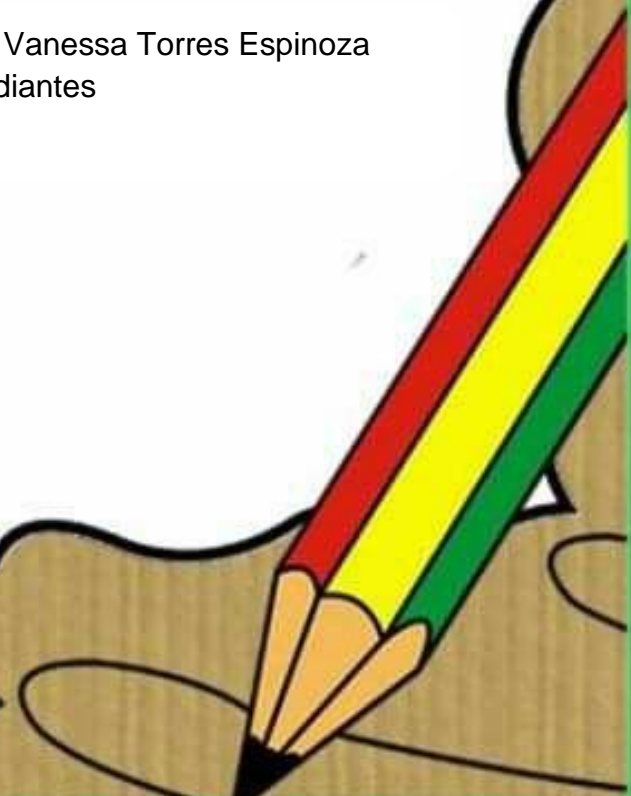
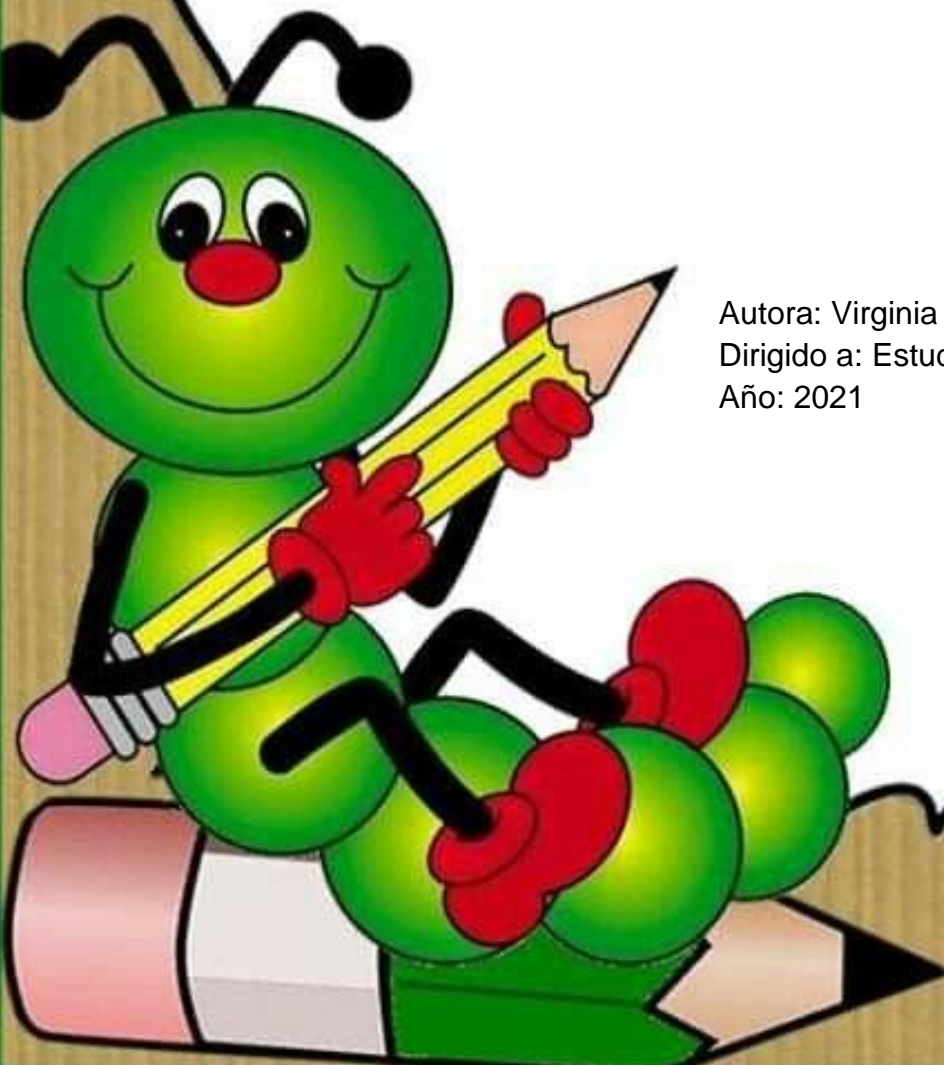
**UNIDAD EDUCATIVA
MONSEÑOR JUAN WIESNETH**

**PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA
DISMINUIR LA ANSIEDAD EN EL
IDIOMA INGLÉS**

Autora: Virginia Vanessa Torres Espinoza

Dirigido a: Estudiantes

Año: 2021



PROPUESTA

PROGRAMA PARA DISMINUIR LA ANSIEDAD EN EL IDOMA INGLES

I. DATOS GENERALES:

Entidad Organizadora: UNIDAD EDUCATIVA MONSEÑOR JUAN WIESNETH

Duración: 10 sesiones de 45 minutos

Responsable: Virginia Torres Espinoza

Dirigidos: 88 Estudiantes

Lugar: Recinto el Rosario Cantón Naranjito-Ecuador

II. FUNDAMENTACIÓN:

Frente a esta problemática, se evidencia que la ansiedad crece en los escolares y no solamente por el temor de aprender sino por diversos factores familiares y sociales que ayudan a truncar el aprendizaje, obteniendo un 34.1% de infantes que se ubican en un nivel alto de ansiedad frente al idioma extranjero; asimismo, la escasa concentración para conocer el idioma y el déficit apoyo de las familias para superar conflictos internos de cada infante, el incremento se debe al contexto pandémico que no brindó las oportunidades adecuadas para incentivar al infante, es así; que se busca aplicar métodos apropiados para disminuir el nivel de ansiedad y que dichas estrategias o actividades innovadoras permitan mejorar el idioma inglés.

III. OBJETIVO GENERAL:

Mejorar el nivel de ansiedad que poseen los escolares frente al idioma extranjero.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Determinar factores que incidan en la ansiedad del escolar frente al idioma extranjero.

Mostrar estrategias innovadoras que permitan disminuir la ansiedad frente al idioma extranjero.

IV. META

Este programa está dirigido a 88 estudiantes con los cuales se ofrecerá técnicas

las mismas que aportaran a medir y controlar los tipos de Ansiedad como son Ansiedad realista, Ansiedad neurótica y Ansiedad moral en relación a la, desmotivación frente al idioma inglés , la misma que disminuirá los impulsos que tiene el comportamiento humano, sobre todo los impulsos inconscientes, antes, durante y después de la clase que ayudara a incentivar y canalizar nuevos saberes frente al aprendizaje de un nuevo idioma

V. METODOLOGÍA:

La metodología a desarrollar en este programa proyecto será dinámica, participativa con temas prácticos, autorreflexión, actividades dinámicas y actividades grupales basados en la disminución de la ansiedad que contará con tres fases:

- ✓ Recopilación, Selección, diseño y encuesta
- ✓ Análisis, Debate
- ✓ Aplicación de técnicas

La primera fase estará direccionada a la recopilación, selección, diseño y encuesta con la población en estudio, para así conocer la causa- efecto de negación, y manifestación de incompatibilidad entre docente- estudiante frente alguna situación.

La Ansiedad que puede surgir de diferentes fuentes, la que se da con mayor relevancia en la institución es el factor de comunicación donde se evidencia pocas habilidades para escuchar a los demás, compartir información, además también influyen los factores personales como, autoestima, necesidades personales desacuerdos y liderazgos entre otros, estos factores son los detonantes para que se produzca altos niveles de Ansiedad. En la siguiente etapa se analizará las causas más probables que provocan la ansiedad

El proceso de Disminuir el nivel de Ansiedad de estudiantes de 10mo año de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth, se expresa mediante un modelo el cual se evidencia que cualquier intervención que se pretenda lograr se requiere de un consenso importante una amplia difusión y una formación positiva, todo esto va a requerir del compromiso de todos los miembros del establecimiento,

VI. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES:

#	DENOMINACIÓN DE LA SESIÓN	RESPONSABLE	MESES			
			DICIEMBRE			
			S1	S2	S3	S4
1	Selección del grupo a trabajar.	Lic. Virginia Torres				
2	Recopilación de información.	Lic. Virginia Torres				
3	Diseño de preguntas para realizar la encuesta on-line.	Lic. Virginia Torres				
4	Encuesta on-line a estudiantes (pre test)	Lic. Virginia Torres				
5	Realización de la primera jornada de Intercambio. - Aplicación de Programa.	Lic. Virginia Torres				
6	Encuesta on-line a estudiantes (pos test)	Lic. Virginia Torres				
7	Análisis de problemática.	Lic. Virginia Torres				
8	Debate de los resultados del programa.	Lic. Virginia Torres				
9	Aplicaciones técnicas - Aportaciones y consenso.	Lic. Virginia Torres				

VII. PRESUPUESTO

COSTO ESTIMADO POR ACTIVIDAD	Unid Medida	Cantidad	Costo unitario	Costo total
Cta. 60: COMPRAS				
Materiales de Oficina:				
Papel membretado	ciento	5	10.00	10.00
Borrador	Unidad	1	1	1.00
Grapadora	Unidad	1	1	1.00
Marcadores	Docena	1	7.00	7.00
Cinta	Unidad	1	3	3.00
Materiales de Enseñanza:				
Papelote	Docena	1	0.40	4.80
Código de Convivencia	Unidad	7	2.00	14.00
Colores	Unidad	7	2.00	14.00
Cartulinas	Docena	3	0.05	1.80
Otros Suministros:				
Agua	Unidad	40	0,30	12.00
Cta. 63: GASTOS DE SERVICIOS PRESTADOS POR TERCEROS:				
Producción encargada a terceros				

Certificados	Treinta y cinco	35	0.50	17.5
Refrigerio	Treinta y cinco	35	1.00	35.00
Obsequios para los ganadores	Tres	3	5	15.00
TOTAL EGRESOS (S/.)				136.10

VIII. RECOMENDACIONES

- Preparar a los Estudiantes para disminuir la ansiedad frente al idioma inglés que ayudara a mejorar el aprendizaje y las actitudes psicosociales dentro como fuera de la institución educativa.
- Trabajar en equipos, actividades físicas y de conocimiento emocional hacia los participantes que puedan articular sus emociones y necesidades sin temor o miedo.
- Utilizar dinámicas grupales como alternativa para solucionar situaciones de tensión.
- Realizar propuestas educativas que fomenten una mejor actitud frente al idioma inglés y puedan generar un clima de confianza y armonía en la que las dos partes contribuyan al aprendizaje.

CONSOLIDADO DE ACTIVIDADES

Sesión	ACTIVIDAD	OBJETIVO	MATERIALES A UTILILIZAR	TIEMPO	LUGAR
1	Técnica Koeppen	Instruir a los/as participantes a explorar el nivel de rigidez muscular que perciben en los diferentes segmentos de su cuerpo.	1.-Retropoyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller 4.-tarjetas de compromiso 5.-marcadores 6.-cinta adhesiva	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
2	El desafío de la escucha	Reconocer nuestras vivencias para identificar estrategias que disminuyan la ansiedad	1.-Retropoyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller 4.-marcadores	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
3	Técnica del Jin Shin Jyutsu	Educar a la liberación y eliminación del estrés y aminorar el compromiso de las presiones diarias manejando exclusivamente las manos.	1.-Retropoyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller 4.-marcadores	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
4	Técnica de entrenamiento	Obtener una relajación profunda y reducir el estrés.	1.-Retropoyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth

	Autógeno de Schultz		4.-marcadores		
5	Técnica del lugar seguro	Aumentar el acceso a redes de memorias positivas y placenteras modificando la emoción de la persona. De este modo, si te sientes angustiado/a en algún momento tienes acceso directo a emociones positivas	1.-Retroproyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller 4.-Marcadores	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
6	Técnica del globo	Consiste en promover la atenuación (inhalación) en los infantes; asimismo, la psicomotricidad provocando el conocimiento físico.	Retroproyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con el objetivo del taller 4.-marcadores 5.-Globos de colores, 6.-Recipiente con agua y jabón, 7.-Barita de burbujas, 8.-Marcadores,	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
7	Técnica la caja de la ira	Consiste ilustrar a los infantes a regularizar su furia y	. -Retroproyector 2.-Laptop 3.-Diapositivas con él con el objetivo del taller	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth

		que aprendan a coger la rabia y a frenarla	4.-Marcadores		
8	Taller motivacional los dos halcones	Consiste mejorar nuestras capacidades y potencialidades, además canalizar la confianza	1.-tabla de caras, 2.-video motivacional, 3.-Retroproyector con objetivo del taller, 4.- LINK DEL VIDEO https://www.youtube.com/watch?v=ZZHM6DvPzYw	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
9	Taller motivacional el obstáculo de nuestro camino	Mejorar aptitudes y emociones frente a los problemas encontrados en el diario vivir	1.-tabla de caras, 2.-video motivacional, 3.-Retroproyector con objetivo del taller, 4.- LINK DEL VIDEO https://www.youtube.com/watch?v=j9NJOowvoV8	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth
10	Taller motivacional la casa imperfecta	Manifiestar a los educandos que son los adecuados y excelentes arquitectos de su vida que las gestiones que	1.-video motivacional, 2.-Retroproyector con objetivo del taller, 3.- LINK DEL VIDEO https://www.youtube.com/watch?v=r1-pysytKaM	45 minutos	salas audiovisuales U.E. wiesneth

		posean hoy resultarán en su mañana			
--	--	---------------------------------------	--	--	--

ANEXOS

Sesión N° 01

“TÉCNICA KOEPPEN”

Objetivo: Instruir a los participantes para examinar el grado de rigidez del cuerpo como advertencia de los incomparables fragmentos del organismo. Determinar que músculos se comprimen debido a la tensión y poder reducir la personal de ansiedad. Es una experiencia transitoria, natural y eficiente que contiene ejercicios de visualizaciones, lo que la convierte en una actividad divertida ya que se puede presentar a modo de juego.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: Papelote con objetivo del taller, tarjetas con palabras, fases, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

Sesión	Nombre de la sesión	Momentos	Descripción de las actividades	Tiempo
01	“TÉCNICA KOEPPEN”	Actividades Previas	<p>La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en forma redonda dentro del lugar preparado para la actividad.</p> <p>Palabras de inicio, existen pactos para la colaboración y se manifiesta el contenido que se va a tratar en la sesión.</p>	5 minutos
		Motivación	<p>Dinámica “selfies grupal”.</p> <p>Con la participación de los escolares, se solicita que se alcen y caminen en el sitio de manera silenciosa.</p> <p>Luego de un tiempo determinado se pide a los educandos que se miren, puedan reconocer el espacio que están ocupando, mientras continúan caminando.</p> <p>Consecutivamente, debe realizar posturas de emociones donde se sienta cómodo.</p> <p>Se espera un tiempo, el educador pronuncia una orden con la finalidad que se tomen una fotografía o selfies colectivo.</p> <p>Los colaboradores siguen realizando la actividad y se solicita que se tomen un conjunto de selfies, deben</p>	10 minutos

		<p>mostrar alegría, tristeza, fiestero, fitness, molesto, todos juntos y así sucesivamente.</p> <p>Los estudiantes podrán intervenir con gestos y movimientos según se le indique en la propuesta.</p> <p>Por último, los escolares deben realizar un corazón, la facilitadora dará un breve análisis de la importancia que posee una verdadera comunicación y se direcciona a la actividad que realizaron.</p> <p>Reflexionen</p> <p>¿Cómo se sintieron al realizar esta actividad?</p> <p>¿Qué foto le gusto más?</p> <p>¿Fue fácil relacionarme con las compañeras?</p> <p>¿Lograron organizar con los escolares las estrategias?</p>	
	Desarrollo	<p>“TÉCNICA KOEPPEN”</p> <p>El facilitador indica que deberán sentarse haciendo un círculo, los estudiantes deberán estirarse, ensayando progresivamente los grupos musculares. Bajo ningún concepto el infante podrá fatigarse o estar relajado expresando estar aburrido.</p> <p>Aprendamos a respirar adecuadamente: la vida del ser humanos se debe a la respiración, pero existen</p>	<p>25 minutos</p>

		<p>diferentes técnicas. Imaginen si un animal tiene calor (algunos deben hacerlo con la boca abierta y de manera continua), en el caso de un recién nacido (lo realiza pausadamente y con la boca cerrada) o cuando se realiza un suspiro (se suelta con fuerza el aire). Lo primero que se va a realizar es aprender a respirar con la barriga.</p> <p>El aire de los pulmones permite que llegue a la barriga, se utiliza el pecho o la barriga, luego ubicamos las manos en la barriga y tratamos de respirar hacia dentro para llenar de aire, sin apuro, paulatinamente y pacíficamente. Sostenemos un poco de aire y lo soltamos despacio por la boca, una vez controlada la técnica sentiremos como los músculos del cuerpo se relajan.</p> <p>1.- MANOS Y BRAZOS Suponga que posee un limón en su mano izquierda. Apriete con su puño como si va a exprimir. Trate de exprimirlo completo y con fuerza. Sienta la presión en su mano y brazo mientras va exprimiendo. Consecutivamente abra la mano y déjelo caer. Observe como están sus músculos cuando buscan</p>	
--	--	---	--

		<p>relajarse. Seleccione otro limón y realice el mismo proceso, pero un poco más de fuerza; suelte y relaje. Observe como se encuentra su mano y su brazo cuando están relajados. Una vez más, toma el limón en tu mano izquierda y exprímele todo el zumo con fuerza, no dejes ni una sola gota. Exprímelo fuerte. Ahora relájate y deja caer el limón. (Repetir el mismo procedimiento con la mano derecha y el brazo derecho).</p> <p>2.- BRAZOS Y HOMBROS Imaginemos que somos un gato y deseamos estirarnos ya que tenemos pereza. Desarrolla un movimiento fuerte con sus brazos, alce encima de su cabeza y ahora llévelo hacia atrás. Al momento que se estira, sentirá como un tirón en los hombros, luego deje caer sus brazos, excelente. Realizamos de nuevo el proceso y sientan como se está relajando, muy bien. Por varias veces realizamos este proceso y sientan como se relaja los hombros.</p> <p>3.- HOMBROS Y CUELLO: Todos los educandos van a imaginar que son una tortuga, en un ambiente tranquilo, con el resplandor del sol encima de una roca. Y de repente existe una señal de riesgo. ¡Vamos! mete la</p>	
--	--	--	--

			<p>cabeza en tu concha. Realice la siguiente actividad, ubique los hombros hacia las orejas, intentando ubicar la cabeza entre sus hombros, mantenga esa posición, piense no es sencillo ser una tortuga dentro de su caparazón. Entonces decimos el peligro ya pasó, puede salir y relajarse de nuevo. ¡Cuidado! más peligro, rápido, mete la cabeza en tu casa, tienes que tener la cabeza totalmente metida para poder protegerte, O.K. ya puedes relajarte, saca la cabeza y deja que tus hombros se relajen. Fíjate que te sientes mucho mejor cuando estás relajado que cuando estás tenso. Una vez más. ¡Peligro! esconde tu cabeza, lleva los hombros hacia tus orejas, no dejes que ni un solo pelo de tu cabeza quede fuera de tu concha. Mantente dentro, siente la tensión en tu cuello y hombros. Muy bien. De acuerdo, puedes salir de tu concha, ya no hay peligro. Relájate, ya no va a haber más peligro, no tienes nada de qué preocuparte, te sientes seguro, te sientes bien.</p> <p>4.- CARA Y NARIZ: Bueno, ahora viene volando una de esas molestas moscas y se ha posado en tu nariz, trata de espantarla, pero sin usar tus manos. Intenta hacerlo</p>	
--	--	--	--	--

		<p>arrugando tu nariz. Trata de hacer tantas arrugas con tu nariz como puedas. Deja tu nariz arrugada, fuerte. ¡Bien! has conseguido alejarla, ahora puedes relajar tu nariz, ¡oh! por ahí vuelve esa pesada mosca, arruga tu nariz fuerte, lo más fuerte que puedas. O.K. se ha ido nuevamente. Ahora puedes relajar tu cara. Fíjate que cuando arrugas tan fuerte tu nariz, tus mejillas, tu boca, tu frente y hasta tus ojos te ayudan y se ponen tensos también. ¡Oh! otra vez regresa esa vieja mosca, pero esta vez se ha posado en tu frente. Haz arrugas con tu frente, intenta cazar la mosca con tus arrugas, fuerte. Muy bien, ya se ha ido para siempre, puedes relajarte, intenta dejar tu cara tranquila, sin arrugas. Siente cómo tu cara está ahora más tranquila y relajada.</p> <p>5.- PECHO Y PULMONES Vas a respirar hinchándote y deshinchándote como un globo. Vas a coger el aire por la nariz intentando llenar todos tus pulmones de aire, aguanta a respiración contando tres segundos y siente la presión en todo tu pecho luego sueltas el aire por la boca despacito poco a poco y cierras los ojos y comprueba como todo tu cuerpo se va desinflando y</p>	
--	--	---	--

			<p>como todo tu cuerpo se va hundiendo y aplastando contra el sofá o la cama donde estás tumbado...con el aire suelta toda las cosas malas, todas las cosas que no te gustan, todas las cosas que te preocupan... ¡Fuera! ... ¡échalas ¡y quédate respirando normal y notando esa sensación tan buena de tranquilidad, de dejadez de paz... respirando como tu respiras normalmente y notando como el aire entra y sale sin dificultad. Vamos a respirar de nuevo profundamente coge el aire por tu nariz, hincha el globo todo lo que puedas y cuenta hasta tres aguantando el aire: uno, dos y tres.... Y suelta por la boca, despacio, cerrando los ojos y convirtiéndote en un globo que se va deshinchando, deshinchando hundiéndose, hundiéndose... aplastándose y quedándose tranquilo...</p> <p>Reflexionar</p> <p>¿Cómo se sintieron en este taller?</p> <p>¿Crees que es posible disminuir la ansiedad?</p>	
		Cierre	<p>Para finalizar la actividad realizaremos la dinámica “TARJETAS DE COMPROMISO”</p>	5 minutos

			<p>Los colaboradores recogen un cuadro llamativo que sintetiza el desarrollo de la actividad.</p> <p>Consecutivamente el educando toma la ficha donde va a expresar a lo que se compromete en dirección para optimizar su tensión.</p> <p>Cada participante dirá porque siente estrés o ansiedad cuando empieza la clase de inglés qué problema cree que logrará prevenir sino lo siente e inmediatamente analizará.</p> <p>Los postales basados en el me comprometo colocarán un corazón enfocado en la comunicación y los problemas.</p> <p>El docente observará las dificultades que ocasionan la falta de comunicación y los procedimientos de todos los requisitos que pueden evitarlo.</p>	
--	--	--	--	--

TECNICA DE KOOPEN”



Sesión N° 02

“EL DESAFÍO DE LA ESCUCHA”

Objetivo: Reconocer nuestras vivencias para identificar estrategias que disminuyan la ansiedad.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo del taller, tarjetas con palabras, fases, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

Sesión	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
02	“EL DESAFÍO DE LA ESCUCHA”	Actividades Previas	La o el facilitador saluda e invita a los participantes sentarse dentro del círculo situado para la actividad. Palabras de inicio, con la finalidad de cumplir acuerdos con los educandos y la explicación del contenido de cada estrategia.	5 minutos
		Motivación	<p>“Técnica “EL DESAFÍO DE LA ESCUCHA”</p> <p>El educador solicitará a un educando un paisaje sencillo sin mostrar a los demás.</p> <p>Continuamente se procede a entregar una hoja y marcadores al resto de los individuos.</p> <p>Cuando culmine el dibujo describa a su grupo el detalle del paisaje, sin mostrarlo, con la finalidad que el resto pueda repetirlo. Si no está comprendido se realiza una retroalimentación.</p> <p>A continuación, el docente indagará: si la estrategia fue fácil o no, si les constó seguir instrucciones correctamente o no</p>	15 minutos

			Finalmente, todos los escolares ubicarán sus dibujos en el mural que se implementó para esta actividad y de observará la elaboración de los demás trabajos.	
		Desarrollo	<p>Dinámica “RECONOCIENDO MIS EMOCIONES”</p> <p>Fundamenta en recordar contextos recientes o pasados que cada uno tuvo respecto a las malas prácticas de comunicación, en su entorno laboral; prácticas que estuvieron atractivas e insípidas.</p> <p>Previamente, cada escolar tendrá un pedazo de algodón húmedo, lija u otro case de material delicado o riguroso, con el objetivo de pasar por las manos y puedan sentir e identificar lo que se sienten.</p> <p>El pedagogo indicará que existen sensaciones agradables y desagradables, pero siempre es fundamental identificar y expresar.</p>	20 minutos

			<p>Cuando ya se ha observado las sensaciones buenas o malas se va a ir recordando frases, palabras o experticias.</p> <p>Posteriormente reflexionamos ante las siguientes preguntas</p> <ol style="list-style-type: none">1. ¿Qué sensaciones nos gustan más?2. ¿Qué nos gusta hacer en conjunto? <p>Cada escolar se le dará una hoja donde podrá colocar en forma de visto o equis según corresponda, si la oración que escuchó fue usada repetidamente u ocasionalmente.</p> <p>La interrogante precisa en la estrategia es ¿qué frase expresaban o se frecuentaban diariamente con los compañeros (diagnóstico individual).</p> <p>Consecutivamente, se rinde el diagnostico a cada participante y se le sugiere compartir los resultados para identificar falencias en dos secciones colectivas:</p> <p>(a) analizar si la intimidación existe o no, situada en el entorno; además, que conceptos se posee y como se pueden sentir.</p>	
--	--	--	--	--

			<p>(b) considerar esquemas formativos, costumbres de dependencia (uso del poder) y maneras de cómo habitúa la violencia en el sitio laboral, qué percepciones tenemos y cómo nos sentimos.</p> <p>Por último, se realiza una ronda de preguntas para que puedan expresar lo que sienten, siendo honesto en cada interrogante.</p>	
		Cierre	<p>Realizaremos la dinámica “La silla Sorprendente”,</p> <p>Se pide voluntarios para que se sienten en una silla y con un fondo musical, cada participante se colocara frente del voluntario y le dirá una frase positiva que ellos consideren que necesita escuchar, resaltando sus cualidades.</p> <p>Se realiza un pequeño compartir.</p>	5 minutos

ANEXOS

¿ANHELAS EXAMINAR TU CONDUCTA PARA CONOCER SI TIENES PREFERENCIAS A SER IMPULSIVO O IMPULSIVA?

Te invito a revisar la manera en que te relacionas con tú compañeros

PREGUNTAS	SI	NO
¿Indagas los daños de tus compañeros, ridiculizas de su físico, de su familia o de otros factores del sujeto?		
¿Se enoja si no tiene la razón, no puede ganar una discusión o lo contradice en los criterios?		
¿Culpa a otras personas de todo lo malo que le pasa en su vida?		
¿Le resulta difícil reconocer que se ha equivocado o estar de acuerdo con otra opinión?		
¿Le gusta mandar, pero no hacer caso?		
¿Eres de las personas que dicen: “te prohíbo que...”?		



Sesión N° 03

“TECNICA DEL JIN SHIN JYUTSU”

Identificación emocional

Objetivo: Enseñar a liberar y excluir el estrés y aminorar el compromiso de las presiones periódicas manejando exclusivamente las manos. Destreza de autosanación que indaga reequilibrar la prosperidad física e intelectual a través de los dedos y lo que cada uno de ellos simboliza.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo del taller, fases, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

Sesión	Nombre de la sesión	Momentos	Descripción de las actividades	Tiempo
03	<p align="center">“TECNICA DEL JIN SHIN JYUTSU</p> <p align="center">“</p>	<p align="center">Actividades Previas</p>	<p>La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse dentro del sitio distribuido para la actividad. Palabras de inicio y pactos de colaboración.</p>	<p align="center">5 minutos</p>
		<p align="center">Motivación</p>	<p>“Técnica “JIN SHIN JYUTSU”</p> <p>El educando solicitará a un educando realizar un paisaje sin mostrar a nadie el dibujo. Seguidamente a cada escolar se le entregará materiales.</p> <p>Una vez culminando el dibujo, expondrá detalladamente el significado del mismo, pero sin enseñar lo que realizó, con la finalidad que los demás puedan identificar y poder repetir lo que haya expresado el educando. En caso de no comprender, se realiza una retroalimentación.</p> <p>Posteriormente, el docente indagará: si esta actividad fue sencilla de realizarla o tuvo dificultades.</p>	<p align="center">15 minutos</p>

			Para culminar con la actividad todos los educandos colocarán su trabajo en el mural para identificar el objetivo de esta práctica.	
		Desarrollo	<p>El profesor explica contexto de la filosofía japonesa expresando que cada signo del cuerpo está relacionado entre sí; del mismo modo, cada dedo de la mano se conecta con un órgano a su vez con una emoción. Como tal, si se presiona un dedo es posible que se trabaje algún tipo de sentimiento.</p> <p>A continuación, se detalla el dedo que se relaciona con la emoción o el órgano del ser humano:</p> <ul style="list-style-type: none"> -El pulgar: Se relaciona con el estómago y brazo, se enfoca a la preocupación, problemas mentales y físico. Se vincula con la piel y dolores de cabeza. -El índice: Enfocado al miedo, representa al odio, riñón y vejiga. Permite mantener de pie y firme al individuo. -El dedo corazón: Encierra la ira, enojo y cansancio, se relaciona con la vesícula, hígado 	20 minutos

			<p>vesícula, menstruación, problemas sanguíneos y migrañas.</p> <p>-El anular: Conectado con el intestino grueso y el pulmón. Hace alusión a la tristeza. Se trata de un dedo vital para tomar decisiones.</p> <p>-El meñique: Fingir ser alguien que no es, se relacionada con la ansiedad, apatía y falta de energía. Se conecta con la lucha y el esfuerzo. Está ligado con el intestino delgado y el corazón.</p> <p>-La palma de la mano: Engloba todo lo anterior. Tiene que ver con el diafragma y la respiración. Como fundamental, se requiere alternar cada mano, para empezar, junta las manos y ejerce fuerza presionando los dedos.</p> <p>-Después, presiona el dedo que quieras calmar su dolor.</p> <p>La presión de las manos lo va a realizar por 30 minutos, luego descansa 1 minuto y vuelva a presionar.</p> <p>-Controle adecuadamente la respiración; es decir, inhalando intensamente y exhalando</p>	
--	--	--	---	--

			paulatinamente, de a poco el cerebro se relajará y se sentirá cómodo.	
		Cierre	<p>Y por último podemos relajarnos y dejarnos llevar por la intuición.</p> <p>Para tranquilizarse. Cruza los brazos y coloca las manos debajo de las axilas, de manera que los pulgares queden fuera y mirando hacia arriba. Cierra los ojos y cuenta 15 respiraciones.</p> <p>Para recuperar energía. Pon la mano derecha sobre la cabeza y la izquierda irá recorriendo poco a poco frente, nariz, clavículas, corazón, ombligo y pubis. Coloca la derecha en el coxis.</p> <p>Reflexionar:</p> <p>Ahora comenta. ¿Cómo te sientes ahora?</p> <p>¿Estás listo para tu clase de idiomas?</p>	5 minutos

ANEXO



Sesión N° 04

Técnica de Entrenamiento autógeno de Schultz

Objetivo: Alcanzar un alivio profundo y reducir el estrés.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo del taller, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
04	Entrenamiento autógeno de Schultz	<p>Actividades Previas</p>	<p>La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.</p>	5 minutos
		<p>Motivación</p>	<p>“El juego del “Yo soy...”</p> <p>Se reúnen grupos de 5 se sortea a un estudiante el mismo que mostrará una foto esto ayudará a reconocer las actitudes que obtiene. La actividad radica que el estudiante ubique una fotografía que será el centro de la actividad a realizarse. Se procede a pegar la foto en la cartulina y alrededor de la foto se va colocando características buenas y fortalezas del individuo.</p> <p>La actividad comienza, como la descripción del color de los ojos, cabello, tono de piel; continuamente se enfocarán en un valor emocional, algún tipo de rasgo social como ser amable, compartir los juguetes con sus</p>	15 minutos

			<p>hermanos, ser bueno en los estudios... etc. al final podremos realizar esta actividad con un máximo de 3 participantes por grupo</p>	
		<p>Desarrollo</p>	<p>En esta actividad, existe 6 estrategias para relajar el cuerpo, cada uno de ellos la imaginación es importante y existen palabras esenciales que ayudan a la relajación del organismo</p> <p>Los pasos consisten en:</p> <p>El facilitador indica que los estudiantes comiencen inhalar profundamente, siendo la exhalación el doble de la inhalación. Por ejemplo: inhalar durante 4 segundos, exhalar por 8 segundos.</p> <p>Inhalar cerrando los ojos y exhalar de 6 a 8 repeticiones: sienta como su brazo derecho se hace cada vez más pesado y concentrarte en dicha sensación.</p> <p>3. Ellos Repiten 6 - 8 veces: “mi brazo derecho pesa cada vez más” (así con manos, brazos, piernas, espalda, cuello, hombros, pies, muslos, piernas)</p>	<p>20 minutos</p>

			<p>4. Repiten 6-8 veces: “mi brazo derecho esta cálido” (así con manos, brazos, piernas, espalda, cuello, hombros, pies, muslos, piernas)</p> <p>5. Repiten 6-8 veces: “mi corazón late tranquila y relajadamente”</p> <p>6. Repiten 6-8 veces: “mi respiración es cada vez más tranquila”</p> <p>7. Repiten 6-8 veces: “mi estómago está cada vez más cálido”</p> <p>8. Repiten 6-8 veces: “mi frente esta fría”</p> <p>Resumen: pesadez-calor-corazón tranquilo-respiración-estómago cálido-frente fresca durante la repetición lo más importante es tratar de reproducir en el cuerpo determinadas sensaciones gracias a la ayuda de tu imaginación.</p> <p>Trata de terminar la sesión siguiendo las pautas sugeridas realizando ejercicios de estiramientos de brazos y piernas y respiraciones profundas antes de abrir los ojos.</p>	
--	--	--	---	--

			Tómate unos minutos antes de volver a las actividades habituales.	
		Cierre	<p>Es recomendable practicar en un lugar tranquilo, dentro del aula se debe estar concentrado, ambiente apropiado y armónico con una luz ligera.</p> <p>Reflexionar</p> <p>¿Cómo te sientes ahora?</p> <p>¿Podrías mejorar tu comprensión frente al nuevo idioma?</p>	5 minutos

ANEXO

El cuento La historia de Roberto

La historia de Roberto (o el nombre que prefieras), un infante que un día tuvo un mal día en el colegio y también en casa, porque no obtenía lo que anhelaba y todo le salía al revés. Roberto tiene tan mal día, que al llegar la noche revienta en pataletas y llantos incontrolados.

En ese momento, al sentir Roberto tanta rabia, un enorme monstruo salió de él y comenzó a romper todo lo que encontraba a su paso. Roberto, al ver el destrozo que 'su monstruo' había ocasionado, intentó reparar todo, y a la vez que arreglaba lo que el monstruo había roto, el monstruo se hacía más y más pequeño, hasta desaparecer. Esta historia, por cierto, está basada en un famoso cuento: 'Vaya rabieta', de la escritora Mireille d'Allancé.



Sesión N° 05

Técnica Del Lugar Seguro

Objetivo: Consiste en aumentar el acceso a redes de memoria positivas y placenteras modificando la emoción de la persona. De este modo, si te sientes angustiado/a en algún momento tienes acceso directo a emociones positivas.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo de clase marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
05	"Técnica Del Lugar Seguro	Actividades Previas	<p>La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.</p>	5 minutos
		Motivación	<p>El facilitador entrega a cada grupo un tablón con caras en el que se exponen expresiones emocionales diferentes, triste, enfadado, feliz..., nervioso, asustado, lloroso, contento. El deber del estudiante es marcar dicho rostro que pertenece del cómo se siente actualmente.</p> <p>Analizando a los estudiantes, especialmente porque su tensión emocional de manera que mejoren su estado de ánimo. Luego utilizaremos un espejo en el cual cada uno pueda duplicar la expresión de cada cara usando un espejo para verse y aprender cual es el nombre de cada emoción y qué sentimientos conlleva detrás.</p> <p>Para finalizar cada uno expondrá su emisión escogida y ayudaremos a descubrir de forma clara para expresar sus</p>	15 minutos

			emociones, puede ser un verdadero alivio para los estudiantes	
		Desarrollo	<p>El facilitador forma grupo de 5 estudiantes se les pide Identificar un lugar que te proporcione seguridad y/o calma en donde creas que te encuentres calmado</p> <p>2.- Se le pide que Cierre los ojos y trae a tu mente una imagen de esa escena y trata de recorrerla con los cinco sentidos el facilitador pregunta: ¿Qué elementos hay? ¿Qué colores aparecen? ¿Hay algún olor o sabor que identifiques en la escena? ¿Oyes algo en concreto? ¿Identificas alguna textura?).</p> <p>3.- el facilitador sigue preguntando cómo te sientes e identifica las sensaciones que aparecen en tu cuerpo al recrear esa escena ¿Son sentimientos positivos? Si es así, el estudiante sigue con el siguiente paso; caso contrario termina la sesión</p> <p>4.- el facilitador sigue preguntando. - Identifica una palabra que describa la emoción que evoca esa escena, como por ejemplo “tranquilo” o una palabra que describa la escena como “mar”. Se trata de una etiqueta para la experiencia.</p>	20 minutos

			<p>5. el facilitador indica al estudiante que vuelve a cerrar los ojos y evoca la escena, los detalles de la misma, las emociones positivas y di la palabra en tu mente. Tras unos momentos el estudiante vuelve a abrir los ojos.</p> <p>6.- el facilitador indica al estudiante que: Cierra nuevamente los ojos y repite el paso anterior unas cinco veces durante un minuto aproximadamente. El objetivo de las repeticiones es asegurar que la palabra quede emparejada con la escena de tu lugar seguro.</p> <p>7.- facilitador indica al estudiante que cuando experimentes un momento de tensión en tu vida trae esa palabra a la mente y evoca la escena con el máximo número de detalles posible. Siente las emociones que esta experiencia te despierta y dilas en voz alto</p>	
		Cierre	<p>Utiliza el ejercicio lugar seguro todos los días antes de inicia tu clase de inglés u otras clases que te generen ansiedad. Cargando así tus emociones positivas y permitiendo que se mantengan lo suficientemente fuertes como para ayudarte a deshacerte de la perturbación cuando sea necesario.</p>	5 minutos

ANEXO



Sesión N° 06

TÉCNICA DEL GLOBO

Objetivo: Consiste en promover el alivio (respiración) en los infantes; asimismo, la psicomotricidad provocando la conciencia corporal, la actitud y la lateralidad; Esta habilidad sirve para que los infantes manejen su organismo como medio de locución, beneficiando la concentración, el manejo de la tensión y el trabajo individual.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo del taller, globos de colores, recipiente con agua y jabón, varita de burbujas, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

Sesión	Nombre de la sesión	Momentos	Descripción de las actividades	Tiempo
06	EL DESAFÍO DE LA ESCUCHA	Actividades Previas	La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.	5 minutos
		Motivación	<p>A soplar burbujas</p> <p>Los educandos disfrutan realizar burbujas, por lo que este método no resulta complicado para ejecutarlo. El facilitador expone que conoce de un esparcimiento sencillo que optimizará su capacidad pulmonar, le ayudará a tener un mayor control sobre la respiración, le permitirá relajarse y controlar la ansiedad. El facilitador posee un recipiente de pompas de jabón, una varita y una solución para hacer burbujas;</p> <p>Se procede a indicarles a los participantes que guarden distancia de 1 metro, luego empezaremos hacer las burbujas</p> <p>En este escenario los participantes no se pueden mover de su sitio</p> <p>El facilitador les indicara que deberán soplar la mayor cantidad de burbujas que puedan, en un lapso de 3 minutos</p>	15 minutos

			Luego volverán a sus incentivándolos a las siguientes actividades	
		Desarrollo	<p>¿Cómo se desarrolla el método del globo?</p> <p>El facilitador indica a los participantes que en esta actividad el globo se lo va a comparar con un individuo; es decir, un globo puede inflarse y mantener el aire, pero si el globo se excede de aire, este estalla.</p> <p>Paso nº 1.- Muestra a los participantes que se coloquen en el piso. El facilitador se asegura de que entre participantes conste un prudente espacio para realizar normalmente la actividad y no puedan molestarse.</p> <p>Seguidamente, se infla un globo, a tal punto que se explote.</p> <p>Paso nº 2.- se les pide a los participantes que se imaginen que son un globo. A medida que van inhalando aire, ellos se inflan como si fuesen globos. Luego muy pausadamente pueden desinflarse solamente exhalando.</p> <p>Paso nº 3.- Después de esta actividad, Se solicita a los participantes que abran suavemente sus ojos.</p> <p>El facilitador les interroga: ¿Qué situaciones han sentido que son “<i>como globos</i>” y deben tolerar o aguantar algo? ¿Cómo han determinado ese escenario?</p>	20 minutos

		Cierre	<p>Luego, tras un momento de reflexión y silencio, el facilitador deberá enviar un mensaje de enseñanza sobre cómo actuar frente a las emociones, que nunca debe ser de forma explosiva.</p> <p>Esta actividad se recomienda para hacer en las aulas y profundizar en casa, con el fin de ayudar a los participantes a canalizar las emociones, Indicándoles el símbolo de que no podemos ser en la vida igual que un globo, porque podríamos tener desenlaces muy negativos e incluso explotar. Una vez conocida y practicada la actividad, cuando exista la probabilidad de nuevo de que un participante pierda los nervios ante una situación, podremos recordar: ¡acuérdate del globo y no hagas como él!</p>	5 minutos
--	--	---------------	---	-----------

Sesión No 07

TÉCNICA LA CAJA DE LA IRA

Objetivo: Consiste instruir a los infantes a regularizar su furia y que aprendan a atrapar la ira y a tranquilizarla.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: papelote con objetivo del taller, un recipiente, marcadores, cinta adhesiva

I. Descripción de las actividades

SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
07	TÉCNICA LA CAJA DE LA IRA	<p>Actividades Previas</p>	<p>La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.</p>	5 minutos
		<p>Motivación</p>	<p>El facilitador presenta a los participantes un Recipiente con tapa, conseguimos mediante el dialogo que los participantes expresen sus emisiones frente al aprendizaje de las materias de difícil comprensión, el participante conseguirá identificar las emociones que lo forman en una explosión de furia frente a dichas materias. El bote de los gritos servirá para que el escolar pueda anticipar un hecho que va a ocurrir y es precisamente ahí capaz de tomar el frasco y poder descargar su coraje. Es una forma muy característica de que los estudiantes puedan realizar conciencia de los sentimientos, las entiendan y las sepan gestionar. Conseguirá un instante en que el frasco no les haga falta y sepan gestionarlas por ellos mismos.</p>	15 minutos

		<p style="text-align: center;">Desarrollo</p>	<p>El cuento. El facilitador pregunta cuál es la clase que más sientes frustrado. Expone las asignaturas más complicadas como matemáticas, lenguaje o inglés, el participante responderá de acuerdo a su experiencia le cuenta el cuento de Roberto</p> <p>2. El dibujo. -; Luego el facilitador indica al participante en cada rabia, como Roberto, debe hacer un dibujo de la ira que siente, haciendo un garabato del color que desee. Como tal, el facilitador brinda un papel y lápices de colores. Y cuando culmine, le dices que le dibuje ojos, manos, pies... Hasta definir su particular monstruo de la rabia...</p> <p>3. La caja. EL facilitador muestra una caja vacía (o un tarro) y les indica a los participantes que encierren el dibujo en la caja. Expone a los participantes que el monstruo de la rabia ya no logrará salir; que todo su enojo, frustración o ira, quedará encerrado y no podrá dejarlo salir.</p> <p>- Una vez que estén tranquilos y calmados escriban sobre un documento qué los ha llevado a expresar esa emoción. Dicho papel será incrustado dentro de la caja para luego</p>	<p style="text-align: center;">20 minutos</p>
--	--	--	--	---

			<p>conseguir todas las notas del frasco y leer junto con los colaboradores cada uno de los papeles con los motivos, e ir comentándolos juntos y ver cómo podemos perfeccionar los comportamientos, todo ello en un diálogo en un ambiente relajado y distendido.</p>	
		Cierre	<p>Luego, tras un momento de reflexión y silencio, el facilitador deberá enviar un mensaje de enseñanza sobre cómo actuar frente a las emociones, que nunca debe ser de forma explosiva.</p> <p>Esta actividad se recomienda para hacer en las aulas y profundizar en casa, con el fin de ayudar a los participantes a canalizar las emociones, Indicándoles el símbolo de que no podemos ser en la vida igual que un globo, porque podríamos tener desenlaces muy negativos e incluso explotar. Una vez conocida y practicada la actividad, cuando exista la probabilidad de nuevo de que un participante pierda los nervios ante una situación, podremos recordar: ¡acuérdate del globo y no hagas como él</p>	5 minutos

Sesión No 08

TALLER MOTIVACIONAL LOS DOS HALCONES

Objetivo: Consiste mejorar nuestras capacidades y potencialidades, y canalizar la confianza.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: tabla de caras, video motivacional, retroproyector con objetivo del taller,

I. Descripción de las actividades

Sesión	Nombre de la sesión	Momentos	Descripción de las actividades	Tiempo
08	TÉCNICA LA CAJA DE LA IRA	Actividades Previas	La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.	5 minutos
		Motivación	<p>Tabla de caras</p> <p>El facilitador entrega a cada grupo una lista con caras en el que se descubren expresiones emocionales diferentes, triste, enfadado, feliz..., nervioso, asustado, lloroso, contento.</p> <p>El deber del estudiante es marcar el rostro que pertenece de cómo está ahora.</p> <p>Analizando a los estudiantes, especialmente porque su espectro emocional de manera que mejoren su estado de ánimo.</p> <p>Luego utilizaremos un espejo en el cual cada uno pueda repetir la expresión de cada cara utilizando un espejo para verse y formar el nombre de la emoción y qué sentimientos sobrelleva posteriormente.</p>	15 minutos

			Para finalizar cada uno mostrará su expresión seleccionada y ayudaremos a manifestar de carácter tranquila para enunciar sus emociones, puede ser un verdadero consuelo para los estudiantes	
		Desarrollo	<p>El Video. 1.- El facilitador presenta una pequeña introducción coherente anteriormente, indica lo importante de conocer, identificar sus capacidades, potencialidad, fortalezas, y debilidades.</p> <p>Ofrecer tiempo a uno mismo, a la deliberación y la aprobación que se nos identifica el amor y la comprensión es muy fructífero.</p> <p>Admitir lo ocurrido y trabajar en el presente para un mejor futuro.</p> <p>2.- El facilitador presenta un video titulado “los Dos Halcones, el mismo que trata de un rey de un país muy lejano recibió como obsequio en su cumpleaños dos pichones de halcón y los entregó al maestro de cetrería para que los entrenara, luego de verlo les da unos minutos de reflexión</p> <p>3.- Moraleja...</p> <p>EL facilitador expone que en la vida hay muchas ramas</p>	20 minutos

			<p>que nos mantienen en una situación de comodidad. Algunos a pesar de la seguridad de la rama igualmente se arriesgan y se lanzan, aprendiendo a volar y buscando la superación personal. Pero otros, como el segundo halcón, se acomodan en ella. A veces puede que algún acontecimiento rompa la rama de la costumbre, de la seguridad, entonces se dan cuenta de que pueden volar y superarse a sí mismos.</p> <p>Reflexión</p> <p>¿Cómo te sentiste viendo ese video?</p> <p>¿Cuál de los dos Halcones crees que podrías ser?</p>	
		Cierre	<p>Luego, tras un momento de reflexión y silencio, el facilitador deberá enviar un mensaje de enseñanza sobre cómo actuar frente a las desmotivaciones y la falta de confianza.</p> <p>Esta actividad se recomienda para hacer en las aulas y profundizar en casa, con el fin de ayudar a los participantes a canalizar las emociones.</p>	5 minutos

Sesión No 09

TALLER MOTIVACIONAL EL OBSTÁCULO DE NUESTRO CAMINO

Objetivo: Mejorar aptitudes y emociones frente a los problemas encontrados en el diario vivir.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: video motivacional, retroproyector con objetivo del taller,

I. Descripción de las actividades

SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
09	TALLER MOTIVACIONAL EL OBSTÁCULO DE NUESTRO CAMINO	Actividades Previas	La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en círculo en el espacio dispuesto para el taller. Se da la bienvenida, se establecen acuerdos de participación y se explica el contexto sobre la temática a tratar.	5 minutos
		Motivación	<p>Enumera tus virtudes</p> <p>El facilitador pide a los participantes elaborar un listado de las virtudes y aptitudes que posee.</p> <p>Deberán hacerlo como si se estaría describiendo cada uno de ellos, pero en este caso lo hará con otro individuo, debe enfocarse principalmente en todo lo bueno que ocurre y como podría llegar a serlo.</p> <p>Esta experiencia innovará que fortalezcan su autoestima y su estimulación, obteniendo en cuenta que al escribir las cosas para las que podrías ser bueno te estás planteando metas a futuro.</p> <p>Para finalizar los participantes leerán su lista y le expondrán en la clase para luego realizan un consenso de cada fortaleza que se exprese</p>	15 minutos

		Desarrollo	<p>El Video El facilitador presenta un pequeño preámbulo respectivo con lo anterior, indica es significativo conocernos, saber cuáles son nuestras destrezas.</p> <p>Muchas personas que trabajan consiguen su distinción y esa es una instrucción de que la vida está llena de dificultades pero que con esmero, consagración, esfuerzo y ganas de salir adelante esos obstáculos terminan siendo un aprendizaje más en nuestra vida.</p> <p>El facilitador presenta un video titulado “Los Obstáculos en el camino” el mismo que trata de una piedra en el camino... Un obstáculo que resolver... Una lección para aprender... luego de verlo les da unos minutos de reflexión</p> <p>3.-Moraleja</p> <p>EL facilitador expone que l campesino aprendió lo que los otros nunca entendieron. Cada obstáculo presenta una oportunidad para mejorar la condición de uno.</p> <p>El campesino aprendió lo que los otros nunca entendieron. Cada obstáculo presenta una oportunidad para mejorar la condición de uno</p>	20 minutos
--	--	-------------------	---	------------

			<p>. Reflexión</p> <p>¿Cómo te sentiste viendo ese video?</p> <p>¿Quitarías la piedra del camino?</p>	
		Cierre	<p>Luego, tras un momento de reflexión y silencio, el facilitador deberá enviar un mensaje de enseñanza sobre cómo actuar frente a los obstáculos que se presentan en los estudios en todo momento</p> <p>Esta actividad se recomienda para hacer en las aulas y profundizar en casa, con el fin de ayudar a los participantes a canalizar las emociones</p>	5 minutos

Sesión No 10

TALLER MOTIVACIONAL LA CASA IMPERFECTA

Objetivo: Exponer a cada escolar lo que es correcto y excelente experto de su vida y que las gestiones que posean hoy trascenderán en su mañana.

Tiempo: 45 minutos aproximadamente

Población: 88 Estudiantes de la Unidad Educativa Monseñor Juan Wiesneth”

Material: video motivacional, retroproyector con objetivo del taller,

I. Descripción de las actividades

SESIÓN	NOMBRE DE LA SESIÓN	MOMENTOS	DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES	TIEMPO
10	TALLER MOTIVACIONAL LA CASA IMPERFECTA	Actividades Previas	La o el facilitador saluda e invita a las participantes sentarse en forma redonda en el sitio preparado para el taller. Se da la bienvenida, se instauran acuerdos de participación y se manifiesta el contexto sobre la temática a tratar.	5 minutos
		Motivación	<p>Dar y Recibir</p> <p>El facilitador indica que formen grupos de cinco participantes y les indica a cada una de ellas que piensen en tres cosas positivas luego sus otros compañeros tendrán que adivinar mediante de mímica Cuál es la virtud que el Exprés enseñas esto fomentará la relación entre amigos y también se harán sentir bien entre ellos mismos mostrando compañerismo y respeto entre cada participante para finalizar el facilitador pregunta cómo se sintieron realizando esta actividad</p> <p>¿crees que mejoró tu autoestima?</p> <p>¿Crees que podrías mejorar las relaciones entre tus compañeros?</p>	15 minutos

		Desarrollo	<p>El Video 1.- El facilitador presenta una pequeña introducción relacionado con lo anterior, indica es importante que realizar bien un trabajo o tarea encomendada</p> <p>2.- El facilitador presenta un video titulado “La Casa Imperfecta” el mismo que trata de Un experto de edificación ya entrado en años estaba listo para retirarse a disfrutar su pensión de jubilación. Le contó a su jefe acerca de sus planes de dejar el trabajo para llevar una vida más placentera con su esposa y su familia. Iba a extrañar su salario mensual, pero necesitaba retirarse</p> <p>3.- Moraleja. EL facilitador expone Lo que hagas en tu día, hazlo con amor, esfuerzo, poniendo tu corazón, mente y alma en ello. Día a día construimos nuestra vida. Las acciones de hoy, son el cimiento de nuestra casa del mañana.</p> <p>Vivamos cada día, como si fuese el único día que tenemos, lo honremos, lo vivamos de la mejor manera, con las mejores actitudes.</p> <p>Reflexión</p>	20 minutos
--	--	-------------------	---	------------

			¿Cómo te sentiste viendo ese video?	
		Cierre	<p>Luego, tras un momento de reflexión y silencio, el facilitador deberá enviar un mensaje de enseñanza Jamás os ha ocurrido decirnos a vosotros mismos Si lo hubiera conocido antes, ¿lo habría hecho diferente? Este cuento nos invita a recapacitar sobre eso, es decir, que muchas veces vamos por la vida con el piloto automático puesto, sin poner lo mejor de nosotros mismos y sin darle importancia a ciertas cosas o decisiones que tomamos, siendo inconscientes del impacto que causan nuestros sucesos del actual sobre nuestro futuro.</p> <p>Esta actividad se recomienda para hacer en las aulas y profundizar en casa, con el fin de ayudar a los participantes a canalizar las emociones</p>	5 minutos