



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

MODALIDAD SEMIPRESENCIAL

Informe final del trabajo de Graduación o Titulación previo a la obtención del Título de Licenciada en Ciencias de la Educación, Mención: Educación Básica

TEMA:

“EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA DEL CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA”.

AUTORA: IRMA ELIZABETH SUNTAXI SUNTASIG

TUTOR: DR. MSC. ROBERTO EFRAÍN BERMEO CABEZAS

AMBATO – ECUADOR

2012

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE GRADUACIÓN O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Dr. Msc. Roberto Efraín Bermeo Cabezas C.C 0701089203 en mi calidad de Tutor del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA DEL CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA” desarrollado por la egresada, Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.

.....

Dr. Msc. Roberto Efraín Bermeo Cabezas

TUTOR

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Dejo constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, quien basado en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la Investigación. Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.

.....
Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

C.C.: 171208096-7

AUTORA

CESION DE DERECHOS DE AUTOR

Cedo los derechos en línea patrimoniales del presente Trabajo Final de Grado o Titulación sobre el tema: “EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA DEL CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA”, autorizo su reproducción total o parte de ella, siempre que esté dentro de las regulaciones de la Universidad Técnica de Ambato, respetando mis derechos de autor y no se utilice con fines de lucro.

.....
Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

C.C: 171208096-7

AUTORA

**AL CONCEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN:**

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA DEL CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA”, presentada por la Señorita Irma Elizabeth Suntasig Suntasig, egresada de la carrera de Educación Básica, promoción: Septiembre 2011-Febrero 2012, una vez revisada y calificada la investigación, se **APRUEBA** en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios..

Por lo tanto se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

Ambato, 23 de Octubre del 2013

.....
Psic.Edu. Msc. Luis Rene Indacochea Mendoza

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

.....
Lcda. Mg. Natalia E. Chilingua Canchicnia

MIEMBRO

.....
Lcda. Mg. Gloria Inés Espín Medina

MIEMBRO

DEDICATORIA

Dedico la presente tesis a mis padres y hermana quienes con su amor, apoyo y comprensión incondicional estuvieron siempre a lo largo de mi vida estudiantil con sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me han permitido ser una persona de bien.

También dedico a mis maestros que con su gran apoyo y sabiduría me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional y me ayudaron a culminar mi trabajo de investigación

Elizabeth

AGRADECIMIENTO

A Dios quien me dio la vida y la ha llenado de bendiciones en todo este tiempo y la fuerza que me da cada día, el que jamás me ha dejado sola.

A la Universidad Técnica de Ambato por darme la oportunidad de estudiar y ser una profesional.

Y un agradecimiento muy especial a mi director de tesis quien con su paciencia y enseñanza me brindó su apoyo incondicional para la realización de esta tesis

También mi agradecimiento eterno y sincero a mis padres y hermana por la comprensión y el apoyo y cariño constante que me brindaron en todo momento, alentándome a seguir adelante hasta alcanzar mis sueños e ideales.

Elizabeth

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A. PÁGINAS PRELIMINARES

Contenido	Páginas
Portada	i
Aprobación del Tutor	ii
Autoría de la Investigación	iii
Cesión de Derechos de Autor.....	iv
Al Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación.....	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento.....	vii
Índice General	viii
Resumen Ejecutivo	xiii

B. TEXTO

Introducción	1
1.1 Tema.....	3
1.2 Planteamiento Del Problema.....	3
1.2.1 Contextualización.....	3
1.2.2 Análisis Crítico.....	8
1.2.3 Prognosis	8
1.2.4 Formulación Del Problema	9
1.2.5 Interrogantes De La Investigación	9
1.2.6 Delimitación Del Objeto De La Investigación.....	9
1.3 Justificación.....	10
1.4 Objetivos	12
1.4.1 Objetivo General	12
1.4.2 Objetivos Específicos:.....	12

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos.....	13
2.2 Fundamentación Filosófica.....	15
2.2.1. Fundamentación Sociológica.....	16
2.2.2. Fundamentación Psicopedagógica.....	17
2.2.3 Fundamentación Axiológica.....	20
2.3 Fundamentación Legal.....	21
2.4 Categorías Fundamentales.....	24
2.5 Fundamentación Teórica.....	27
2.6 Hipótesis.....	57
2.7 Señalamiento de Variables.....	57

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de la Investigación.....	58
3.2 Modalidades de la Investigación.....	58
3.3 Nivel o Tipo Investigación.....	59
3.4 Población Muestra.....	59
3.5 Operacionalización de Variables.....	60
3.6 Recolección de Información.....	62
3.7 Plan para el Procesamiento de la Investigación.....	64

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 Encuesta aplicada a Estudiantes.....	65
4.2 Encuesta aplicada a Docentes.....	75
4.3. Verificación de la Hipótesis (Chi-Cuadrado).....	88

CAPÍTULO V
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones	89
5.2. Recomendaciones.....	90

CAPÍTULO VI
PROPUESTA

6.1 Datos Informativos:.....	91
6.2 Antecedentes de la Propuesta.....	92
6.3 Justificación.....	92
6.4 Objetivos	93
6.4.1 Objetivo General:	93
6.4.2 Objetivos Específicos:.....	93
6.5 Análisis de Factibilidad:.....	94
Factibilidad Operativa:.....	94
6.6 Fundamentación	94
Guía De Ejercicios de Gimnasia Cerebral	97
6.7 Metodología (Modelo Operativo)	133
Descripción de la Propuesta	1335
6.8 Administración.....	13340
6.9 Previsión de Evaluación.....	141

C. MATERIALES DE REFERENCIA

Bibliografía	144
Anexos	146
Fotos de la Escuela.....	151
Acuerdos de la Escuela	1512

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico N° 1 Árbol de Problemas.	7
Gráfico N° 2 Red de Inclusiones Conceptuales	24
Gráfico N°3 Constelación de Ideas de la Variable Independiente	25
Gráfico N°4 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente	26
Gráfico 5.....	65
Gráfico 6.....	66
Gráfico 7.....	67
Gráfico 8.....	68
Gráfico 9.....	69
Gráfico 10.....	70
Gráfico 11.....	71
Gráfico 12.....	72
Gráfico 13.....	73
Gráfico 14.....	74
Gráfico 15.....	75
Gráfico 16.....	76
Gráfico 17.....	77
Gráfico 18.....	78
Gráfico 19.....	79
Gráfico 20.....	80
Gráfico 21.....	81
Gráfico 22.....	82
Gráfico 23.....	83
Gráfico 24.....	84
Gráfico 25 Campana de Gauss	86

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1 Población y Muestra.....	59
Cuadro N° 2	60
Cuadro N° 3	61
Cuadro N° 4	63
Cuadro N° 5 Frecuencia Observada.....	87
Cuadro N° 6 Frecuencia Esperada	87
Cuadro N° 7	141

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.....	65
Tabla 10.....	74
Tabla 2.....	66
Tabla 3.....	67
Tabla 4.....	68
Tabla 5.....	69
Tabla 6.....	70
Tabla 7.....	71
Tabla 8.....	72
Tabla 9.....	73
Tabla 11.....	75
Tabla 12.....	76
Tabla 13.....	77
Tabla 14.....	78
Tabla 15.....	79
Tabla 16.....	80
Tabla 17.....	81
Tabla 18.....	82
Tabla 19.....	83
Tabla 20.....	84
Tabla 21.....	87

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA DE: EDUCACIÓN BÁSICA
MODALIDAD: SEMIPRESENCIAL
RESUMEN EJECUTIVO

TEMA: “Ejercicios de Gimnasia Cerebral y su Incidencia en el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha”

AUTORA: Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

TUTOR: Dr. Msc. Roberto Bermeo

El siguiente trabajo de investigación de Ejercicios de Gimnasia Cerebral y su incidencia en el desarrollo de la creatividad, está encaminado al mejoramiento intelectual de los niños/as de cuarto y quinto año de Educación Básica de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila”, mediante un conjunto de movimientos que permiten la conexión del cuerpo a través de punto activos, los cuales ayudan y aceleran el aprendizaje, la memoria, la concentración, la creatividad e imaginación.

Los estudiantes a través de estos ejercicios desarrollaran la creatividad aumentando su eficacia en el nivel cognoscitivo y consiguientemente su formación integral.

El desarrollo de sus destrezas, habilidades y posteriormente sus capacidades debe enmarcarse dentro de una labor conjunta interactiva, cooperativa y coordinada por parte de los distintos autores que concurren en el hecho educativo. En tal sentido, concibe el rol del educador como mediador de experiencias de aprendizaje, que asume su función desde dos ámbitos el pedagógico y el sociocultural.

Esta investigación se orienta a ayudar a los niños/as con problemas de desarrollo creativo mediante los ejercicios de gimnasia cerebral, porque permitirá que el inter aprendizaje sea más agradable y lo más provechoso posible preparándolos para la vida y sobre todo a mejorar la calidad de la educación

De ahí la necesidad de proponer una guía que permita superar las dificultades señaladas y obtener resultados satisfactorios en el rendimiento de los niños/as de la institución.

Descriptores: Gimnasia Cerebral, Ejercicios, Desarrollo Cognitivo, Creatividad, Aprendizaje, Experiencia, Destrezas, Educación, Memoria, Imaginación.

INTRODUCCIÓN

La investigación está encaminada a evidenciar la relación entre los Ejercicios de Gimnasia Cerebral y su Incidencia en el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila.

Este trabajo de investigación consta de los siguientes capítulos y contenidos:

CAPÍTULO I, EL PROBLEMA; se contextualiza el problema a nivel macro, meso y micro, la continuación se expone el árbol de problemas y el correspondiente análisis crítico, la prognosis, se plantea el problema, los interrogantes del problema, las delimitaciones, la justificación y los objetivos generales y específicos.

CAPÍTULO II, EL MARCO TEÓRICO; se señalan los Antecedentes Investigativos, las fundamentaciones correspondientes, la Red de Inclusiones, la Constelación de Ideas, el desarrollo de las Categorías de cada variable y finalmente se plantea la hipótesis y el señalamiento de variables.

CAPÍTULO III, LA METODOLOGÍA; se señala el Enfoque, las Modalidades de investigación, los Tipos de Investigación, la Población y Muestra, la Operacionalización de Variables y las técnicas e instrumentos para recolectar y procesar la información obtenida.

CAPÍTULO IV, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS, se presentan los resultados del instrumento de investigación, se elaboraron las tablas y gráficos estadísticos mediante los cuales se procedió al análisis de los datos para obtener resultados confiables de la investigación realizada.

CAPÍTULO V, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES, se describió las conclusiones y recomendaciones de acuerdo al análisis estadístico de los datos de la investigación.

CAPÍTULO VI, LA PROPUESTA; se señala el Tema, los datos informativos, los Antecedentes, la Justificación, la Factibilidad, los Objetivos, la Fundamentación, el Modelo Operativo, el Marco Administrativo y la Previsión de evaluación de la misma.

Finalmente se hace constar la bibliografía que se ha utilizado como referencia en este trabajo de investigación, así como los anexos correspondientes.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

1.1 TEMA

EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA DEL CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA.

1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.2.1 CONTEXTUALIZACIÓN

La Gimnasia Cerebral optimiza el aprendizaje, ayuda a expresar mejor las ideas, a memorizar, a incrementar la creatividad, la concentración, para las habilidades de lecto-escritura, te permite manejar tú estrés, contribuye a tu salud en general, establece enlaces entre tus tareas a nivel cognitivo y su manifestación hacia el medio ambiente, te brinda un mejor balance, mantiene la integración mente/cuerpo asistiendo al aprendizaje global y provocando una comprensión total de lo que deseamos aprender.

Entonces el desarrollo intelectual se logra mediante un conjunto de movimientos que permiten la conexión del cuerpo a través del punto activos los cuales ayudan y aceleran el aprendizaje, la memoria, la concentración, la creatividad e imaginación de los estudiantes. Mejorando de esta manera las habilidades motrices de los niños y niñas, a todo esto se conoce con el nombre de **BRAIN GYM** o “**GIMNASIA CEREBRAL**”.

A nivel mundial podemos enfatizar que la ciencia se ha interesado en gran manera por mejorar la vida de las personas y hacerla más fácil cada día es por ello que

desde la década de los setenta se ha podido dar paso a la implementación de la Gimnasia Cerebral como herramienta clave para desarrollar habilidades en las personas obteniendo así excelentes resultados. De este modo el Dr. Paul Denninson fundador de este nuevo método recomienda practicar ejercicios de Gimnasia Cerebral en toda edad, ya que brinda numerosos beneficios en la vida diaria.

En los últimos años el Ecuador ha tenido varios cambios a nivel de todo el sistema que rige y apoya a las instituciones públicas y privadas que conforma el país, algunos de estos cambios se han formado a nivel de la educación lo cual ha provocado la creación de formas y métodos innovadores de estudios que han hecho que los establecimientos educativos sean flexibles a la reorganización de su estructura curricular y física.

El proyecto **“ESPIGA”** es uno de los fundadores en el Ecuador ya que da a conocer de manera magnífica la ejecución de ejercicios de Gimnasia Cerebral con personas de todas las edades en especial con niños de edades tempranas, así que se considera la aplicación de estos ejercicios dentro de la educación regular, tomando en cuenta que la educación inicial no solo tiene como objetivo formar niños (as) con sólidos conocimientos sino que a la vez seres capaces de resolver los problemas de la vida cotidiana de manera creativa, ya que en el mundo en el que hoy día vivimos necesitamos formar seres con principios y valores sin dejar de lado la creatividad que es la base del aprendizaje ya que debemos recordar que el aprendizaje se inicia en la etapa de la experimentación. Es entonces que se toma en cuenta a la creatividad como eje fundamental en la vida cotidiana de los seres humanos podemos comenzar a explorar el potencial creativo de todos dentro y fuera de las instituciones educativas, la Gimnasia Cerebral brinda una amplia gama de ejercicios que posibilitan esta oportunidad tomando en cuenta también que es fácil de practicar y muy divertida.

La provincia de Pichincha como parte integral de nuestro país está adoptando todos los cambios dispuestos por el Ministerio de Educación con muchas

dificultades ya que muchas de las instituciones educativas no cuentan con maestros capacitados al cien por ciento en esta área pero se puede manifestar que en varios planteles de nuestra distinguida provincia recién se está incursionando en esta área, pero para la gran mayoría de instituciones educativas la Gimnasia Cerebral es un tema totalmente desconocido e incluso se la confunde con ejercicios elementales de Estimulación Temprana, pese a que la información sobre este tema es de fácil acceso. En la provincia de Pichincha específicamente en la parroquia de Tumbaco en la escuela Montessori se aplican estos ejercicios siendo la Institución pionera en este tema. Podemos acotar que existe guías dirigidas a maestros y padres de familia que son muy complejas en cuanto a su aplicación, es por esta razón que muchos maestros descartan el hecho de aplicar ejercicios de Gimnasia Cerebral durante sus clases regulares, sin detenerse a analizar que con la aplicación de uno o dos de estos ejercicios y con la repetición constante de los mismos tendría en su salón de clases niños y niñas mucho más creativos y con mentes listas y dispuestas para el trabajo diario a la vez que evitara en sus estudiantes problemas de aprendizaje futuros.

Los estándares de calidad que propone el Ministerio de Educación con lleva a una educación integral del niño.

En la parroquia San Pedro de Taboada específicamente en la escuela Fabián Jaramillo Dávila no se aplican ejercicios de gimnasia cerebral que sirvan para el desarrollo de la creatividad en los niños y niñas de la Institución.

La gimnasia cerebral debe ser contemplada en la escuela como una vía para desarrollar la creatividad y mejorar la calidad de la educación, de esta forma, se pretende que el proceso de inter-aprendizaje sea más agradable y lo más provechoso posible; es decir, que no solamente reciban conocimientos sino que el estudiante se forme integralmente y prepararlo para la vida.

La escuela Fabián Jaramillo Dávila ha alcanzado renombre en su actividad pedagógica y curricular en la parroquia San Pedro de Taboada esto supone que sus

docentes se preocupan por su preparación y por impartir conocimientos que desarrollen un aprendizaje significativo que desarrolle sus destrezas y habilidades proponiendo una educación de calidad y calidez como pide en los preceptos del nuevo documento curricular que está en vigencia desde el 2010.

Después de muchas investigaciones sobre gimnasia cerebral podemos decir que es importante en el proceso de inter-aprendizaje, y que este programa desarrolla la creatividad de los niños y niñas.

(ÁRBOL DE PROBLEMAS)

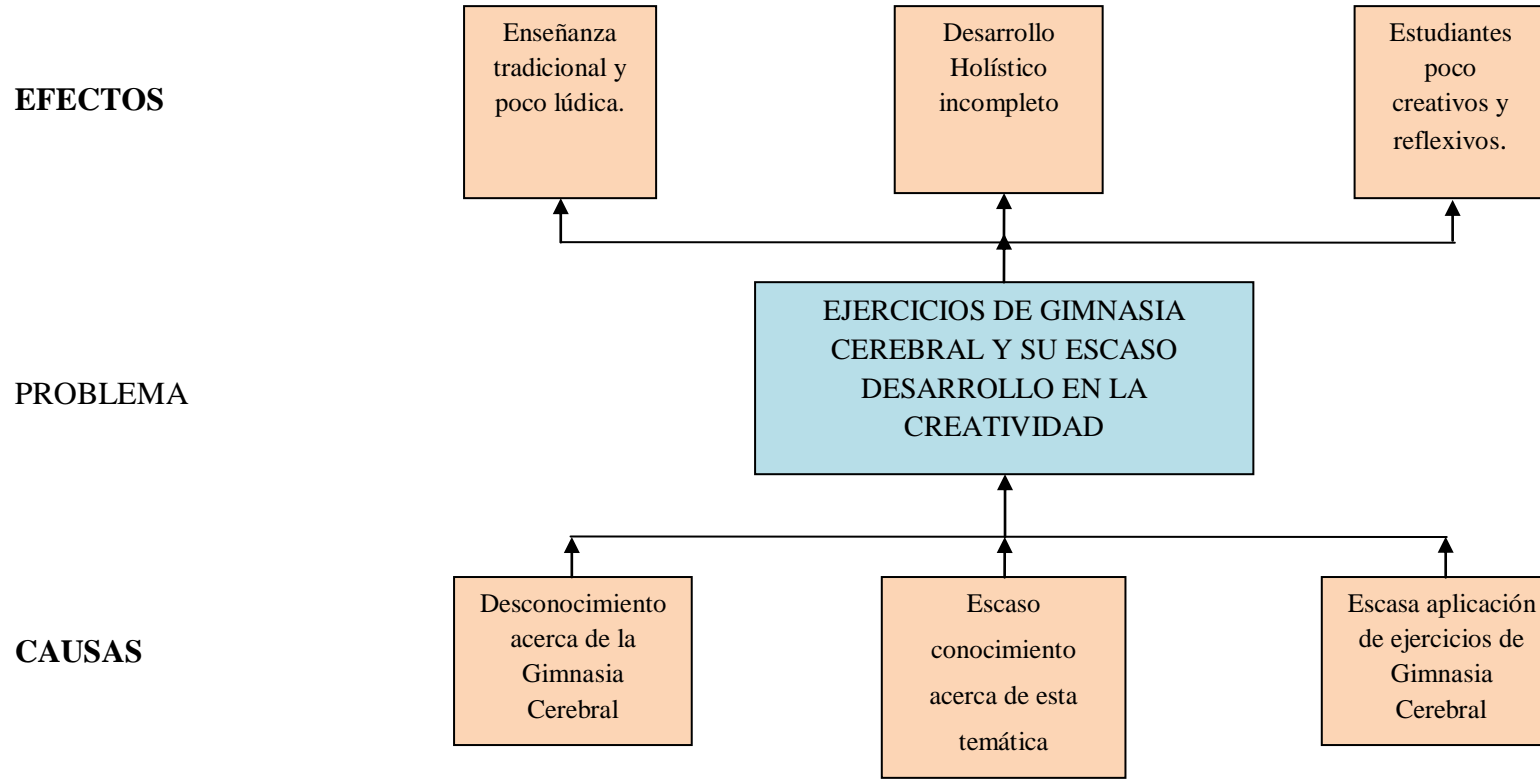


Gráfico N° 1 Árbol de Problemas

Elaborado por Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

1.2.2 ANÁLISIS CRÍTICO

El cerebro juega uno de los papeles más importantes para nuestro aprendizaje, se realizan ejercicios desde edades tempranas hasta una edad adulta, una de las causas para que este proceso no se lleve a cabo de manera normal es el desconocimiento acerca de la Gimnasia Cerebral por parte de los docentes lo que trae como consecuencia una enseñanza tradicional y poco lúdica la cual no facilita el aprendizaje significativo y por ende el proceso inter – aprendizaje.

Además el escaso conocimiento acerca de esta temática provoca un desarrollo holístico incompleto de los niños y niñas los mismos que les causan varios trastornos escolares más tarde.

La escasa aplicación de ejercicios de Gimnasia Cerebral la mayor causa para tener dentro de las aulas, estudiantes muy poco creativos y con un bajo nivel de flexibilidad, sin embargo está científicamente comprobado que la correcta aplicación de ejercicios de Gimnasia cerebral desde edades prescolares, incluso antes eleva el nivel intelectual de los niños y niñas.

1.2.3 PROGNOSIS

Debido al desarrollo de la ciencia y las múltiples investigaciones que se han realizado en torno a la temática de la Gimnasia Cerebral podemos mencionar un sin número de beneficios que brinda a los niños y niñas en su vida diaria sobre todo en el área de la creatividad es por ello que si el presente proyecto no se llegara a aplicar con los niños y niñas del Cuarto y Quinto Año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia San Pedro de Taboada , podríamos observar que su capacidad de comprensión y el área lógico-matemática también sería limitada, sin olvidar que se tendría dificultad en la resolución de problemas escolares comunes como: lecto-escritura, dislexia, hiperactividad y déficit de atención, es decir que de manera general su nivel de creatividad se vería afectada en un gran porcentaje.

Mientras que si lleváramos a cabo la aplicación del presente proyecto tendríamos resultados distintos en los niños y niñas del Cuarto y Quinto Año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada hablaríamos del estudiante con amplias capacidades dentro del área lógico-matemático, sería fácil introducir al niño dentro del proceso de lecto-escritura y de esta manera se mejoraría el proceso de inter-aprendizaje, obteniendo así que su nivel reflexivo y creativo aumente de manera gradual y notable.

1.2.4 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo los ejercicios de Gimnasia Cerebral inciden en el Desarrollo de la Creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de educación básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha?

1.2.5 INTERROGANTES DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cuánto conocen las maestras de la escuela Fabián Jaramillo Dávila acerca de Gimnasia Cerebral?

¿Se desarrolla la creatividad en los niños de cuarto y quinto año de básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila?

¿Se han planteado alternativas de solución al problema detectado en la institución?

1.2.6 DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN

- De campo: Educativa
- De área: Didáctica
- De aspecto: Gimnasia Cerebral

ESPACIAL:

La investigación se realizará en la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia San Pedro de Taboada Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.

TEMPORAL:

La presente investigación se realizará durante el año 2012.

UNIDADES DE OBSERVACION:

Las personas que participan en esta investigación son:

Directora

Docentes

Estudiantes

1.3 JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo de investigación es **importante** realizarla ya que de esta manera podremos dar a conocer esta innovadora técnica de estimulación cerebral, desconocida casi en su totalidad debido a la escasa información y difusión de la misma.

La gimnasia cerebral es una estrategia que nos da respuestas prácticas y sencillas que ayuda al coeficiente intelectual de las personas además los maestros (as) podrán utilizar actividades con sus estudiantes acelerando el aprendizaje , ayudando a lograr la comunicación entre tu cerebro y tu cuerpo, lo cual significa eliminar estrés y tensiones de tu organismo al mover energía bloqueada y permitiendo que la energía fluya fácilmente por el complejo mente-cuerpo; ayuda a los estudiantes a superar los bloqueos y barreras en múltiples aspectos de la vida, el trabajo y la escuela.

El **interés** de la investigación en curso quiere lograr que el niño con la gimnasia cerebral tenga dominio total de la mente y se encuentre en disposición de realizar cualquier actividad con la mayor precisión y concentración basándose en equilibrar armónicamente el cuerpo con la mente así el maestro podrá conseguir y evidenciar como de manera gradual va aumentando el nivel de creatividad que posee sus estudiantes gracias a los beneficios que nos brinda esta nueva técnica llamada Brain Gym o Gimnasia Cerebral, la cual hace que los dos hemisferios

cerebrales se unan para que trabajen como uno solo, lo más importante que se debe recalcar es que los ejercicios no son complicados y que no requieren de ningún tipo de material costoso sino que por el contrario los elementos utilizados dentro de la Gimnasia Cerebral son de fácil acceso y se los puede trabajar a cualquier hora del día y en cualquier lugar, las veces que uno considere pertinente.

Por ello la presente investigación es **factible** ya que permite ayudar a los niños y niñas con problemas de aprendizaje y de desarrollo creativo ya que la base es la Gimnasia Cerebral, es una serie de actividades sencillas, diseñadas para aprender, conectar ambos hemisferios de nuestro cerebro.

Tomando como referencia esto podemos mencionar que la educación se ha especializado por la novedad, la creatividad y el dinamismo de su proceso en los últimos años por la ejecución de nuevos métodos que ayudan al mejoramiento del inter-aprendizaje.

Podría decirse que los cambios acelerados y constantes hacen que la educación se enfrente a la necesidad de encontrar paradigmas educativos que ofrezcan soluciones a problemas básicos, siendo ahí dentro de los múltiples estilos de aprendizaje existentes donde surgió la gimnasia cerebral como una alternativa novedosa en el aprendizaje, no sólo en niños o estudiantes sino en todo ser humano con ganas e inquietud por seguir aprendiendo tanto académicamente como en la vida cotidiana.

Es un recurso muy **útil** ya que le permitirá al docente mantener a sus estudiantes ocupados y concentrados a la vez que relaja sus mentes y las prepara para captar de manera rápida los nuevos aprendizajes, una vez que el maestro comience a observar los increíbles resultados que puede obtener con este nuevo método lo incluirá dentro de sus planificaciones diaria, ya que tomara en cuenta que no solo está preparado a sus estudiantes en el área académica si no que conjuntamente los prepara para la resolución de problemas cotidianos que se los puede presentar.

Para finalizar la realización del presente trabajo de investigación se hace posible ya que toda la información y recursos necesarios para su preparación se encuentran al alcance de la mano convirtiendo a esta investigación en un trabajo satisfactorio y agradable.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar la incidencia de los ejercicios de gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de educación básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.

1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Diagnosticar si los docentes de la escuela Fabián Jaramillo Dávila aplican ejercicios de gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad.
- Analizar los beneficios y alcances que genera la Gimnasia Cerebral en la creatividad.
- Proponer una guía de ejercicios de Gimnasia Cerebral que servirá para el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del Cuarto y Quinto Año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

La presente investigación está involucrada directamente en el campo educativo misma que ayude al docente en la preparación directa hacia la satisfacción de las necesidades del estudiante, se realizó una investigación por las bibliotecas de las universidades que ofertan la carrera en educación básica, en el cual se halla alguna investigación ejecutada con el tema:

LA APLICACIÓN DE LAS TÉCNICAS DEL BRAIN GYM EN LA MOTRICIDAD GRUESA Y FINA Y SU INCIDENCIA EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO EN LOS NIÑOS DE 4 A 6 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA ATENAS

Autora: Lic. María Eugenia Miranda Freire, Ambato – Ecuador, 2011

Concluye que:

- Los docentes practican en forma empírica algunas técnicas que pretenden conseguir un adecuado aprendizaje significativo; es decir que falta documentarse científicamente para que su trabajo sea satisfactorio.
- El Brain Gym (Gimnasia Cerebral) es considerada como una estrategia muy importante para alcanzar un aprendizaje significativo.
- Se observa que el aprendizaje se desarrolla en forma plena y para la vida, conforme el sistema neuronal se encuentra activado y sin bloqueos (que directa e indirectamente el ser humano va adquiriendo). Con una estimulación en base a ejercicios corporales.
- En el sistema educativo se notan dificultades para alcanzar un verdadero conocimiento por la falta estrategias de acción adecuadas y actualizadas, que se encuentren acorde al avance de la humanidad, evitando pérdida de recursos y alcanzando resultados satisfactorios

- Del análisis de resultados de la investigación se concluye que es necesario elaborar un Guía Metodológica para la adecuada aplicación del Brain Gym (Gimnasia Cerebral) que permitirá desarrollar los aprendizajes en la Institución motivo de estudio.

LA GIMNASIA CEREBRAL COMO MEDIO DE APRENDIZAJE EN NIÑOS/AS DE 4 A 5 AÑOS”

Autora: Mónica Patricia Zurita Piedra, Quito, Marzo 2008

Concluye que:

- Las maestras con la aplicación de la Gimnasia Cerebral, como un modelo dinámico alternativo para potenciar el aprendizaje, los niños/as de 4 a 5 años generarían un proceso idóneo en su aula, realizando sus clases más activas donde nuestros niños tendrán mayor atención, alcanzarían un estado óptimo para aprender, pensar y concentrarse.
- Es necesario realizar ejercicios previos antes de iniciar una actividad, utilizando la Gimnasia Cerebral para fortalecer la concentración y mejorar el rendimiento escolar.
- La Gimnasia Cerebral como tema educativo es conocido por los maestros/as, sin embargo, no tienen información sobre sus fundamentos, contenidos, metodología, recursos por lo que su aplicación no se ha dado en el programa educativo. Existe un número reducido de instituciones educativas que trabajan con ella.
- El aprendizaje de un niño/a depende de su capacidad intelectual (cerebro), de sus relaciones sociales (vivir en comunidad), de su salud emocional (opinión de sí mismo y de los demás) y de su desarrollo físico, explora, conoce y maneja su mundo corporal.

2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA.

Esta investigación se fundamenta en el paradigma crítico propositivo, ya que se quiere llegar al fondo de este problema buscando respuestas a nuestras interrogantes, ayudando a que los niños se formen de la mejor manera recibiendo los conocimientos acorde a su edad, facilitando todo tipo de aprendizaje con la gimnasia cerebral.

La palabra educación viene de la palabra latina “educareuan” que significa sacar, y la palabra kinesiología viene de la raíz griega “kinesis” que significa movimiento. Kinesiología de la educación es un sistema que da más poder a estudiantes de cualquier edad, ayudando a liberar los potenciales bloqueados en su cuerpo. La solución descubierta por la kinesiología de la educación para personas que tiene problemas aprendiendo es el aprendizaje cerebral integrado, es decir, que a partir de movimientos y actividades de la gimnasia cerebral se permite al estudiante el acceso a aquellas partes del cerebro previamente inasequibles para él.

“**Brain Gym** surgió de investigaciones empezadas en 1969 por Paul Dennison, Ph.D., quién estaba buscando maneras de ayudar niños y adultos que habían sido identificados como “Discapacitados en Aprendizaje.” Su investigación le llevó a estudiar la Kinesiología, la ciencia del movimiento del cuerpo y su relación con las funciones del cerebro”.

En esa época, ya estaba bien establecido que el movimiento físico coordinado es necesario para el desarrollo del cerebro. Los bebés y niños chicos realizan de forma natural lo que los expertos en educación temprana llaman movimientos desarrolladores. Estos movimientos desarrollan las conexiones neurales en el cerebro, lo cual es esencial para el aprendizaje.

El **Dr. Dennison** descubrió maneras de adaptar estos movimientos para que puedan ser efectivos para niños más grandes así como para adultos. El resultado

es un sistema de actividades orientadas que mejoran el rendimiento en todas las áreas: intelectual, creativa, atlética, e interpersonal.

2.2.1. FUNDAMENTACIÓN SOCIOLOGICA.

La educación no es un hecho social cualquiera, la función de la educación es la integración de cada persona en la sociedad, así como el desarrollo de sus potencialidades individuales la convierte en un hecho social central con la suficiente identidad e idiosincrasia como para constituir el objeto de una reflexión sociológica específica.

“El comportamiento creativo se inicia en el proceso que tomamos consciencia de problemas, deficiencias, huecos en el conocimiento, elementos desconocidos, falta de armonía, uniéndolas con nuevas relaciones; identificando los elementos desconocidos; búsqueda de soluciones, elaborando conjeturas, o formulando hipótesis.”

Ellis Paul Torrance: “La creatividad es aquella capacidad maravillosa que recoge realidades distintas entre sí y saca una chispa con su yuxtaposición.”

Max Ernst: “Un hombre llega a ser creativo, tanto si es artista como científico, cuando encuentra un ente nuevo en la variedad de naturaleza. Y lo realiza encontrando un nexo entre cosas que anteriormente parecían totalmente distintas”.

Buckminster Fuller resumió la esencia de la Sinéctica cuando dijo que todas las cosas independientemente de su heterogeneidad pueden ser de algún modo ser vinculadas, bien de una manera física, psicológica o simbólica.

El pensamiento Sinéctico es el proceso de descubrir los nexos que unen elementos aparentemente heterogéneos. Es una manera de tomar cosas mentalmente y unir las para obtener un nuevo enfoque para todos los tipos de problemas.

William Gordon apuntó tres preceptos fundamentales de la teoría cinética:

1. Los pensamientos creativos aumentan cuando la gente se concienza de los procesos psicológicos que marcan su comportamiento.
2. El componente emocional del pensamiento creativo es más importante que el intelectual; el irracional también es más importante que el intelectual.
3. Los componentes emocionales e irracionales deben entenderse y ser usados como unas herramientas de precisión para incrementar el rendimiento del pensamiento creativo.

2.2.2. FUNDAMENTACIÓN PSICOPEDAGÓGICA

El profesor Carlos Alberto González profesor titular del área de Creatividad en la Maestría en Creatividad e Innovación en las Organizaciones en la U. Autónoma, quién dirige el grupo interuniversitario GRINCREA, el cual integra a los investigadores y docentes dedicados al estudio de la creatividad en la educación y las organizaciones, nos expresa la importancia y alcances de la creatividad, concepto admirado por todos, pero igualmente des conocido en su dimensión pedagógica.

La creatividad es una expresión humana multidimensional, es de todos y se incorpora a todo, hace parte del acto más elemental y sencillo, e igualmente se incorpora en la elaboración más profunda que desarrolla un científico, la creatividad tiene niveles, igualmente dimensiones. La Creatividad es una combinación de pensamientos, sentimientos y acciones, es a la vez una característica, un proceso, un producto y un ambiente. En términos de definición se considera como la dimensión humana trasformativa de la persona y el medio en la cual interviene un proceso cognitivo y afectivo, para la generación y desarrollo de ideas nuevas y valiosas; la creatividad es un concepto complejo y profundo que ha venido siendo estudiando por la ciencia y cuenta con innumerables profundizaciones en cuanto a sus particularidades, estrategias y aplicaciones. En síntesis, la creatividad podemos entenderla como la dimensión de lo humano que

trasciende, como el pensamiento y sentimiento del más alto orden que construye y recrea la naturaleza.

Hasta hace poco se pensaba que ser creativo era una capacidad de la persona, hoy se piensa que la creatividad es más ser que saber, es una forma de pensar, de saber, de querer y hacer, es la dimensión humana energética de poder generar y desarrollar ideas nuevas, pertinentes y valiosas. El ser creativo implica no sólo ideas, sino llevar a la práctica, a la realidad esa idea. Los desarrollos creativos tienen dos condiciones: novedad y valía. La novedad nace del examen de la realidad y la valía tiene que ver con mirar desde los márgenes porque la creatividad lo que hoy no es valioso, mañana puede serlo. En la mayoría de las invenciones, el día anterior nadie daba nada por ellas, se creían ridículas, absurdas, ilógicas o irracionales.

Hemos encontrado en las investigaciones, diez indicadores básicos, cinco de origen cognitivo y cinco de origen afectivo, pero siempre están combinados. El primero es la “originalidad”, o sea una persona que pueda generar ideas no usuales, nuevas. El segundo es la “fluidez”, capacidad de generar muchas ideas en poco tiempo, que las ideas llueven y no goteen. El tercer indicador es la “recursividad”, la capacidad de darle diferentes usos y funciones a los recursos que se tienen. El cuarto es la “flexibilidad”, ponerse en situaciones contrarias, ser flexible al cambio, no tener la enfermedad de la certeza, no ser terco y entender que la verdad es provisional muchas veces transitoria. El quinto es la “sensibilidad” para ver problemas, leer en lo borroso, encontrar caminos en lo oculto. El sexto es la “autoestima”, a mayor autoestima mayor creatividad y viceversa. El séptimo es la “solvencia”, la capacidad de resolver problemas en la que interviene una parte lógica y analógica, una parte divergente y otra parte convergente, como diferentes formas de pensamiento. El octavo es la “divergencia”, siempre estar buscando alternativas y posibilidades más que centrarse en una sola respuesta, es importante explorar mundos posibles y pensar con la ensoñación, la fantasía y la imaginación. El noveno es la “determinación”,

capacidad de llevar y plasmar nuestra idea hasta el final, con firmeza. Y el décimo, “la iniciativa”, capacidad para emprender comienzos.

Uno puede alimentar la creatividad desde tres puntos de vista: cabeza, tronco y extremidades. La cabeza es toda la parte del desarrollo mental, la gimnasia cerebral, desde la respiración, aprender a respirar es fundamental para la creatividad, la alimentación, las habilidades y destrezas de pensamiento. En cuanto a la conciencia, lo que sería el tronco, es necesario comprender que tenemos estilos particulares para aprender, para comunicarnos, preferencias auditivas, visuales o kinestésicas, y estilos diferentes de aprendizaje, es decir, darnos cuenta de que tenemos formas particulares de conocer y pensar. También es importante trabajar no sólo con el consciente sino con el preconscious que mantiene un estado de vigilia permanente en nuestra interioridad. Las extremidades son las actitudes, hábitos, comportamientos creativos y ambientes creativos. Es decir, la creatividad no sólo depende de la mente, sino de la disposición, la afectividad y la motivación.

Nosotros vemos que la creatividad tiene pieles. La primera es la capacidad de asombro; la segunda es la motivación; la tercera es la imaginación; la cuarta es la divergencia; la quinta es el conocimiento; la sexta es la estrategia, o sea las técnicas creativas y el ambiente; y la séptima los valores, es decir, la capacidad de formular y resolver problemas creativamente en equilibrio con el desarrollo del ser humano. Un valor fundamental es el desarrollo de la creatividad no por ella misma, sino en función del beneficio del hombre y para eso hay que hablar de significación y sentido. Para qué queremos seres inteligentes y creativos si somos despiadados, no tiene sentido educar en creatividad independientemente de la formación de valores.

El conocimiento es fundamental, porque para crear se necesita un crisol que es el conocimiento, mejor dicho, uno puede estar debajo de un árbol de manzanas y caerle una o todas las manzanas juntas, y no crear una ley, si detrás no hay un conocimiento. La mayoría podríamos expresar: ¡Me están pensando por M.!

No se nace creativo, la creatividad no es innata o sino no tendría papel la educación. Es innato el potencial creativo pero la persona lo puede desarrollar o no, Por esto es necesario educar e investigar en creatividad es el mejor recurso para el desarrollo, para la competitividad en el escenario de la globalización.

La ciencia ha demostrado que utilizamos de nuestras facultades mentales sólo en un tres o cuatro por ciento, cualquier persona con procesos básicos de inteligencia puede llegar a ser significativamente creativo, ya se desmitificó el concepto de genio, hasta el momento no se ha encontrado ni el gen de la inteligencia ni el de la creatividad, lo que se ha encontrado es la dependencia integral de aspectos biológicos, psicológicos y culturales. No se nace creativo, se nace con un potencial que la escuela y los padres tienen la responsabilidad de desarrollarlo.

2.2.3 FUNDAMENTACIÓN AXIOLÓGICA.

El análisis y comprensión de la problemática de los valores, parte de un hecho de vital significación: los valores surgen como expresión de la actividad humana y la transformación del medio, siendo su presupuesto fundamental la relación sujeto-objeto, teniendo como centro la acción, lo que como consecuencia, se debe analizar su vínculo con la actividad cognoscitiva, valorativa y comunicativa.

La axiología no sólo trata en su mayoría intelectual y moral de los valores positivos, sino también de los valores negativos, analizando los principios que permiten considerar que algo es o no valioso, y considerando los fundamentos de tal juicio. La investigación de una teoría de los valores ha encontrado una aplicación especial en la ética y en la estética, ámbitos donde el concepto de valor posee una relevancia específica. Algunos filósofos como los alemanes Heinrich Rickert o Max Scheler han realizado diferentes propuestas para elaborar una jerarquía adecuada de los valores. En este sentido, puede hablarse de una 'ética axiológica'.

Desde el punto de vista ético, la axiología es una de las dos principales fundamentaciones de la Ética junto con la deontología.

El estudio griego culmina con el desarrollo de un sistema de valores. Los valores pueden ser objetivos o subjetivos. Ejemplos de valores objetivos incluyen el bien, la verdad o la belleza, siendo finalidades ellos mismos. Se consideran valores subjetivos, en cambio, cuando estos representan un medio para llegar a un fin (en la mayoría de los casos caracterizados por un deseo personal). Además, los valores pueden ser fijos (permanentes) o dinámicos (cambiantes). Los valores también pueden diferenciarse a base de su grado de importancia y pueden ser conceptualizados en términos de una jerarquía, en cuyo caso algunos poseerán una posición más alta que otros. El problema fundamental que se desarrolla desde los orígenes mismos de la axiología, hacia fines del siglo XIX, es el de la objetividad o subjetividad de la totalidad de los valores. Max Scheler se ubicará en la primera de las dos posiciones. El subjetivismo se opondrá, desde el principio, a este enfoque. Y entenderá a la antigua manera de Protágoras que lo estrictamente humano es la medida de todas las cosas, de lo que vale y de lo que no vale, y de la misma escala de valores, sin sustento en la realidad exterior. Alfred Jule Ayer mismo, en “Lenguaje, verdad y lógica”, su obra temprana, dejará los juicios de valor fuera de toda cuestión, en virtud de que no cumplen con el principio de verificación empírica. De esta manera, lo ético y lo estético no son más que “expresiones” de la vida espiritual del sujeto. No una captación comprobable del mundo externo.

La crisis de valores relacionada con la juventud tiene un contexto sociocultural amplio del cual la juventud es parte. No se puede aislar a la juventud de este contexto. Fundamentación epistemológica

2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL

CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR

Sección primera: De la Educación

Art. 343.- El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos,

técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente.

Sección quinta: De la Educación

Art. 26.- La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir.

Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.

Art. 27.- La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar.

La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional

CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

Art. 37.- Derecho a la educación.— Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad. Este derecho demanda de un sistema educativo que:

4. Garantice que los niños, niñas y adolescentes cuenten con docentes, materiales didácticos, laboratorios, locales, instalaciones y recursos adecuados y gocen de un ambiente favorable para el aprendizaje. Este derecho incluye el acceso efectivo a la educación inicial de cero a cinco años, y por lo tanto se desarrollarán programas

y proyectos flexibles y abiertos, adecuados a las necesidades culturales de los educandos.

ACUERDO DE LA ESCUELA

La Directora Provincial de Educación de Pichincha considerando

Que: La Sra. Mariana Vallejo Díaz; Directora de la escuela Fiscal Mixta “Fabián Jaramillo Dávila” local ubicado en la Parroquia San Pedro de Taboada; Cantón Rumiñahui, ha presentado la solicitud encaminada a conseguir la resolución de actualización de funcionamiento del plantel.

Que: Es deber de las autoridades educativas ayudar a solucionar los problemas que se suscitaren por pérdida, deterioro o traspapeleo de documentos.

En uso de sus atribuciones

Resuelve

1. Actualizar la resolución de funcionamiento de la escuela Fiscal Mixta “Fabián Jaramillo Dávila” ubicada en la Parroquia, de San Pedro de Taboada, Cantón Rumiñahui; tomando como fecha oficial octubre de 1967, según datos proporcionados por la señora Directora del plantel.
2. Disponer que este plantel se rija por el estricto cumplimiento de los planes y programas de estudio vigentes sometiéndose al asesoramiento y orientación de la Supervisión Provincial y a la entrega oportuna de la información estadística al inicio y finalización del año escolar.

2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES

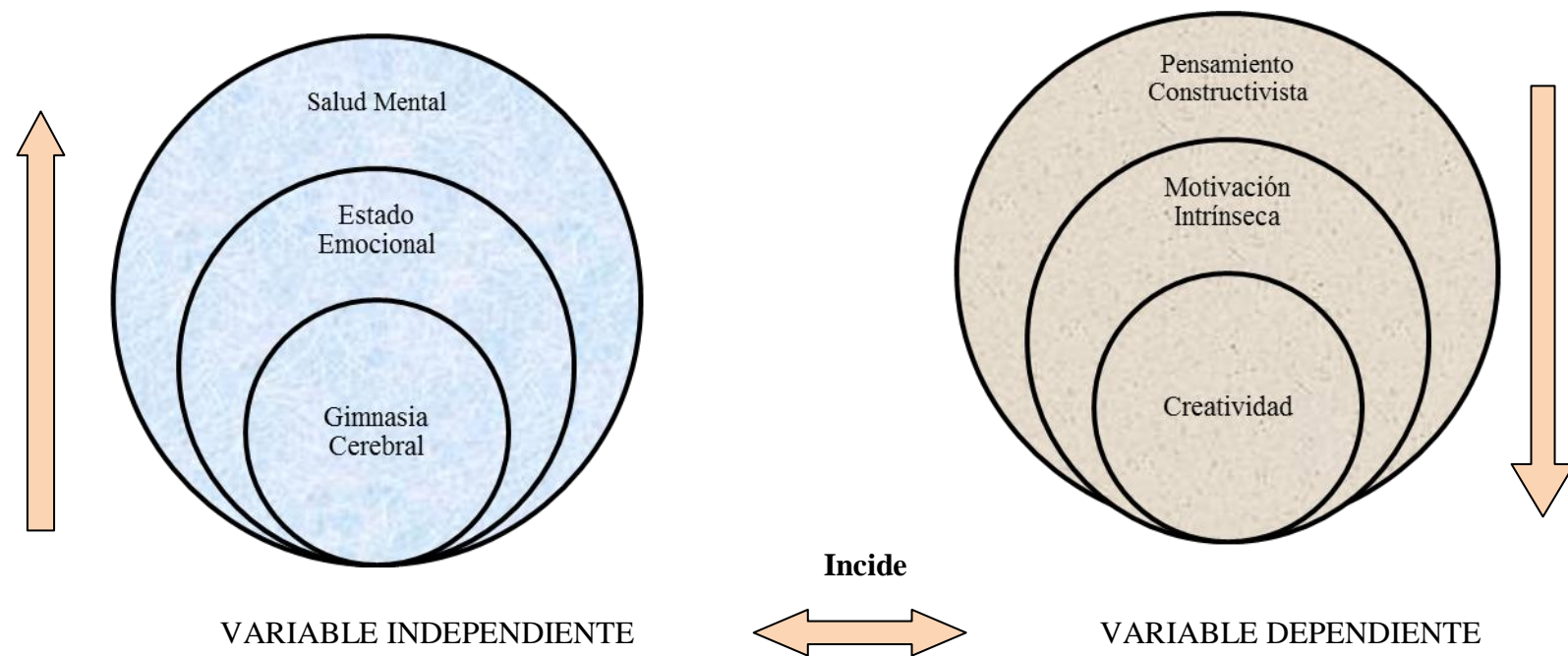


Gráfico N° 2 Red de Inclusiones Conceptuales
Elaborado por: Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

VARIABLE INDEPENDIENTE

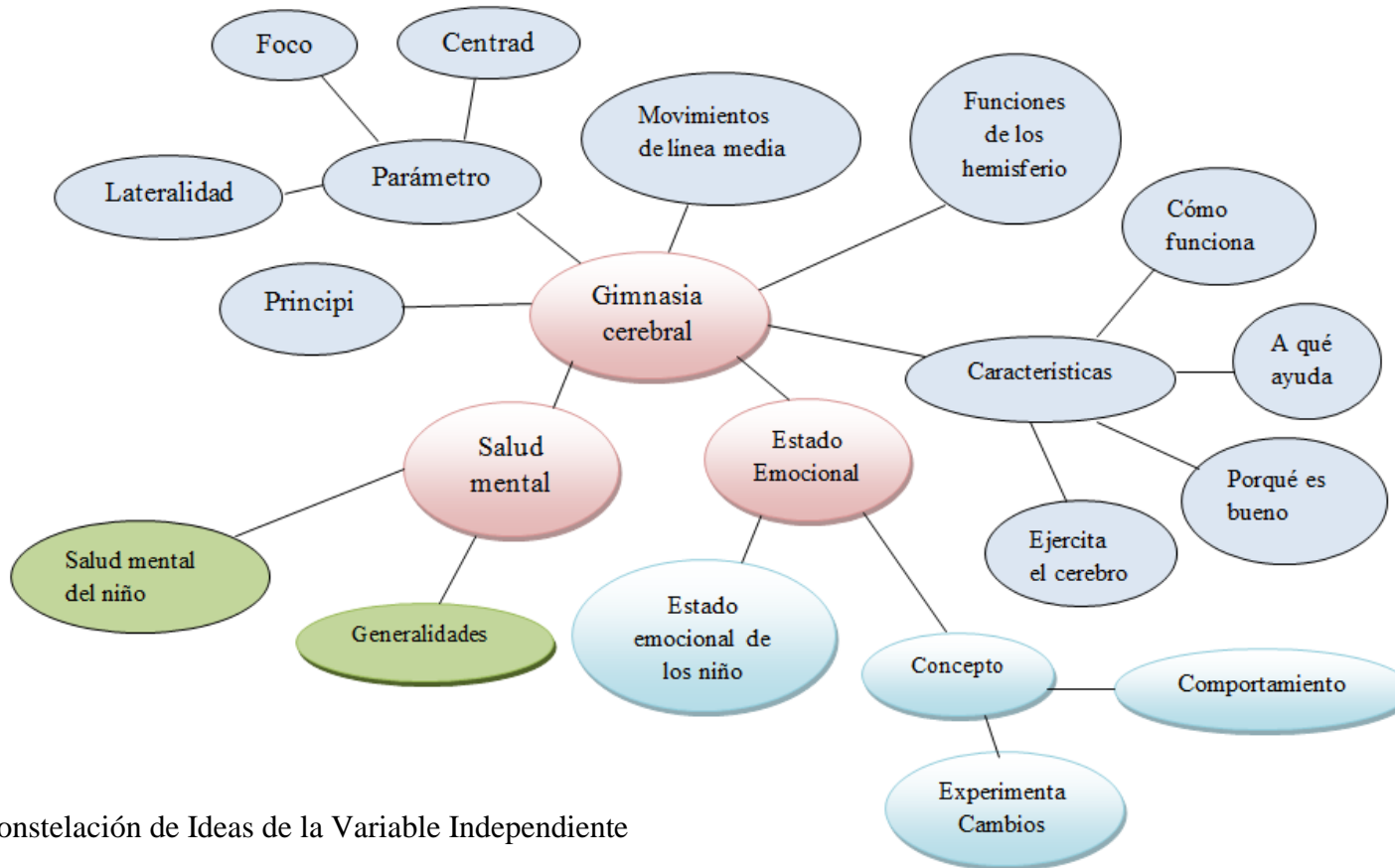


Grafico N°3 Constelación de Ideas de la Variable Independiente

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

VARIABLE DEPENDIENTE

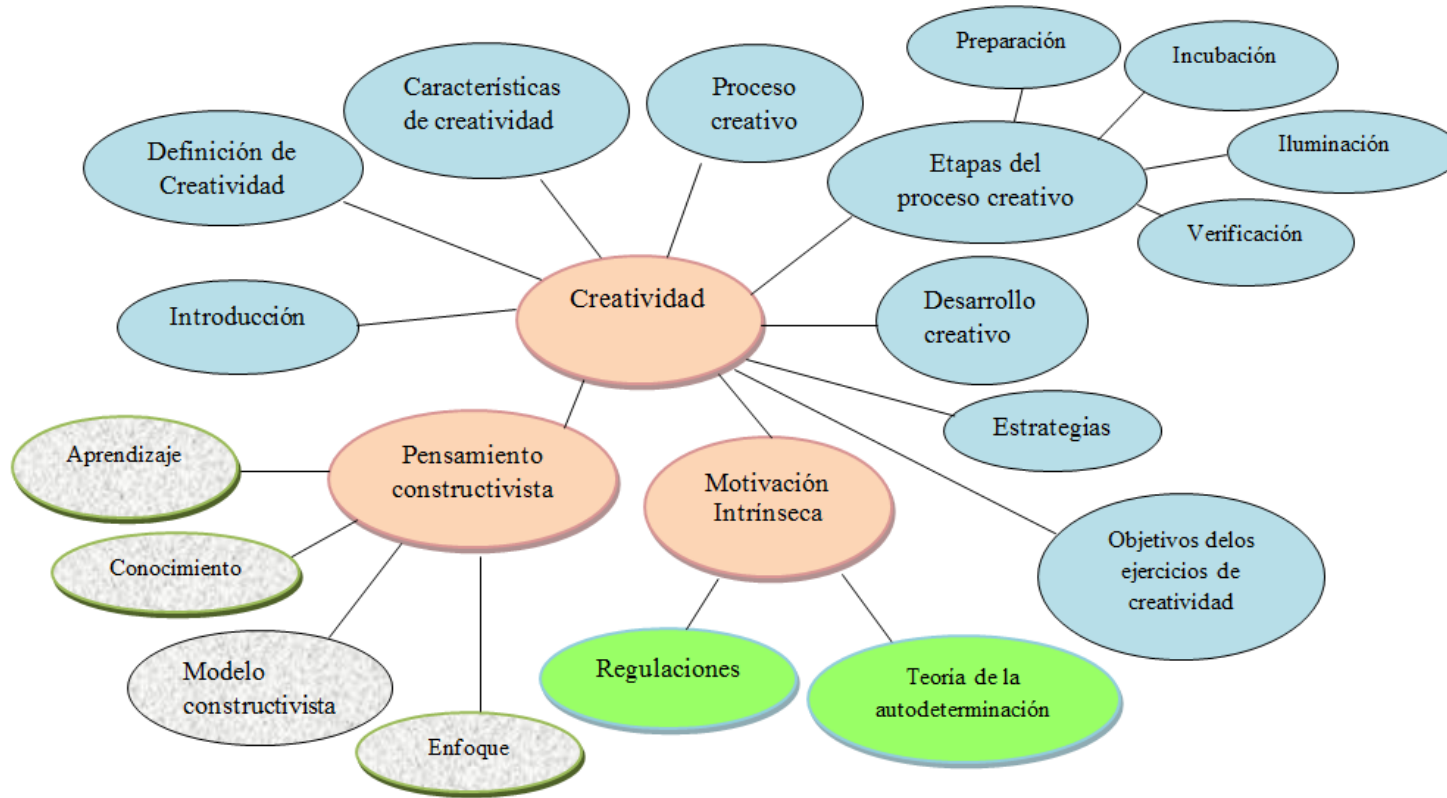


Grafico N°4 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

2.5 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

VARIABLE INDEPENDIENTE

GIMNASIA CEREBRAL

“Fue desarrollada en la década de los 70 por el Dr. Paúl Denisson en California del Sur.

Son un conjunto de ejercicios que coordinados y combinados estimulan y desarrollan las habilidades y capacidades cerebrales, potenciando y acelerando el proceso de aprendizaje.”

Apoya y nutre los desplegamientos de las destrezas e inteligencias innatas del ser.

Como en un músculo, la Gimnasia Cerebral desarrolla las neuronas, las mantiene activas y receptivas, permitiendo una mayor efectividad de la conexión entre ellas.

Es un método práctico y dinámico que favorece el óptimo funcionamiento de los hemisferios cerebrales y mejora la conexión entre cerebro-cuerpo, a través del movimiento, logrando armonía entre aspectos emocionales, físicos y mentales.

Prepara para usar todas las capacidades y talentos cuando más las necesiten, ayuda a crear redes neuronales que multiplican las alternativas para responder a la vida; permite un aprendizaje integral, usando todo el cerebro en conjunto con el cuerpo.

Ayuda a tener una percepción más abierta del mundo que nos rodea, a manejar el estrés, la salud y a generar pensamientos creativos e innovadores.

A través del movimiento, se experimenta gran potencial para aprender, pensar y crear, en el se encuentran todos los recursos esperando ser activados. El infinito potencial del sistema mente-cuerpo se libera a través del movimiento, la plasticidad neuronal sólo necesita el movimiento para activar ese potencial que puede transformar por completo la vida.

Principio:

El principio de la gimnasia cerebral es el movimiento:

“cuerpo sano, mente sana”.

Parámetros:

La Gimnasia Cerebral trabaja tomando en cuenta tres parámetros:

- Lateralidad,
- Foco y
- Centrado.

Lateralidad que es la habilidad para coordinar un hemisferio cerebral con el otro, especialmente en el campo medio. Esta destreza es fundamental para la habilidad de leer, escribir y comunicarse. Es también esencial para el movimiento fluido del cuerpo entero, y para la habilidad de moverse y pensar al mismo tiempo y se desarrolla a través de los movimientos de línea media.

Centrado es la habilidad para coordinar las partes superior e inferior del cerebro. Esta destreza está relacionada con el sentimiento y la expresión de emociones, respondiendo claramente con seguridad, relajación, enraizamiento y organización. Estas destrezas se pueden desarrollar con las actividades de estiramiento.

Foco es la habilidad para coordinar los lóbulos posterior y frontal del cerebro. Está directamente relacionado con la participación y la comprensión, la habilidad para actuar sobre los detalles de una situación mientras se mantiene una perspectiva de sí mismo, y para la comprensión de nueva información en el contexto de toda la experiencia previa, esto se puede alcanzar con los movimientos de energía y actitudes de profundización.

MOVIMIENTOS DE LÍNEA MEDIA

Estos movimientos buscan desarrollar las habilidades para el fácil movimiento lateral (hemisferio izquierdo- hemisferio derecho). El hemisferio izquierdo está

activo cuando usa el lado derecho del cuerpo y el hemisferio derecho cuando se trabaja con el lado izquierdo del cuerpo.

FUNCIONES DE LOS HEMISFERIOS

IZQUIERDO	DERECHO
<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque detalles • Lenguaje • Repetición Práctica • Intenta • Trata (se esfuerza) • Ve detalles • Analiza y discrimina palabras y pensamientos 	<ul style="list-style-type: none"> • Rastrea • Explora • Tono, ritmo y sentimientos de la música. • Reflejo • Visión Total • Unifica palabras y pensamientos.

Los ejercicios corporales de línea media permiten activar los dos hemisferios para que trabajen al mismo tiempo, en armonía, haciendo que se piense inconscientemente en x, buscando un equilibrio entre la razón y la emoción.

Los movimientos de línea media ayudan:

- Integrar la visión binocular y el oído binocular
- Integra los lados izquierdo y derecho del cerebro
- Coordina en su totalidad el cuerpo.
- Coordinación lateral y superior/inferior (concentración) para actividades de motricidad fina y gruesa.
- Ayudan a desarrollar la memoria y un aprendizaje acelerado.

Al pensar en X el cerebro sabe que se necesita usar ambos lados del cuerpo al mismo tiempo.

La Gimnasia Mental, entonces, es un manual que contiene estrategias, ejercicios, herramientas para desarrollar e incrementar tu creatividad de una manera efectiva y divertida. Sin embargo, debo señalar que este proceso productivo funciona con esfuerzo y atención. El cerebro no se cansa, sigue trabajando aun cuando estemos dormidos.

Ahora bien, la Gimnasia Física Cerebral (término acuñado por Proyecto ESPIGA), proveniente de las investigaciones realizadas por el doctor Dennison (1964), consiste en la renovación de los procesos mentales, el refuerzo de la memoria y la vida con plena conciencia y vitalidad, a través del desarrollo de un programa diseñado sobre las orientaciones de la medicina occidental y la antigua sabiduría de oriente.

El movimiento es importante para el aprendizaje y el desarrollo del pensamiento. La práctica constante de ejercicios, facilita la construcción de redes neuronales. Cuando se activan las neuronas por acción del aprendizaje se produce mielina, que de acuerdo con Ibarra (1999), es una sustancia que incrementa la velocidad en la transmisión de los impulsos nerviosos, aísla, protege y asiste la regeneración de los nervios cuando han sido dañados; por ello, a mayor mielina, más rápida la transmisión del mensaje. En las neuronas altamente mielinizadas, los impulsos viajan a cien metros por segundo.

La Gimnasia Cerebral o Brain GYM es un conjunto de diversos ejercicios creados PAUL DENNISON y GAIL que tienen como objetivo estimular y desarrollar habilidades y capacidades cerebrales creando conexiones entre cerebro/cuerpo a través del movimiento, logrando armonía entre aspectos emocionales, físicos y mentales.

La persona que realiza estos ejercicios aumenta la capacidad de interrelación entre los dos Hemisferios de su Cerebro, llamado también principio “cuerpo y mente son un todo inseparable y no hay aprendizaje sin movimiento”

CARACTERÍSTICAS DE LA GIMNASIA CEREBRAL

¿Cómo funciona la gimnasia cerebral?

Según la terapeuta Carolina López, la gimnasia cerebral trabaja la teoría del cerebro triuno, que se basa en el desarrollo evolutivo de este órgano. Según esta teoría, el cerebro está dividido en tres partes o dimensiones, cada una con distintas

Funciones:

- **El Reptiliano:** es la parte más antigua del cerebro que controla las reacciones instintivas y las funciones básicas (ritmo cardíaco, respiración, temperatura, etc.)

- El sistema Límbico: regula las emociones, la memoria, las relaciones sociales y sexuales, entre otras.

- **El Neocórtex:** es la última parte del cerebro en desarrollarse y nos da la capacidad del pensamiento, tanto racional como creativo. Gracias a él somos capaces de escribir, hablar, leer, inventar, crear y realizar aquellas actividades que requieran destrezas.

La gimnasia cerebral integra las 3 partes del cerebro para equilibrarlas y hacerlas funcionar correctamente; busca la proporción entre las emociones y la parte racional. Es decir, evita que el pensamiento sea demasiado frío y calculador, bloqueando las emociones o, por el contrario, no permite que la parte emocional bloquee el pensamiento ante una situación amenazante. Además, es muy útil para solucionar problemas de lectura, escritura, dislexia, hiperactividad o concentración.

¿A qué ayuda la Gimnasia Cerebral?

La Gimnasia Cerebral te enseña una mejor manera de manejar y superar la sensación de estar rebasado, abrumado, que sientes cuando estás bajo tensión, y es una perspectiva de nuevas posibilidades en todos los aspectos de la vida y el trabajo.

La Gimnasia Cerebral te ayuda a concentrarte, a equilibrarte, a pensar, recordar, ser creativo, escuchar o leer. Practicándola puedes realizar cualquier actividad en la que tengas dificultades. Todo esto puede sonar a “demasiado bueno para ser verdad” o muy simple, pero la Gimnasia Cerebral está probada y logra que toda tu mente y todo tu cuerpo trabajen en armonía para ti. Los terapeutas con conocimientos en Gimnasia Cerebral han ayudado a gente a enfrentar retos específicos, como poder decir algo difícil a alguna amistad o pariente, o mejorar la calidad de la escucha o de la vista. Otros usan la Gimnasia Cerebral para superar limitaciones emocionales, familiares y psicológicas, hábitos, bloqueos que los han aquejado por un largo tiempo. Algunas personas piensan que la Gimnasia Cerebral es sólo para personas con “problemas de aprendizaje”, pero esto es un error, la Gimnasia Cerebral es para todos.

¿Por qué es buena la Gimnasia Cerebral?

Estos ejercicios los pueden realizar los niños desde los 6 meses de edad, con la colaboración de los padres, hasta la etapa adulta. Los beneficios que se dan según las edades, son los siguientes.

- Previene la enfermedad de Alzheimer
- Niños y jóvenes 5 a 25 años: mejora atención, concentración, memoria, integrarse mejor con compañeros y mejora relaciones con padres, profesores.
- Adultos entre 26 y 35 años: ayuda a tener confianza en entrevistas, hablar en público con seguridad y soltura, mejorar relaciones con jefes y parejas.
- Adultos entre 36 y 65 años les sirve para mejorar en algún aspecto de su persona.
- Personas de tercera edad a quienes el estrés merma sus facultades, recupera y refuerza: motricidad, pérdida de memoria, ligera dislalia.

¿Ejercita el cerebro con gimnasia cerebral?

El cerebro también se ejercita. Sí, existe un conjunto de actividades y ejercicios que permiten la conexión del cuerpo a través de puntos energéticos, propician y aceleran el aprendizaje, la memoria, la concentración y la creatividad, y mejoran las habilidades motrices y académicas. Además, son eficaces para preparar a cualquier niño para desarrollar destrezas de coordinación y pensamiento. A esto se le llama gimnasia cerebral o kinesiología educativa, creada por el psicólogo estadounidense Paul Dennison.

Esta integra las tres partes del cerebro para equilibrarlas y hacerlas funcionar correctamente, y busca la proporción entre las emociones y la parte racional. Además, es muy útil para solucionar problemas de lectura, escritura, dislexia, hiperactividad o concentración.

Existen una serie de 26 movimientos corporales sencillos, diseñados para ayudarnos a conectar ambos hemisferios de nuestro cerebro. A continuación, conozca algunos de ellos:

- Mantener una respiración abdominal para mejorar el paso de oxígeno por todo el cuerpo y los niveles de atención.
- Tomar por lo menos un sorbo de agua, el cual le servirá como conductor de energía.

Es bueno realizarlos todos los días, por 30 segundos. Cada ejercicio se repite aproximadamente 10 veces.

ESTADO EMOCIONAL

Concepto

¿Qué es la emoción?

El trabajo de Wukmir (1967), sobre el fenómeno emocional pueda aclarar definitivamente como es la naturaleza de las emociones.

En cada instante experimentamos algún tipo de emoción o sentimiento. Nuestro estado emocional varía a lo largo del día en función de lo que nos ocurre y de los estímulos que percibimos. Otra cosa es que tengamos siempre conciencia de ello, es decir, que sepamos y podamos expresar con claridad que emoción experimentamos en un momento dado.

Las emociones son experiencias muy complejas y para expresarlas utilizamos una gran variedad de términos, además de gestos y actitudes.

La complejidad con la que podemos expresar nuestras emociones nos hace pensar que la emoción es un proceso multifactorial o multidimensional. Uno siempre tiene la impresión de que le faltan palabras para describir con precisión sus emociones.

Pero debajo de esta complejidad subyace un factor común a todas las emociones: cada emoción expresa una cantidad o magnitud en una escala positivo/negativo. Así, experimentamos emociones positivas y negativas en grados variables y de intensidad diversa. Podemos experimentar cambios de intensidad emocional bruscos o graduales, bien hacia lo positivo o bien hacia lo negativo. Es decir, toda emoción representa una magnitud o medida a lo largo de un continuo, que puede tomar valores positivos o negativos.

Comportamiento: El comportamiento es la manera de comportarse (conducirse, portarse). Se trata de la forma de proceder de las personas u organismos frente a los estímulos y en relación con el entorno.

Existen distintos modos de comportamiento, de acuerdo a las circunstancias en cuestión. El comportamiento consciente es aquel que se realiza tras un proceso de razonamiento. Un ejemplo de este tipo de comportamiento es saludar a un conocido cuando lo vemos en la calle.

Experimentan cambios: El cambio es normal constante y continuo vital y permanente necesario de ritmo variable, una persona puede tener su **energía emocional** tan reprimida que no tienen potencia suficiente para que se produzca

el cambio y necesita potenciar su energía emocional interior: desde cuidar su alimentación, descansar adecuadamente, hacer algún deporte, alguna técnica de relajación, etc.

El estado emocional de los niños

Los niños pueden sufrir efectos emocionales y cambios de conducta después de un desastre natural. Si los adultos a su alrededor no logran controlar sus propios sentimientos, pueden sufrir por meses o hasta años y sufrir más intensamente.

Si usted está deprimido o agobiado, piense que esto puede también afectar a sus hijos. Comparta sus sentimientos con alguien de confianza, un miembro del clero o un consejero en salud mental.

Aún los niños pequeños pueden sentirse deprimidos y tener berrinches, malestares físicos, ratos de tristeza, exceso de actividad, falta de interés y volverse retraídos. Pueden expresar sus sentimientos a través del juego o hablar del desastre como si fuera una persona que los persigue.

Los niños de 5 a 11 años pueden presentar fobias, mala conducta como mentir, negarse a ir a la escuela o a dejar a sus padres, tristeza, ansiedad y, en casos extremos, hasta querer quitarse la vida.

Los adolescentes pueden mostrarse retraídos, cansados, tener dificultades para dormir o comer, abusar de sustancias tóxicas, hablar de hacer cosas peligrosas, cambiar repentinamente de amistades, mostrar hostilidad y querer suicidarse.

Cualquier niño puede tener dificultades para dormir y tener pesadillas o recuerdos vívidos. Pueden disgustarse fácilmente o esconder su desconsuelo de la familia. Sus calificaciones pueden bajar y pueden mostrarse desordenados, groseros o simplemente quedarse dormidos en el salón de clase.

Los padres pueden no darse cuenta de la ansiedad que sienten sus hijos, quienes pueden quejarse más de malestares físicos. A los varones les es especialmente difícil hablar de las pérdidas que sufrieron. Por eso tienden a comportarse mal.

El apoyo de los adultos es esencial para el bienestar emocional y físico de los hijos. Comparta con ellos su pena sobre el desastre para que sientan libertad de expresar sus sentimientos. Déjeles saber que es normal que se sientan mal.

Hablen acerca de las pérdidas y sus planes para enfrentarlas. Abraze y consuele a sus hijos. Platíqueles y apóyense en sus creencias religiosas para tener esperanza.

Los actos destructivos hacia la propiedad, lastimar a personas o animales domésticos, ataques frecuentes de pánico o abusar de sustancias tóxicas requieren de la intervención inmediata de un profesional de salud mental, especialmente para prevenir los intentos de suicidio que pueden presentarse.

SALUD MENTAL

Generalidades

La salud mental es como pensamos, sentimos y actuamos cuando lidiamos con la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con otras personas y tomamos decisiones. Al igual que la salud física, la salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez y la adolescencia hasta la edad adulta. El tema de la salud mental, además, no concierne sólo a los aspectos de atención posterior al surgimiento de desórdenes mentales evidentes, sino que corresponde además al terreno de la prevención de los mismos con la promoción de un ambiente socio-cultural determinado por aspectos como la autoestima, las relaciones interpersonales y otros elementos que deben venir ya desde la educación más primaria de la niñez y de la juventud. Esta preocupación no sólo concierne a los expertos, sino que forma parte de las responsabilidades de gobierno de una nación, de la formación en el núcleo familiar, de un ambiente de convivencia sana en el vecindario, de la responsabilidad asumida por los medios de comunicación y de la consciente guía

hacia una salud mental en la escuela y en los espacios de trabajo y estudio en general.

Salud mental o “estado mental” es la manera como se reconoce, en términos generales, el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural lo que garantiza su participación laboral, intelectual y de relaciones para alcanzar un bienestar y calidad de vida. Se dice “salud mental” como analogía de lo que se conoce como “salud o estado físico”, pero en lo referente a la salud mental indudablemente existen dimensiones más complejas que el funcionamiento orgánico y físico del individuo. La salud mental ha sido definida de múltiples formas por estudiosos de diferentes culturas. Sin embargo, las precisiones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) establecen que no existe una definición “oficial” sobre lo que es salud mental y que cualquier definición al respecto estará siempre influenciada por diferencias culturales, asunciones subjetivas, disputas entre teorías profesionales y demás. Manera también, como las personas relacionan su entorno con la realidad.

En cambio, un punto en común en el cual coinciden los expertos es que “salud mental” y “enfermedades mentales” no son dos conceptos opuestos, es decir, la ausencia de un reconocido desorden mental no indica necesariamente que se tenga salud mental y, al revés, sufrir un determinado trastorno mental no es óbice para disfrutar de una salud mental razonablemente buena.

La observación del comportamiento de una persona en sus vida diaria es la principal manera de conocer el estado de su salud mental en aspectos como el manejo de sus temores y capacidades, sus competencias y responsabilidades, la manutención de sus propias necesidades, las maneras en las que afronta sus propias tensiones, sus relaciones interpersonales y la manera en que dirige una vida independiente. Además el comportamiento que tiene una persona frente a situaciones difíciles y la superación de momentos traumáticos permiten establecer una tipología acerca de su nivel de salud mental.

Mantenerse mentalmente sano no siempre es fácil, especialmente durante tiempos difíciles. Estos son algunos consejos que pueden ayudar:

Obtener el apoyo de familiares y amigos

Encontrar tiempo para cuidarse a sí mismo y relajarse

Tener un estilo de vida saludable, ejercitar regularmente

También es importante reconocer cuando es posible que necesite la ayuda de un profesional. Los trastornos mentales son comunes, pero existen tratamientos disponibles.

Salud mental del niño

Resulta fácil para los padres identificar las necesidades físicas de sus hijos: alimentación nutritiva, ropas de abrigo cuando hace frío, llevarlos a dormir a una hora razonable. Sin embargo, las necesidades mentales y emocionales de un niño pueden no ser tan obvias. Una buena salud mental permite que los niños piensen claramente, se desarrollen a nivel social y aprendan nuevas habilidades. Además, los buenos amigos y las palabras de ánimo de los adultos son aspectos importantes para ayudar a los niños a desarrollar la confianza en sí mismos, una buena autoestima, y una percepción de la vida emocionalmente sana. Tanto la salud física como la mental son importantes.

Fundamentos para una buena salud física en niño

Alimentación adecuada

Un lugar adecuado para vivir, abrigo y sueño adecuado

Ejercicio

Vacunación

Vivir en un ambiente sano

Fundamentos para la buena salud mental de los niños

Amor incondicional de su familia

Confianza en sí mismos y una buena autoestima

La oportunidad de jugar con otros niños

Verse apoyados y animados por profesores y cuidadores

Vivir en un ambiente seguro

Disciplina apropiada

Amor incondicional

El amor, la seguridad y la aceptación deben estar en el centro de la vida familiar. Los niños necesitan saber que su amor no depende de sus actos o sus logros. Los errores y/o las derrotas deben esperarse y aceptarse. La confianza crece en un hogar que está lleno de amor y de afecto incondicionales.

Es fácil saber cuándo su hijo tiene fiebre. Los problemas de salud mental en los niños pueden ser más difíciles de identificar, pero puede aprender a reconocer los síntomas. Preste atención a las manifestaciones excesivas de enojo, miedo, tristeza o ansiedad. Los cambios repentinos en el comportamiento de su hijo pueden indicarle que hay un problema. También pueden serlo los comportamientos como ejercitarse excesivamente o dañar o destruir cosas.

Algunos problemas de salud mental comunes en los niños son:

Depresión

Ansiedad

Trastornos de conducta

Trastorno de atención e hiperactividad

Los problemas de salud mental pueden interferir en la vida cotidiana de la casa, la escuela o la comunidad. Sin ayuda, los problemas de salud mental pueden

conducir a fracaso escolar, abuso de alcohol u otras drogas, discordias familiares, violencia o incluso suicidio. Sin embargo, hay ayuda disponible. Si tiene dudas acerca del comportamiento de su hijo, hable con un profesional de la salud.

Aunque el concepto de salud mental surge de manera análoga a la noción de salud física, trata de fenómenos más complicados que pueden estar influenciados por la cultura y hasta por un componente subjetivo.

De todas formas, puede decirse que la salud mental es un estado de bienestar psicológico y emocional que permite al sujeto emplear sus habilidades mentales, sociales y sentimentales para desempeñarse con éxito en las interacciones cotidianas.

En este sentido, los profesionales que son unos auténticos expertos en la materia suelen establecer con mucha frecuencia el hecho de que hay una serie de factores que indudablemente ayudarán a cualquier individuo a tener una buena salud mental. Entre ellos se encuentran el relajarse, el hallar siempre tiempo para cuidarse a uno mismo, contar con el respaldo y apoyo de amigos y familiares, y tener una vida saludable donde el ejercicio esté muy presente.

Así como la ausencia de enfermedad no supone una garantía de salud física, lo mismo puede decirse respecto a la salud mental. Para determinar el estado de salud mental de un ser humano, por lo tanto, se requiere de un control de la conducta cotidiana por parte de un especialista.

Por otra parte, no se puede entender a la salud mental como una realidad totalmente separada de la salud física. Los trastornos mentales están interconectados con las enfermedades físicas.

Muchos son los trastornos mentales que están determinados y clasificados y que, al mismo tiempo, cuentan con sus respectivos tratamientos. Entre los más frecuentes nos encontramos con los trastornos de ansiedad bajo cuya

denominación se engloban desde las fobias hasta los trastornos de pánico, los de tipo obsesivo-compulsivo o los de estrés postraumático.

Asimismo, también existen otros trastornos mentales muy conocidos como la depresión, los de tipo psicótico como sería el caso de la esquizofrenia, los llamados de la personalidad o los conocidos como trastorno bipolar. Este último, en concreto, es una enfermedad muy severa que padecen aquellas personas que tienen cambios muy bruscos en su estado de ánimo.

Aunque es quizás en la actualidad cuando más se habla de este tipo de problemas de salud mental y cuando más se está trabajando con los pacientes que los sufren, es cierto que a lo largo de toda la historia han existido muchos personajes relevantes que han padecido alguno de ellos. Este sería el caso, por ejemplo, de Juana la Loca, Felipe V o incluso el enigmático Rasputín.

Para los psicólogos, la salud mental debe impulsarse desde la perspectiva de la persona (estimulando su autoestima) pero también teniendo en cuenta lo social (a partir de comunidades cohesionadas) y con apoyo del Estado (garantizando la disponibilidad de la salud pública para todas las personas).

VARIABLE DEPENDIENTE

PENSAMIENTO CONSTRUCTIVISTA

El pensamiento constructivista y la mediación pedagógica para el desarrollo de competencias”

Los niños de la actualidad requieren de conocer el mundo que les rodea de tal manera que se puedan desarrollar a plenitud para cuidar la diversidad cultural, los ecosistemas, la biodiversidad y las relaciones humanas. Desde que se nace se van adquiriendo conocimientos que se van generando como estructuras y a manera que pasa el tiempo esas estructuras se van haciendo más complejas con el interactuar de objetos de tal manera que la experiencia que se va acumulando para resolver después situaciones que se le presenten. La realidad se va creando a

través de la asimilación de esquemas que el niño va guardando y que le son interesantes, las cosas que no le interesan las deja de lado y por lo tanto se le olvidarán.

Enfoque: El enfoque constructivista es el que va encaminado a desarrollar las nuevas teorías del aprendizaje, y sus principales pilares se encuentran en los nombres de Piaget, Vigotsky, Ausubel

En palabras de Vigotsky habla aparte del desarrollo genético de los niños le pone de manifiesto o que se relaciona con la sociedad y la cultura quiere decir que los aprendizajes que los alumnos van adquiriendo van condicionados o decodificados por la cultura en la que se nace y se evoluciona y por la sociedad, con esto se está ejemplificando que en cada lugar se adquieren formas distintas de aprender el conocimiento, de un lugar a otro varían los procesos de pensamientos y procedimientos de los niños. Los conocimientos también se adquieren a través de otras personas de tal manera que los infantes interiorizan la información recibida, la procesan y analizan y si se les da a dos niños completamente diferentes en cuanto a la formación cultural cada uno lo asimilará de manera diferente y creara su propio concepto de la realidad para después reproducir o imitar lo que han observado.

En palabras de Piaget el desarrollo cognitivo de los niños (pensamiento) parte del estudio del origen orgánico, del biológico, y del genético para encontrar una explicación o un entendimiento de las capacidades cognitivas que llevan a entender a la epistemología genética. Los individuos actúan y se desarrollan a su propio ritmo, mediante el aprendizaje los humanos creamos estructuras cognitivas o de pensamiento para entender la adaptación y la asimilación al contexto en el cual se desenvuelve. Los individuos deben de manipular los materiales y encontrarle sentido a lo que hacen para poder obtener un aprendizaje de tal manera que se apropie de del conocimiento, debe de experimentar y experimentar para recomodar lo que pensaban con lo que piensan ahora de lo que están experimentando, las personas que entendieron y que le encontraron sentido a lo

que manipulaban deben de tener la capacidad de explicar lo que aprendieron de no hacerlo así quieren decir que no entendieron y por lo tanto sus estructuras cognitivas aún no están estables.

Modelo Constructivista:

El modelo constructivista está centrado en la persona, en sus experiencias previas de las que realiza nuevas construcciones mentales, la construcción se produce:

- a. Cuando el sujeto interactúa con el objeto del conocimiento (Piaget)
- b. Cuando esto lo realiza en interacción con otros (Vigotsky)
- c. Cuando es significativo para el sujeto (Ausubel)

Al interpretar y analizar las diferentes posturas de los que se han dedicado a estudiar los procesos de adquisición del conocimiento me doy cuenta que se me habían olvidado ya los argumentos epistemológicos que hacen que el desarrollo y proceso dentro de una aula se desarrolle más claramente y no se tengan tantas inconsistencias. La educación tradicional se va creando por el docente ya que de él depende que los alumnos se motiven para que experimenten mejores aprendizajes. Un maestro desmotivado, sin adaptar situaciones de aprendizaje y sin materiales hace más difíciles los procesos de aprendizaje, asimilación y experimentación; en la actualidad se necesita personal entregado que no dé más, ni menos que solo se entregue de acuerdo a las necesidades que siempre escuche, analice y actúe con criterios para que el aprendizaje se dé más fluido, positivista y una presentación alegre.

El profesor como mediador del aprendizaje debe:

- Conocer los intereses de alumnos y alumnas y sus diferencias individuales (Inteligencias Múltiples)
- Conocer las necesidades evolutivas de cada uno de ellos.
- Conocer los estímulos de sus contextos: familiares, comunitarios, educativos y otros.

- Contextualizar las actividades.

El conocimiento: es un conjunto de información almacenada mediante la experiencia o el aprendizaje, o a través de la introspección. En el sentido más amplio del término, se trata de la posesión de múltiples datos interrelacionados que, al ser tomados por sí solos, poseen un menor valor cualitativo.

El conocimiento tiene su origen en la percepción sensorial, después llega al entendimiento y concluye finalmente en la razón. Se dice que el conocimiento es una relación entre un sujeto y un objeto.

El aprendizaje significativo: se presenta cuando el niño estimula sus conocimientos previos, es decir, que este proceso se da conforme va pasando el tiempo y el pequeño va aprendiendo nuevas cosas. Dicho aprendizaje se efectúa a partir de lo que ya se conoce.

Además el aprendizaje significativo de acuerdo con la práctica docente se manifiesta de diferentes maneras y conforme al contexto del alumno y a los tipos de experiencias que tenga cada niño.

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

La motivación intrínseca proviene del interior, de uno mismo. Es la clase de motivación que aparece cuando hacemos algo que disfrutamos; cuando la tarea en sí misma es la recompensa. Piensen en algo que aman hacer – quizás los videojuegos, tocar la guitarra, cocinar, pintar... cualquier actividad que disfruten. Nunca lo retrasan o evitan hacer, ¿no? Hasta parece tonto si quiera preguntarlo - ¡Por supuesto que no! ¡De hecho, lo más probable es que dejen de hacer *otras* tareas para poder disfrutar estas!

Una buena manera de armar nuestra lista de tareas pendientes para que sea más fácil de cumplir es agregar la mayor cantidad de cosas que amamos hacer. A veces pueden ser difíciles, o sintamos algo de resistencia por empezar – pero una vez que comencemos, nos resultará divertido.

En algunos casos, esto puede resultar en tener que repensar nuestra carrera o estilo de vida. **Si nuestra vida consiste de una serie de actividades molestas o poco atractivas, ¿cómo llegamos a esa situación?** ¿Qué podemos hacer para cambiarlo?

Cuando estamos haciendo algo que nos genera motivación intrínseca, vamos a encontrar que:

- es bastante fácil mantener la concentración.
- deseamos hacerlo bien porque la tarea se merece el mejor esfuerzo.
- lo haríamos más allá de obtener dinero o una recompensa de cualquier tipo.

La motivación intrínseca es una fuerza poderosa – y también depende de nuestro estado de ánimo; cuando nos sentimos alegres y positivos es más probable que disfrutemos las tareas que cuando nos sentimos tristes.

Por otro lado, también existen algunas tareas no hay forma de que disfrutemos hacerlas. Ahí es cuando aparece la motivación extrínseca.

Es la motivación que nace de ti mismo, es la motivación que se origina interiormente, desde tu mente, desde tu corazón, desde tus más profundos sueños. Porque definitivamente esperar que otros te motiven para llegar a conquistar tus metas y te hagan felices es tan lamentable como esperar a que te toque la lotería.

No puedes depender de otras personas para que tengas lo que tanto deseas. Faltan muchas cosas que debes tener en cuenta, pero lo más importante es que tengas motivación intrínseca.

La motivación intrínseca es el motivo de llevar a cabo una acción cuando no hay recompensa externa de por medio. Las acciones se realizan sólo por su interés o la satisfacción personal que deriva de su realización. Se basa en necesidades internas de competencia y autodeterminación. El individuo es considerado como un agente

activo, orientado hacia la elección de su conducta a partir de la evaluación tanto de necesidades psicológicas como de oportunidades presentes en su entorno.

Estos resultados apoyaron la idea de que la motivación intrínseca (o autodeterminada) y extrínseca (o heterodeterminadas) eran antagónicas; sin embargo varios estudios mostraron que, bajo ciertas circunstancias, las recompensas externas pueden no afectar o incluso incrementar la motivación intrínseca.

Deci encontró que si el refuerzo positivo era verbal (buen rendimiento), en vez de disminuirse la motivación intrínseca, se incrementaba en relación con los que no recibían información.

La forma en que tal información de competencia afecta a la ejecución, está modulada por dos factores de personalidad:

El sexo: los varones responden más favorablemente al feedback o retroalimentación verbal positivo (perciben la alabanza como una afirmación de competencia); las mujeres pueden percibirla como una forma de control externo.

El estilo atributivo: el grado en que las personas toman crédito de sus resultados positivos influye en el feedback de competencia y la motivación intrínseca: reaccionan mejor los que hacen atribuciones internas.

Las conductas extrínsecamente motivadas serán consideradas autodeterminadas en la medida en que sean percibidas como internamente causadas, mientras que la acción intrínsecamente motivada es autodeterminada por definición.

Teoría de la autodeterminación

Deci y Ryan formulan la teoría de la autodeterminación dirigida a describir los efectos de ciertos acontecimientos externos sobre la motivación. Si estos acontecimientos promueven la creencia de que la persona controla los resultados y favorecen un sentido de competencia, se incrementará la motivación intrínseca. Si

los acontecimientos favorecen la percepción de incompetencia y falta de control, se debilitará la motivación intrínseca.

Desde un corte motivacional humanista, se define el self, no como un conjunto de mecanismos y estructuras cognitivas, sino como un conjunto de procesos motivacionales con gran variedad de funciones de regulación y asimilación. El yo sería el proceso por el que la persona contacta con el entorno social y trabaja hacia su integración con él, modificando distintos aspectos personales para poder satisfacer, de forma más adecuada, y socialmente adaptada, las 3 necesidades psicológicas básicas:

La necesidad de autonomía o autodeterminación: deseo de las personas de ser agentes de sus acciones en la determinación de su propia conducta (deseo de control interno).

La necesidad de competencia: esfuerzos por controlar los resultados y experimentar eficacia.

La necesidad de interrelación: esfuerzos de las personas por relacionarse con los demás, cuidar y ser cuidado y sentirse incluidos en la realidad social.

Se introduce el concepto de internalización para denominar el proceso por el que las personas hacen su adaptación al entorno, aceptando normas y valores sociales que no son intrínsecamente atractivos. Bajo ciertas condiciones, las conductas extrínsecamente motivadas pueden verse como autodeterminadas, incrementándose la motivación intrínseca.

Regulaciones:

Regulación externa: describe conductas reguladas por contingencias externas al sujeto (ej. Una amenaza).

Regulación introyectada: conductas reguladas por presiones internas, como aspectos relacionados con la autoestima (porque debe..). Estas conductas siguen

teniendo un locus de causalidad externa por la fuente que las inicia, que, aunque interna a la persona, es externa a su sentido integrado del self.

Regulación identificada: conductas reguladas por aspectos personalmente importantes (debo estudiar porque es importante para mi). Hay una aceptación de la regulación externa, percibiéndose como propia.

Regulación integrada: la forma más autónoma de motivación extrínseca. Resulta de la perfecta integración de la regulación externa en el propio yo; así la persona no se siente controlada por fuerzas externas. Esta forma, junto con la motivación intrínseca, son la base del funcionamiento autodeterminado. La regulación de las acciones puede ser vista como no motivada, controlada o autodeterminada.

Conductas no motivadas: ocurren sin intencionalidad, percibiéndose como externamente causadas.

Conductas controladas: están externamente reguladas. Son impulsadas por alguna fuerza interna o externa, uno siente que “debe” llevarlas a cabo.

Conductas autodeterminadas: intrínsecamente motivadas o por una regulación externa integrada.

Las 2 últimas son intencionales, aunque sólo las autodeterminadas incluyen un verdadero sentido de libertad en la elección de lo que uno quiere hacer. Las personas intrínsecamente motivadas:

- a) Prefieren elegir lo que tienen que hacer
- b) Cuando pueden elegir entre varias opciones, eligen tareas que implican un cierto nivel de reto.
- c) Responden con mayor esfuerzo y persistencia después del fracaso.
- d) Desarrollan mayor flexibilidad cognitiva a la hora de utilizar estrategias de solución de problemas.

e) Muestran más altos niveles de creatividad, espontaneidad y expresividad.

f) Guiarían su necesidad de competencia hacia la superación de desafíos personales.

Las extrínsecamente motivadas la orientarían a obtener buenos resultados, pero asociada con sentimientos de tensión y presión, procedentes de agentes externos.

Para que la motivación de logro se active, deben encontrarse implicados 3 aspectos comunes con la motivación intrínseca: un cierto nivel de desafío, percibir autodeterminación en la tarea y recibir información o feedback acerca de su ejecución.

CREATIVIDAD

Introducción

Durante siglos, prevaleció la idea de que solo son creativas las personas extraordinariamente originales, y que la creatividad era un don divino. A partir de Darwin, la creatividad se empieza a considerar como una especie de raro don hereditario.

Actualmente se considera que todos los individuos se encuentran en posesión de los rasgos característicos de la creatividad.

Todos somos en principio creativos, pero esta cualidad se ve disminuida en un medio social muy crítico.

Lo que no es fruto de la naturaleza, es producto de la acción transformadora del hombre, por lo tanto, nuestra evolución se debe en gran parte a los procesos creativos de millones de personas.

Potencialmente todos los seres humanos somos capaces de crear. Si alguien negara la potencia creativa del hombre, bastaría para refutarlo referirnos al fenómeno universal de los niños jugando. Ellos trascienden la realidad y la

transforman, de modo que cualquier objeto puede ser utilizado de manera simbólica a la hora de representar situaciones diferentes. Es lo que se conoce como Juego Simbólico.

Los antiguos filósofos se preguntaron ¿Por qué crea el hombre?. Encontraron una respuesta teológico-mitológica: “el hombre crea por inspiración sobrenatural”. Les asustaba tanto el fenómeno de la creatividad, que tenían que buscar explicaciones ajenas al ser humano.

La ciencia del siglo XX ha desmitificado la creatividad al demostrar que ésta es el salto del inconsciente a la conciencia.

Por todo lo anterior, con este trabajo pretendemos aproximarnos al tema de la creatividad distinguiendo las etapas del proceso creativo, analizando las características propias de la creatividad, intentando describir pautas para el desarrollo de la misma y analizando los obstáculos que pueden vedarla. Además procuramos reflexionar sobre la idea de que la creatividad es un recurso de la inteligencia inherente a cada ser humano, que asimismo es susceptible de ser desarrollada.

Definición de Creatividad

A lo largo de la historia han sido muchas las definiciones de creatividad que se han dado, a raíz de las cuales, podemos generalizar diciendo que:

- La creatividad es un sentimiento de libertad que nos permite vivir en un estado de transformación permanente.
- La creatividad en la ciencia, el arte y el vivir son las formas con las que se expresa la necesidad de trascender, de dar luz a algo nuevo.
- Es la capacidad para encontrar conexiones nuevas e inesperadas.
- Es un poder que no tiene dueño.

Si quisiéramos concretar lo anteriormente dicho en una sola definición, encontraríamos que la creatividad es la capacidad de inventar algo nuevo, de relacionar algo conocido de manera innovadora o de apartarse de los esquemas de pensamiento y conductas habituales.

En Psicología se le atribuyen los siguientes atributos: Originalidad, Flexibilidad, Viabilidad, Fluidez y Elaboración. (Menchen, Dadamia y Martínez, 1984)

Características de la Creatividad

Es un hecho que algunas personas son muy creativas y otras muy rutinarias. Un análisis de las características del pensamiento, puede aclarar la dinámica de la creatividad, y el porqué de que existan diferentes grados de creatividad en distintas personas.

A continuación analizaremos los factores o características esenciales, las cuales son descritas por Menchen; Dadamia y Martinez, 1984:

-Fluidez: facilidad para generar un número elevado de ideas respecto a un tema determinado. La manera de potenciarla en el campo escolar, sería, por ejemplo, pidiéndole al alumno que relacione entre hechos, palabras, sucesos,...

-Flexibilidad: característica de la creatividad mediante la cual se transforma el proceso para alcanzar la solución del problema. Nace de la capacidad de abordar los problemas desde diferentes ángulos.

Dentro del ámbito escolar se desarrollaría exigiéndole al alumno no solo un gran número de ideas, sino recogiendo categorías y tipos diferentes de respuestas o soluciones.

Un ejemplo para trabajarla sería el siguiente: damos al alumno diferentes fotos, y alterándole el orden deberá inventar distintas historias.

-Originalidad: característica que define a la idea, proceso o producto, como algo único o diferente. Producción de respuestas ingeniosas o infrecuentes. Dentro del ámbito escolar se potencia estimulando las nuevas ideas que el alumno propone.

-Viabilidad: capacidad de producir ideas y soluciones que sean realizables en la práctica.

-Elaboración: es el nivel de detalle, desarrollo o complejidad de las ideas creativas. Para fomentarlo dentro del aula, se le presentan al alumno ilustraciones de historias con dibujos en los que tenga que percatarse de los detalles.

Los tres primeros factores- fluidez, flexibilidad y originalidad- son funciones del Pensamiento Divergente o Lateral, que actúa como un explorador que va a la aventura. Es el que no se paraliza con una única respuesta ante un problema, es la libre asociación de ideas e imágenes. Es la reestructuración de lo conocido de un modo nuevo. En definitiva, provoca la creatividad.

Por el contrario, el llamado Pensamiento Convergente es el que evoca ideas y trata de encadenarlas para llegar a un punto ya existente y definido, si bien, oscuro para el sujeto.

Proceso Creativo

La creatividad es un proceso que culmina con la solución creativa de un problema. A lo largo del proceso de resolución del problema, se podrían emplear técnicas para aumentar nuestro potencial creativo, que facilitarían encontrar la solución adecuada, dichos problemas se podrían dividir en las siguientes etapas:

-Percepción del problema: Para buscar una solución creativa es necesario encontrar o percibir que existe un problema, existen ejercicios para entrenar la sensibilidad a los problemas, donde se intenta producir el máximo de preguntas sobre una situación dada.

-Definición del problema: La formulación distinta del problema determina situaciones distintas, aquí se trabaja con una preparación o calentamiento previo al abordaje del problema, de modo que se entrene la capacidad de reformular los problemas.

-Hallazgo de ideas: Se entrenará con métodos y técnicas que faciliten una mayor producción de ideas o mayor elaboración de las mismas.

-Valoración de ideas: En el proceso creativo conviene demorar esta fase o separarla de la fase de producción de ideas. Una vez hallada la idea adecuada, se realiza una valoración del producto que ya no es individual.

Etapas del proceso Creativo

En cualquier fabricación es posible distinguir el proceso del producto, si bien antiguamente se conformaban con admirar el producto sin escudriñar el proceso, ahora en cambio, desarrollamos un creciente interés en desentrañar los mecanismos biológicos y psíquicos de la creatividad para llegar a tener dominio sobre esta importante actividad humana.

No es posible afirmar que existan etapas en el proceso creativo, pero existen cuatro momentos que, al parecer, no son lineales, estos serían la preparación, la incubación, la iluminación y la verificación. (Manuela Remo, 1997).

-Preparación: es el proceso de recopilar información, intervienen procesos preceptuales de memoria y de selección. El sujeto, una vez instalada la inquietud, tiene que salir al campo de los hechos, es la etapa de las observaciones, lecturas, viajes, experimentos y conversaciones con personas conocedoras del tema.

-Incubación: es el proceso de análisis y de procesamiento de la información centrándose en la corrección y búsqueda de datos.

-Iluminación: es el proceso de darse cuenta y se identifica más como un proceso de salida de información, suele aparecer después de un periodo de confusión,

desequilibrio, duda. Esta etapa junto con la anterior llegan a un punto de relación que a menudo se consideran juntas como una sola etapa, ya que a veces la luz llega cuando el sujeto ni siquiera pensaba en el tema, y curiosamente se pasa a través de un proceso dialéctico con momentos de tensión y distensión, y el punto culminante tiende a coincidir con la fase distensiva. Aunque también sucede que en la incubación lo que aparentemente queda fuera de la conciencia en determinados periodos se ha seguido meditando al margen.

-Verificación: es el proceso de evaluación sobre la utilidad temporal del objeto o proceso de creación, sería el paso de la idea a la realidad externa, muchas veces requiere más creatividad llevar una idea a la obra que pensarla. Si la idea además de nueva llega a ser valiosa, este logro se da a conocer y así se cierra un ciclo que empezó con una inquietud.

Desarrollo Creativo

La idea de que se puede desarrollar la creatividad se apoya en una creciente cantidad de evidencias que muestran que es posible desempeñarse mejor en las tareas de toma de decisiones y de solución de problemas. Se pueden enseñar reglas abstractas de lógica y razonamiento, cuyo aprendizaje mejora la forma de razonar acerca de las causas subyacentes a los sucesos de la vida cotidiana. A fin de cuentas los psicólogos cognitivos pueden enseñar en forma rutinaria a los estudiantes no solo a aumentar su habilidad para resolver problemas, sino también a pensar en forma más crítica.

Estrategias: Se han desarrollado diversas estrategias que pueden ayudar a un pensamiento más crítico y a evaluar los problemas con mayor creatividad:

El medio ambiente: El niño es naturalmente creativo, se expresa de manera abundante con mímica, dibujos y representaciones. Unos padres tolerantes, pacientes y abiertos, y unos profesores preocupados por estimular constituye la plataforma ideal para que florezca la actividad inédita. Así se educa la actitud creativa.

La formación de la personalidad: El autoconocimiento y la autocrítica, la educación de la percepción, el hábito de relacionar las cosas, el sentido lúdico de la vida, el hábito de sembrar el inconsciente y la constancia, disciplina, método y organización son los rasgos y las actitudes que se encuentran muy ligadas con la creatividad.

Técnicas específicas: A partir de los estudios de psicología del pensamiento y de la creatividad, se han diseñado muchos ejercicios, prácticas y estrategias. Las más comunes serían:

- Estudio de modelos.
- Ejercicios de descripción.
- Detección de relaciones remotas.
- Descripción imaginaria de mejoras.
- Ejercicios para concienciarse de las dificultades de la percepción.
- La lluvia de ideas.

Desarrollo de la Creatividad en la escuela

Para favorecer el desarrollo de la creatividad dentro del marco escolar encontramos una serie de activadores propuestos por López y Recio (1998, p.53) que consideran tres factores fundamentales en la formación del niño, los cognitivos, afectivos y sociales:

Actitud ante los problemas:

- Lograr que los problemas a los que se enfrenta el alumno tengan un sentido para él.
- Motivar a los alumnos a que usen su potencial creativo.

-Concienciarlos acerca de la importancia que tiene utilizar la creatividad en la vida cotidiana.

-Estimular su curiosidad e invitarlos a analizar los problemas desde diferentes perspectivas, así como a redefinirlos de una manera más adecuada.

La forma de usar la información:

-Enfatizar la importancia de aplicar los conocimientos y no solo memorizarlos.

-Estimular la participación de los alumnos a descubrir nuevas relaciones entre los problemas de situaciones planteadas.

-Evaluar las consecuencias de sus acciones y las ideas de otros, así como presentar una actitud abierta de relación con dichas ideas y propiciar la búsqueda y detección de los factores clave de un problema.

Uso de materiales:

-Usar apoyos y materiales novedosos que estimulen el interés.

-Usar anécdotas y relatos en forma analógica y variar los enfoques durante la dinámica de clase.

Clima de trabajo:

-Generar un clima sereno, amistoso, y relajado en el aula.

Como complemento a todo esto podemos añadir una lista de los facilitadores más importantes para la manifestación de la creatividad:

-Perpetuar la curiosidad del niño.

-No tener miedo a equivocarse.

-Fomentar la fantasía, así como la orientación a la realidad.

-Alentar la interacción con las personas creativas.

- Promover la diversidad y la individualidad.
- No estereotipar al que tiene potencial creativo.

Objetivos de los ejercicios de Creatividad

- Aumentar en forma espectacular la capacidad de la gente para producir nuevas ideas.
- Mejorar y aumentar la capacidad para aplicar dichas ideas.
- Adquirir la capacidad de pensar en términos de procesos, es decir, ir al interior de las cosas, y no quedarse en la superficie de los objetos y los resultados finales.
- Desarrollar tácticas para afrontar problemas difíciles y aparentemente insolubles.
- Romper patrones de pensamientos estereotipados y rígidos.
- Interactuar satisfactoriamente con el entorno o medio ambiente, resolviendo con tino problemas y tomando las decisiones adecuadas.

2.6 HIPÓTESIS

Los Ejercicios de Gimnasia Cerebral inciden en el desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha

2.7 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES

Variable Independiente

Gimnasia Cerebral

Variable Dependiente

Creatividad

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN

La redacción del capítulo en el proyecto es en tiempo futuro.

Para realizar el trabajo investigativo de acuerdo al caso el investigador se sustentará en el paradigma socio crítico propositivo con enfoque cuanti cualitativo, cuantitativo porque los resultados de la investigación de campo serán sometidos a análisis numéricos con el apoyo de la estadística. Cualitativo porque estos resultados numéricos serán interpretados críticamente con el apoyo del marco teórico.

3.2 MODALIDADES DE LA INVESTIGACIÓN

Bibliográfica Documental

Porque la investigación acudirá a fuentes de investigación primaria a través de documentos válidos y confiables, así como también a información secundaria obtenida en libros, revistas, publicaciones, internet y otras, tiene el propósito de detectar ampliar y profundizar diferentes enfoques, teorías, conceptualizaciones y criterios de diversos autores..

De campo.

Esta modalidad de investigación involucra al investigador a acudir al lugar donde se producen los hechos para recabar información sobre las variables de estudio con la aplicación de técnicas e instrumentos de investigación.

De intervención social o proyectos factibles.

Porque el investigador luego de realizar el trabajo investigativo presentará una propuesta alternativa de solución al problema investigado.

3.3 NIVEL O TIPO INVESTIGACIÓN.

Asociación de variables

Porque el investigador permitirá el grado de relación entre las variables con los mismos sujetos sin un contexto determinado permite predicciones estructuradas y análisis de correlación entre las mismas.

Descriptivo

Es descriptivo porque clasifica elementos y estructuras, modelos de comportamientos según ciertos criterios, porque tiene interés de acción social, permite comparar entre dos o más fenómenos situaciones o estructuras.

3.4 POBLACIÓN MUESTRA

Las personas que participan en esta investigación son: la Directora del plantel, los docentes y los estudiantes.

POBLACION	FRECUENCIA
DIRECTORA	1
DOCENTES	7
ESTUDIANTES	32
TOTAL	40

Cuadro N° 1 Población y Muestra.

Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintaxig

3.5 Operacionalización de Variables

VARIABLE INDEPENDIENTE: Gimnasia cerebral

Conceptos	Dimensiones	Indicadores	Índices o ítems	Técnicas instrumentales
Es un conjunto de ejercicios mentales que coordinados y combinados estimulan y desarrollan las habilidades y capacidades cerebrales, los cuales aceleran el aprendizaje, la memoria, la concentración, y mejorar la creatividad así como las habilidades motrices y académicas	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios mentales coordinados • Desarrollan habilidades capacidades • Aceleran aprendizaje memoria concentración y creatividad 	<ul style="list-style-type: none"> • Adquisición de conocimientos • Formación de nuevas ideas y soluciones • Capacidad de atención de pensamiento, de sentimiento y acción. 	<p>¿En la clase tu maestra realiza ejercicios de gimnasia cerebral?</p> <p>¿Los ejercicios de gimnasia cerebral es parte del aprendizaje?</p> <p>¿Tu maestra antes de iniciar la nueva clase realiza ejercicios de gimnasia cerebral?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Encuesta • Cuestionario estructurado

Cuadro N° 2

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

VARIABLE DEPENDIENTE: Creatividad

Concepto	Dimensiones	Indicadores	Índices o ítems	Técnicas instrumentales
La creatividad es “crear de la nada”, y constituye una parte del intelecto humano, ya que tiene la capacidad para generar ideas u objetos valiosos	<ul style="list-style-type: none"> • Creación • Intelecto • Capacidad de generar ideas 	<ul style="list-style-type: none"> • Idear, construir partiendo de las propias capacidades • Entendimiento y la facultad de desarrollar, pensar del hombre • Pensar, entender desarrollar 	<p>¿Te gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad?</p> <p>¿Desarrollas tu creatividad al momento de aprender?</p> <p>¿En el aula de clases te gusta ser creativo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Encuesta • Cuestionario estructurado

Cuadro N° 3

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

3.6 RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN

Técnicas e instrumentos para la recolección de información

La entrevista es la conversación directa entre uno o varios entrevistadores y uno o varios entrevistados con el fin de obtener información vinculada al objeto de estudio. Hay diversas formas de establecer la relación entre entrevistador y entrevistado, puede originarse al solicitada por el informante; al ser requerida por el investigador o surgir en forma casual.

Es importante esta técnica porque efectivamente orienta y contribuye aún conocimiento profundo del objeto de estudio y al análisis de necesidades específicas, permite recoger información especializada. Es una técnica cualitativa, cuyo instrumento es la guía de la entrevista en la cual se formulan preguntas abiertas para obtener de la entrevistada respuesta amplia, se aplica a poblaciones pequeñas.

Encuesta

Es una técnica de recolección de información por la cual los informantes responden por escrito a preguntas entregadas por escrito el instrumento es el cuestionario estructurado con una serie de preguntas impresas sobre hechos y aspectos que interesan investigar se aplican a poblaciones grandes, el cuestionario sirve de enlace entre los objetivos de la investigación y la realidad estudiada, cuya finalidad es obtener de manera sistemática la información de la población investigada sobre cada una de las variables, es una técnica cuanti cualitativa.

Validez y confiabilidad

La validez de los instrumentos vendrá dada a través de la aplicación de juicios de expertos.

Mientras que la confiabilidad vendrá dada por la aplicación de una prueba piloto a una población pequeña que permitirá detectar errores y corregirlos a tiempo antes de su aplicación definitiva.

Plan para la aplicación de recolección de la información

PREGUNTA BÁSICA	EXPLICACIÓN
Para qué	Para alcanzar los objetivos de la información
De qué personas u objetos	Directora, docente, estudiantes
Sobre qué aspectos	Indicadores de las matrices
Quién	El investigador
Cuándo	Año 2012
Dónde	Escuela “Fabián Jaramillo Dávila”
Cuántas veces	Dos veces
Qué técnicas de recolección	Entrevista, encuesta
Con qué	Guía de la entrevista, cuestionario estructurado
En qué situación	Aulas

Cuadro N° 4. Plan de Recolección de datos

Elaborado por: Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

3.7 PLAN PARA EL PROCESAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

Los datos recogidos se transforman siguiendo ciertos procedimientos.

Revisión crítica de la información recogida; es decir limpieza de información defectuosa, contradictoria, incompleta, no pertinente.

Repetición de la recolección, en ciertos casos individuales para corregir fallas de contestación.

Tabulación o cuadros según variables de cada hipótesis; cuadros de una sola variable, cuadro con cruces de variables.

Manejo de información reajuste de cuadros con casillas vacías o con datos tan reducidos cuantitativamente que no influye significativamente en los análisis.

Estudio estadístico de datos para presentación de resultados.

Análisis e interpretación de resultados

Análisis de los resultados estadísticos destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis.

Interpretación de los resultados con apoyo del marco teórico en el aspecto pertinente, es decir atribuciones del significado científico a los resultados estadísticos manejando las categorías correspondientes del marco teórico.

Comprobación de hipótesis

Para la verificación estadística conviene seguir la asesoría de un especialista hay niveles de investigación que no requieren de hipótesis: explicativo y descriptivo. Si se verifica hipótesis entre asociación de variables y exploratorio.

Establecimiento de conclusiones y recomendaciones.

CAPITULO IV

4. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1 ENCUESTA APLICADA A ESTUDIANTES

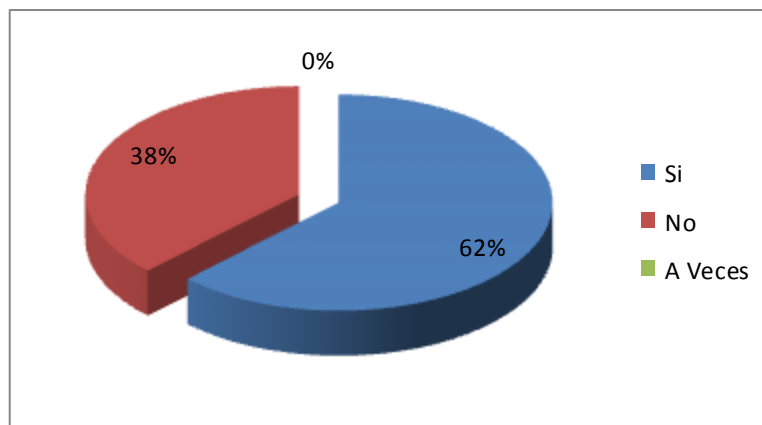
1. ¿En la clase tu maestra realiza ejercicios de gimnasia cerebral?

TABLA 1

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	62%
NO	12	38%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig

GRAFICO 5



Análisis: 20 estudiantes que representan el 62 % manifiestan que en la clase su maestra si realiza ejercicios de gimnasia cerebral, mientras que 12 estudiantes que equivalen al 38%, dicen que no.

Interpretación: Se considera que la maestra si realiza ejercicios de gimnasia cerebral en el aula, esta situación se comprueba en el trabajo directo en clase pero no se aplica en su totalidad para potenciar la creatividad del estudiante, ya que los estilos tradicionalistas aún se mantienen.

2. ¿Desarrolla tu maestra ejercicios de gimnasia cerebral en grupo?

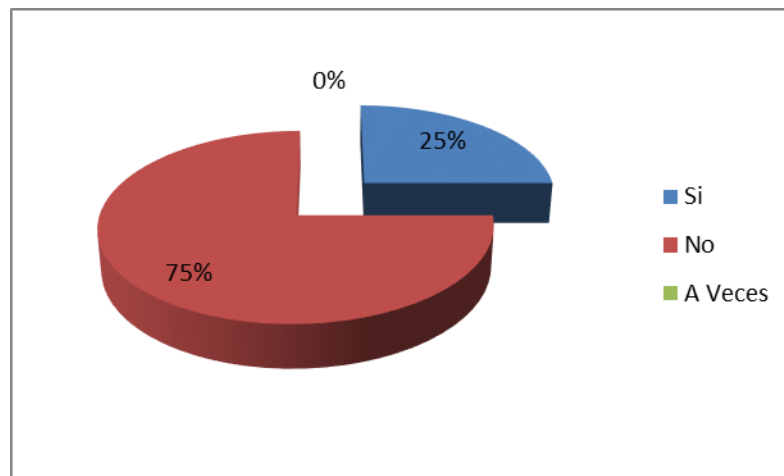
TABLA 2

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	25%
NO	24	75%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 6



Análisis: 8 estudiantes que equivale el 25 % manifiestan que la maestra si desarrolla ejercicios de gimnasia cerebral en grupo, mientras que 24 estudiantes que equivalen al 75%, dicen que no

Interpretación: Los niños escuestados manifiestan que su maestra no desarrolla ejercicios de gimnasia cerebral en grupo, esto significa que no esta conciente de la importancia que representa trabajar en grupo para desarrollar la creatividad en clase por lo tanto el docente tiene que innovar para motivar el interés del estudiante de acuerdo a las necesidades de los mismos.

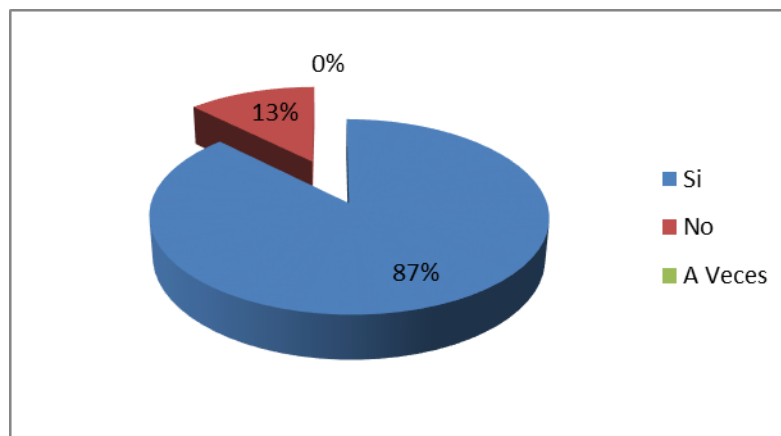
3. ¿Te gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad?

TABLA 3

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	28	87%
NO	4	13%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

GRAFICO 7



Análisis: 28 estudiantes que corresponden al 87 % manifiestan que si les gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad, y que de 4 estudiantes que representan el 13%, dicen que no

Interpretación: Una gran mayoría de los encuestados encuentran deleite en trabajar en el aula con ejercicios de gimnasia cerebral las mismas que de manera directa fortalecen la creatividad de los pequeños para una mejor enseñanza y no tener dificultades en el desarrollo del aprendizaje.

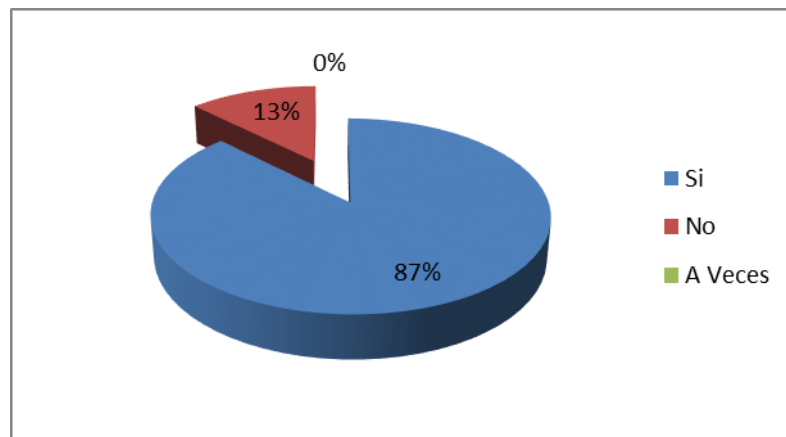
4. ¿Los ejercicios de gimnasia cerebral es parte del aprendizaje?

TABLA 4

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	28	87%
NO	4	13%
AVECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

GRAFICO 8



Análisis: 28 estudiantes que simbolizan el 87% manifiestan que los ejercicios de gimnasia cerebral si es parte del aprendizaje, mientras que 4 estudiantes que equivalen al 13%, dicen que no

Interpretación: De los datos observados se deduce que la mayor parte de encuestados consideran importante la gimnasia cerebral en el aprendizaje ya que estos al adquirirlos son duraderos y proporcionan al niño(a) conocimientos permanentes, ya que esta actividad es muy esencial y una necesidad significativa para los estudiantes porque les ayuda a comprender y potenciar el desarrollo de la creatividad.

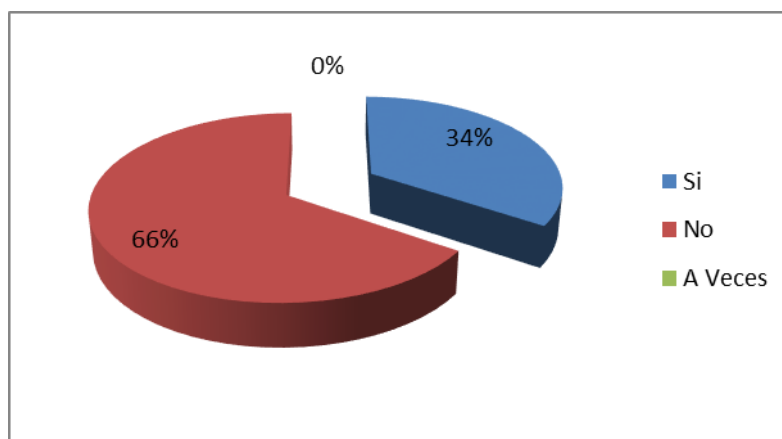
5. ¿La profesora para impartir conocimientos utiliza ejercicios de gimnasia cerebral en la creatividad?

TABLA 5

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	11	34%
NO	21	66%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

GRAFICO 9



Análisis: 11 estudiantes que representan el 34 % manifiestan que para impartir conocimientos si utilizan ejercicios de gimnasia cerebral en la creatividad, mientras que 21 estudiantes que equivalen al 66%, dicen que no

Interpretación: Como resultado se puede observar que los ejercicios de gimnasia cerebral no se utilizan en la creatividad para el mejoramiento de los aprendizajes significativos ya que al adquirirlos son duraderos y mejora la comprensión del estudiante ayudando definitivamente en la capacidad creativa e innovadora

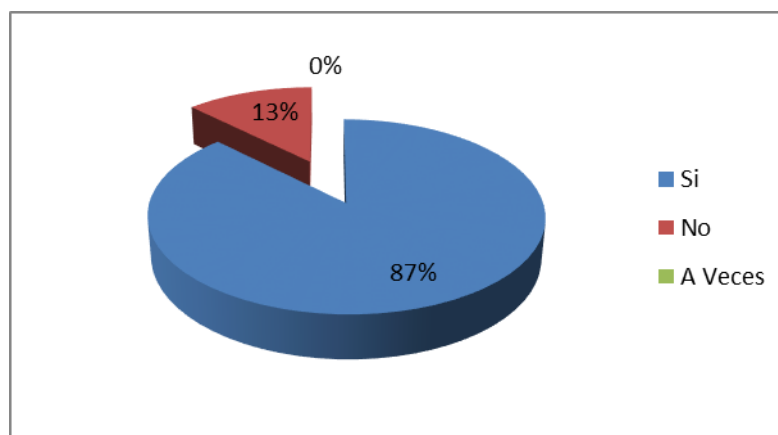
6. ¿Desarrollas tu creatividad al momento de aprender?

TABLA 6

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	28	87%
NO	4	13%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 10



Análisis: 28 estudiantes que equivale el 87 % manifiestan que si desarrollan su creatividad al momento de aprender, en tanto que 4 estudiantes que equivalen al 13%, dicen que no

Interpretación: De lo observado se puede manifestar que aquellos estudiantes que desarrollan su creatividad al momento de aprender seran mas agiles en el instante de captar aprendizajes nuevos, y su coeficiente intelectual aumentará de manera gradual por lo tanto un niño creativo es capaz de encontrar diferentes alternativas de solución a los problemas y tiene un mejor desempeño escolar.

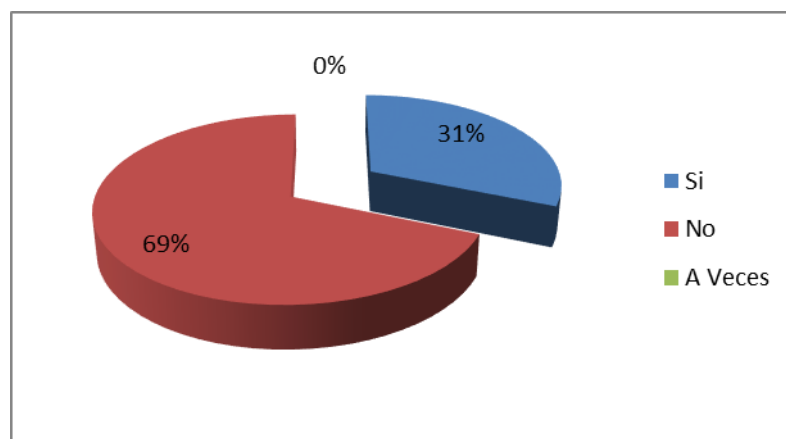
7. ¿Tu maestra antes de iniciar la nueva clase realiza ejercicios de gimnasia cerebral?

TABLA 7

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	10	31%
NO	22	69%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
 Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig

GRAFICO 11



Análisis: 10 estudiantes que representan el 31 % manifiestan que su maestra antes de iniciar la nueva clase si realiza ejercicios de gimnasia cerebral, mientras que 22 estudiantes que equivalen al 69%, dicen que no

Interpretación: De los datos observados se puede manifestar que la mayor parte de niños encuestados manifiestan que al empezar la clase no realizan ejercicios de gimnasia cerebral, ya que al aplicarlos aumentarían la creatividad y además tienen otros múltiples beneficios que ayudarían para estimular y desarrollar habilidades y así mejorar los aprendizajes significativos a quien los practica de manera permanente.

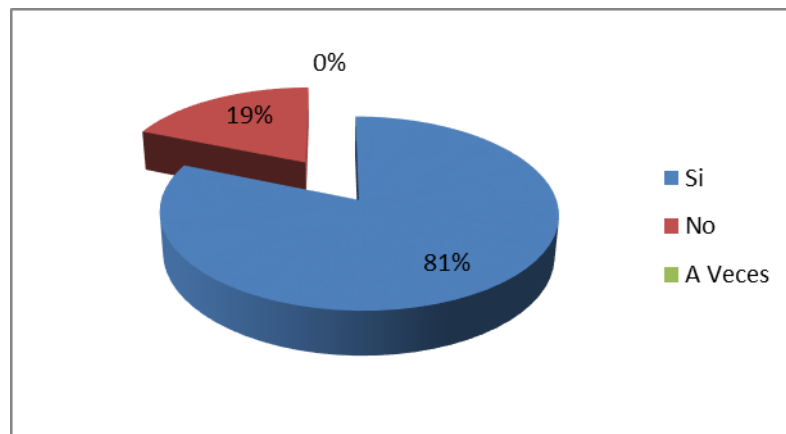
8. ¿Te gustaría que tu maestra siempre trabaje con ejercicios de gimnasia cerebral?

TABLA 8

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	26	81%
NO	6	19%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig

GRAFICO 12



Análisis: 26 estudiantes que equivale el 81% manifiestan que si les gustaria que su maestra siempre trabaje con ejercicios de gimnasia cerebral, y que de 6 estudiantes que equivalen al 19%, dicen que no

Interpretación: Después de lo observado un alto porcentaje considera que se debe aplicar ejercicios de gimnasia cerebral no solo aumenta la creatividad sino también que tiene otros múltiples beneficios que ayudan a mejorar los aprendizajes, a quien los practica ayuda a concentrarse y así preparar a los estudiantes para la incorporación de conocimientos que permita motivar el desarrollo cognitivo.

9. ¿En el aula de clases te gusta ser creativo?

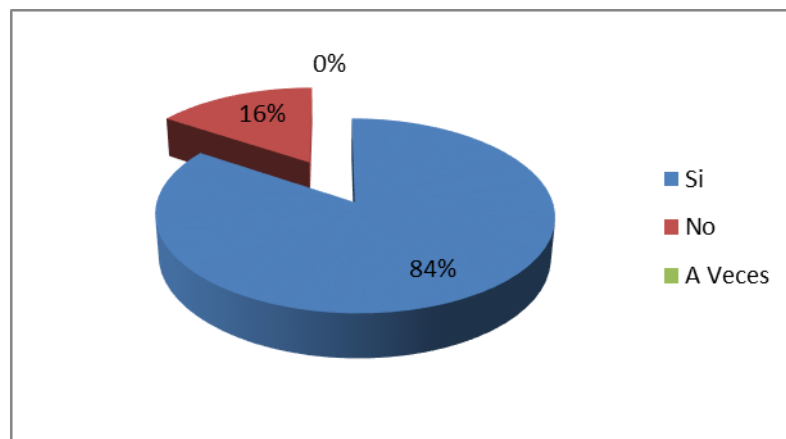
TABLA 9

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	27	84%
NO	5	16%
A VECES	0	0%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 13



Análisis: 27 estudiantes que simbolizan el 84% manifiestan que en el aula de clases si les gusta ser creativos, mientras que 5 estudiantes que equivalen al 16%, dicen que no

Interpretación: Lo datos nos demostraron que la mayor parte de niños les gusta ser creativos pero desconocen actividades sencillas que ayuden a potencializar la creatividad y así lograr un aprendizaje significativo. El docente debe innovar, progresar, avanzar para proporcionar a sus estudiantes una educación de calidad ya que la creatividad infantil es fundamental en el desarrollo y enseñanza del niño y debe ser estimulada.

10. ¿Te gustaría desarrollar tú creatividad?

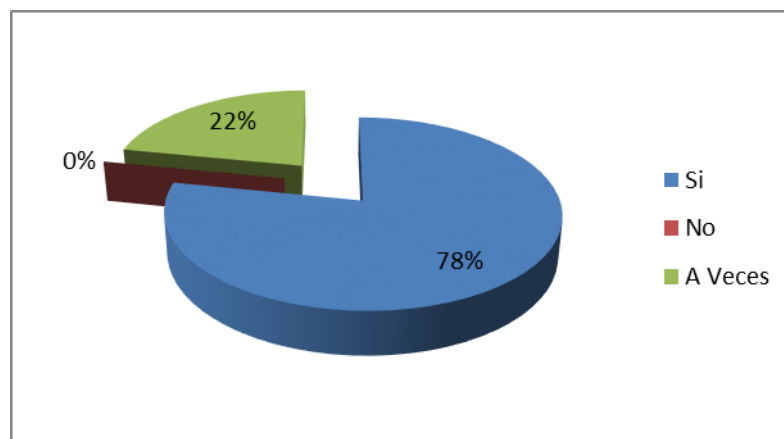
TABLA 10

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	25	78%
NO	0	0%
A VECES	7	22%
TOTAL	32	100%

Fuente: encuesta aplicada a los estudiantes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 14



Análisis: 31 estudiantes que corresponde el 97 % manifiestan que si les gusta desarrollar su creatividad, mientras que 1 estudiante que equivalen al 3%, dicen que no

Interpretación: En evidente el hecho de que la mayor parte de niños les gusta desarrollar la creatividad, ya que el aprendizaje es la base en la vida de un ser humano con los conocimientos y la mejor etapa para desarrollar es en la niñez y así lograr despertar nuevas destrezas y habilidades necesarias dentro del proceso diario de enseñanza.

4.2 ENCUESTA APLICADA A DOCENTES.

1. ¿Usted realiza ejercicios de gimnasia cerebral en clase?

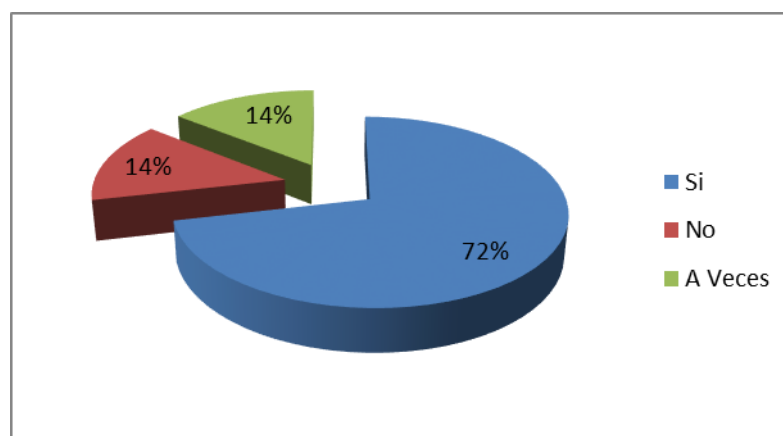
TABLA 11

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	72%
NO	1	14%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 15



Análisis: 5 docentes que representan el 71 % manifiestan que en la diferentes clase si realiza ejercicios de gimnasia cerebral, mientras que 1 docente que equivalen al 14 %, dicen que no; finalmente 1 docente, es decir, el 14 % menciona que a veces ejecuta ejercicios de gimnasia cerebral.

Interpretación: De acuerdo al análisis de los resultados se puede considerar que los docentes si realizan ejercicios de gimnasia cerebral en el aula, aplicada en cada una de las asignaturas, pero no se aplica en su totalidad para potenciar la creatividad y criticidad del estudiante.

2. ¿Usted Desarrolla ejercicios de gimnasia cerebral en grupo?

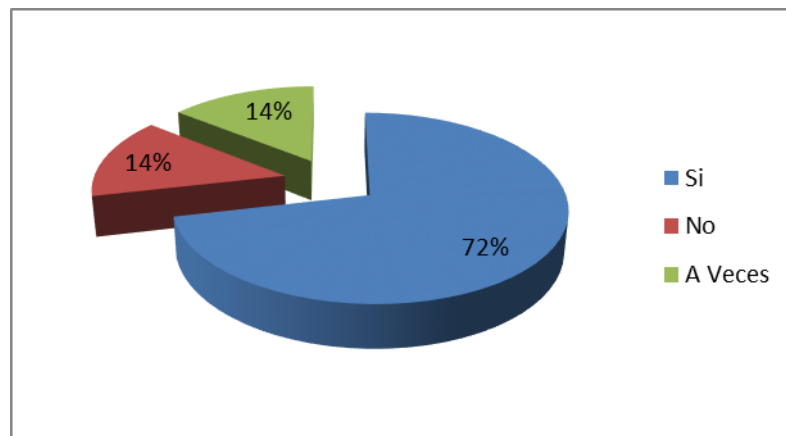
TABLA 12

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	72%
NO	1	14%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 16



Análisis: 5 docentes que representan el 71 % manifiestan que en la diferentes clase si realiza ejercicios de gimnasia cerebral, mientras que 1 docente que equivalen al 14 %, dicen que no; finalmente 1 docente, es decir, el 14 % menciona que a veces practica ejercicios de gimnasia cerebral en grupo.

Interpretación: De los docentes encuestados se puede manifiestar que la gran mayoría de maestros si desarrollan ejercicios de gimnasia cerebral en grupo, pues tienen plena conciencia de la importancia que representa trabajar el trabajo en grupo para desarrollar la creatividad de los estudiantes durante la trasmisión de los conocimientos en cada una de las asignaturas.

3. ¿Le gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad de sus estudiantes?

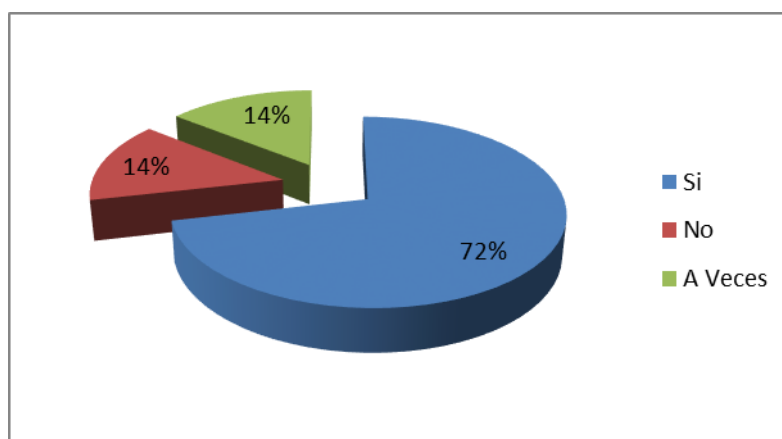
TABLA 13

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	72%
NO	1	14%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Sntaxi Suntasig

GRAFICO 17



Análisis: 25 docentes que representan el 71 % manifiestan que en la diferentes clase si realiza ejercicios de gimnasia cerebral, mientras que 1 docente que equivalen al 14 %, dicen que no; finalmente 1 docente, es decir, el 14 % menciona que a veces trabaja con ejercicios de gimnasia cerebral para desarrollar la creatividad.

Interpretación: Una gran mayoría de los docentes encuestados mencionan que les gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral, los mismos que de manera directa fortalecen la creatividad de los estudiantes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje; esto permite que no tengan dificultades en el desarrollo del aprendizajes significativos.

4. **¿Considera usted que los ejercicios de gimnasia cerebral es parte fundamental del proceso de aprendizaje?**

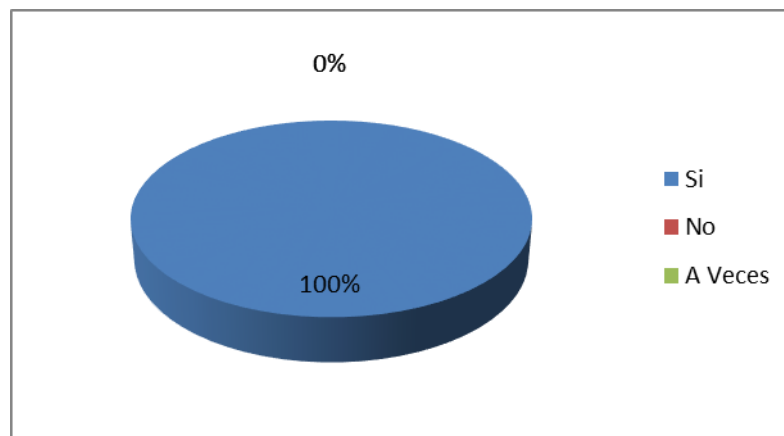
TABLA 14

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

GRAFICO 18



Análisis: Los 7 docentes encuestados que simbolizan el 100% manifiestan que los ejercicios de gimnasia cerebral son parte fundamental de los procesos del aprendizaje.

Interpretación: De los datos observados se deduce que todos los docentes encuestados consideran importante a los ejercicios de gimnasia cerebral dentro del proceso de aprendizaje, ya que dichos ejercicios ayudan a que los conocimientos adquiridos sean mucho más duraderos y proporcionan al niño(a) discernimientos permanentes.

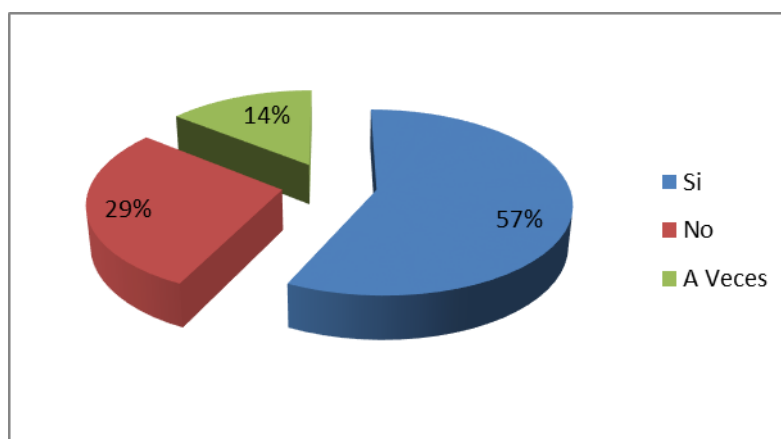
5. ¿Usted como docente utiliza ejercicios de gimnasia cerebral para desarrollo de la creatividad?

TABLA 15

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	57%
NO	2	29%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 19



Análisis: 4 docentes que representan el 57 % manifiestan que para desarrollar la creatividad si utilizan ejercicios de gimnasia cerebral, 2 docentes mencionan que no aplican estos ejercicios, y 1 docente esta de acuerdo que solamente a veces desarrolla la creatividad en base a ejercicios de gimnasia cerebral.

Interpretación: De acuerdo al análisis de los resultado obtenidos se puede observar que los ejercicios de gimnasia cerebral no se utilizan para el desarrollo de la creatividad para el mejoramiento de los aprendizajes significativos.

6. ¿Desarrolla la creatividad de sus estudiantes al momento de aprender?

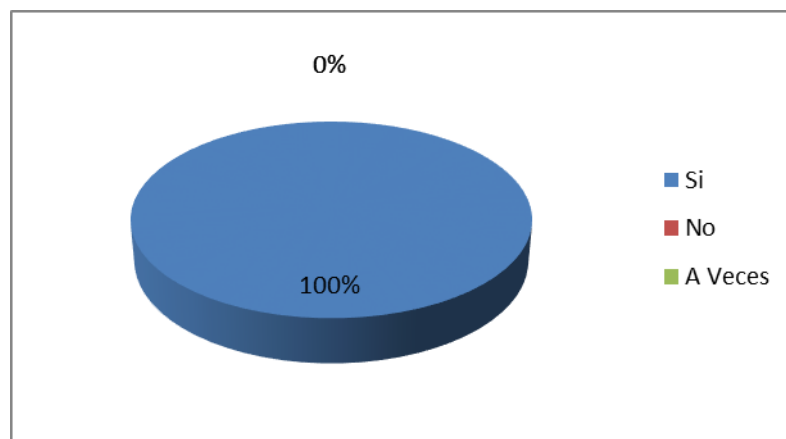
TABLA 16

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 20



Análisis: Los 7 docentes encuestados que simbolizan el 100% manifiestan que los ejercicios de gimnasia cerebral son parte fundamental para el desarrollo de la creatividad de sus estudiantes al momento de aprender cosas nuevas.

Interpretación: Observando los resultados del análisis se puede concluir que los estudiantes desarrollan su creatividad al momento de aprender algo nuevo e innovador, pues su mente se vuelve mucho más ágil, serán más ágiles, su coeficiente intelectual aumentará de manera gradual y tendrá un mejor rendimiento escolar.

7. ¿Antes de iniciar una nueva clase realiza ejercicios de gimnasia cerebral?

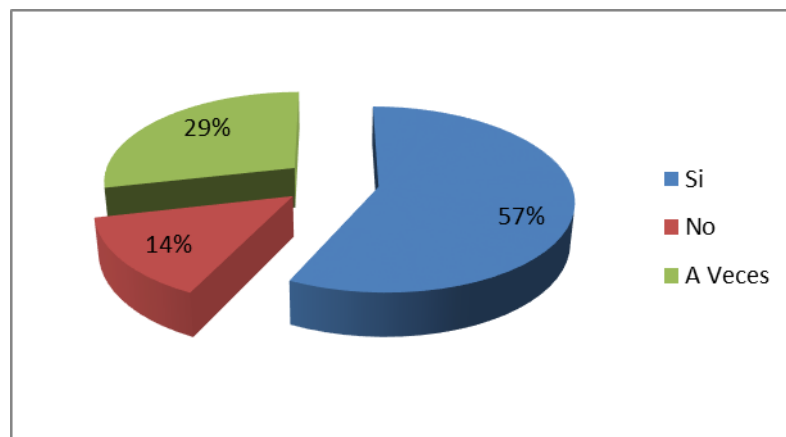
TABLA 17

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	4	57%
NO	1	14%
A VECES	2	29%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

GRAFICO 21



Análisis: 4 docentes que representan el 57 % manifiestan que si utilizan ejercicios de gimnasia cerebral antes de empezar una nueva tematica de clase, 1 docentes mencionan que no aplican dichos ejercicios, y 2 docentes esta de acuerdo que solamente a veces aplican ejercicios de gimnasia cerebral.

Interpretación: Los datos nos demuestran que una pequeña mayoría de docentes si realizan ejercicios de gimnasia cerebral antes de empezar una nueva tematica de clase, ya que al aplicar estos ejercicios aumentarían el interes y la atención de aprender una tematica nueva, además tienen otros multiples beneficios, estimular y desarrollar habilidades y destrezas mentales.

8. ¿Le gustaría asistir a cursos de capacitación para trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral?

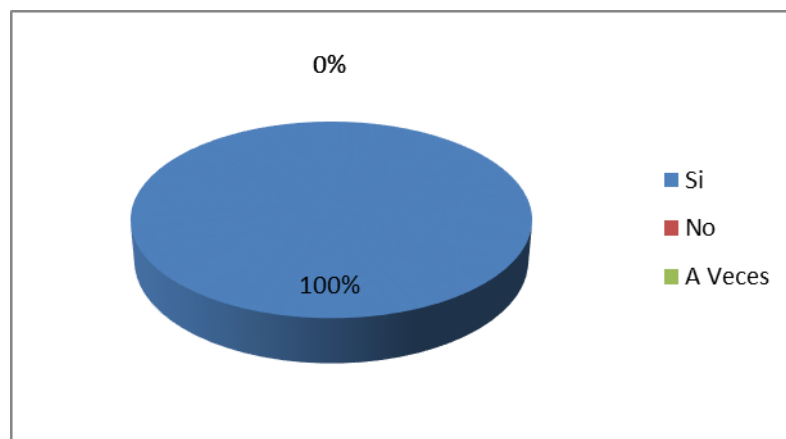
TABLA 18

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 22



Análisis: Los 7 docentes encuestados que simbolizan el 100% manifiestan que si desan recibir capacitación sobre ejercicios de gimnasia cerebral, para poder aplicarlos con sus estudiantes.

Interpretación: Se considera importante el interés de los docentes de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de recibir capacitaciones sobre la aplicación de ejercicios de gimnasia cerebral, ya que no solo aumenta la creatividad sino también que tiene otros múltiples beneficios, pues ayudan a mejorar el desarrollo cognitivo.

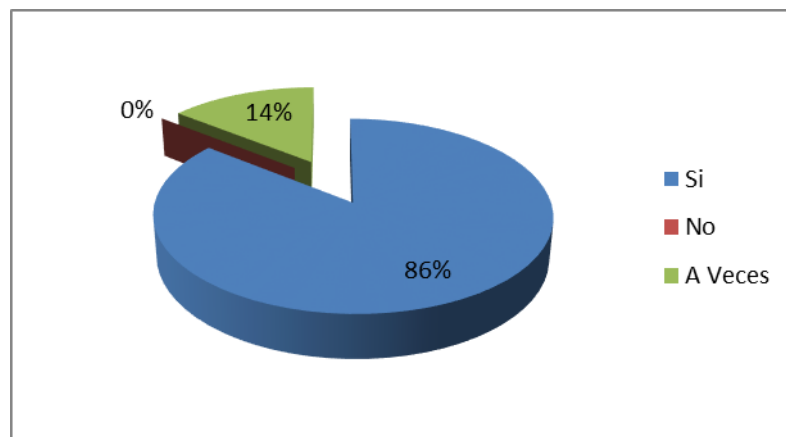
9. ¿Le gusta desarrollar la creatividad de sus estudiantes?

TABLA 19

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	6	86%
NO	0	0%
A VECES	1	14%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes
Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig

GRAFICO 23



Análisis: 6 docentes que representan el 86 % manifiestan que si tiene un gusto especial por desarrollar la creatividad de sus estudiantes, mientras que 1 docente, es decir, el 14 % esta de acuerdo que solamente ciertas veces desarrollan la creatividad.

Interpretación: De lo observado se puede manifestar que la mayor parte de docentes les gusta ser creativos pero desconocen actividades sencillas que ayuden a potencializar la creatividad de sus estudiantes, por tanto es imprescindible que el docente sea innovador, y así pueda proporcionar a sus estudiantes una educación de calidad ya que la creatividad es fundamental en el desarrollo y enseñanza del niño.

10. ¿Le gustaría recibir cursos de capacitación sobre creatividad?

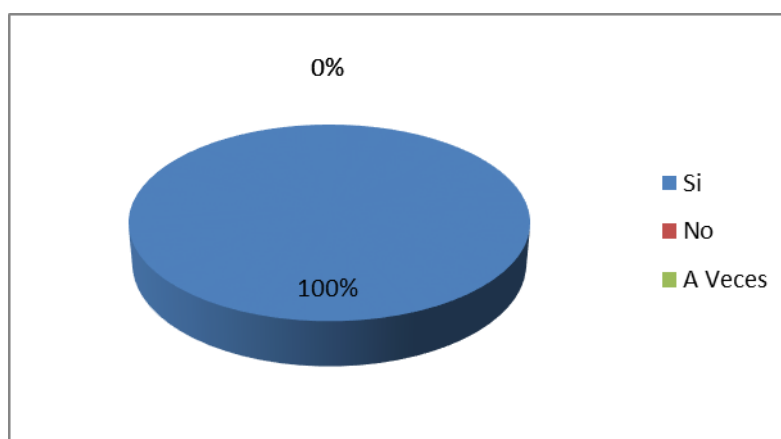
TABLA 20

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	7	100%
NO	0	0%
A VECES	0	0%
TOTAL	7	100%

Fuente: encuesta aplicada a los docentes

Elaborado por: Irma Elizabeth Suntasig Suntasig

GRAFICO 24



Análisis: Los 7 docentes encuestados que simbolizan el 100% manifiestan que si desean recibir capacitación sobre técnicas para desarrollar la creatividad, y poder aplicarlas con sus estudiantes.

Interpretación: De acuerdo al análisis de los resultados todos los docentes tienen la predisposición de realizar cursos de capacitación para desarrollar la creatividad en sus estudiantes, ya que el mundo actual va evolucionando muy rápido, a cada momento se dan nuevos avances científicos y tecnológicos en nuestra sociedad, por lo tanto es tiempo de empezar a ser creativos e innovadores.

4.3. VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS.

4.3.1. Prueba del Chi-Cuadrado.

A. Planteamiento de la Hipótesis

1. Modelo Lógico

H_0 . Los Ejercicios de Gimnasia Cerebral no inciden en el Desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.

H_1 . Los Ejercicios de Gimnasia Cerebral si inciden en el Desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.

2. Modelo Matemático

$$H_0 = O = E$$

$$H_1 = O \neq E$$

3. Modelo Estadístico

Fórmula:

$$X^2 = \sum \left[\frac{(O - E)^2}{E} \right]$$

X^2 = Chi o Ji cuadrado

\sum = Sumatoria.

O = Frecuencias Observadas.

E = Frecuencias Esperadas

B. Nivel de significación

Se utilizará el nivel $\alpha = 0,05$ y al 95% de confianza.

Para decidir sobre estas regiones primeramente determinamos los grados de libertad conociendo que el cuadro está formado por 2 filas y 3 columnas.

$$gl = (f-1).(c-1)$$

$$gl = (2-1).(3-1)$$

$$gl = 1 \times 2 = 2$$

$$X_t^2 = 5,99$$

Entonces con 2 gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla el valor de 5,99.

C. Zona de aceptación y rechazo.

Entonces con 2 gl y un nivel de 0,05 tenemos en la tabla de X^2 el valor de 5,99: Por consiguiente se acepta la hipótesis nula para todo valor de ji cuadrado que se encuentre hasta el valor 5,99 y se rechaza la hipótesis nula cuando los valores calculados son mayores a 5,99 y se acepta la hipótesis alternativa.

Se acepta H_1 si: $X_t^2 \leq 5,99$.

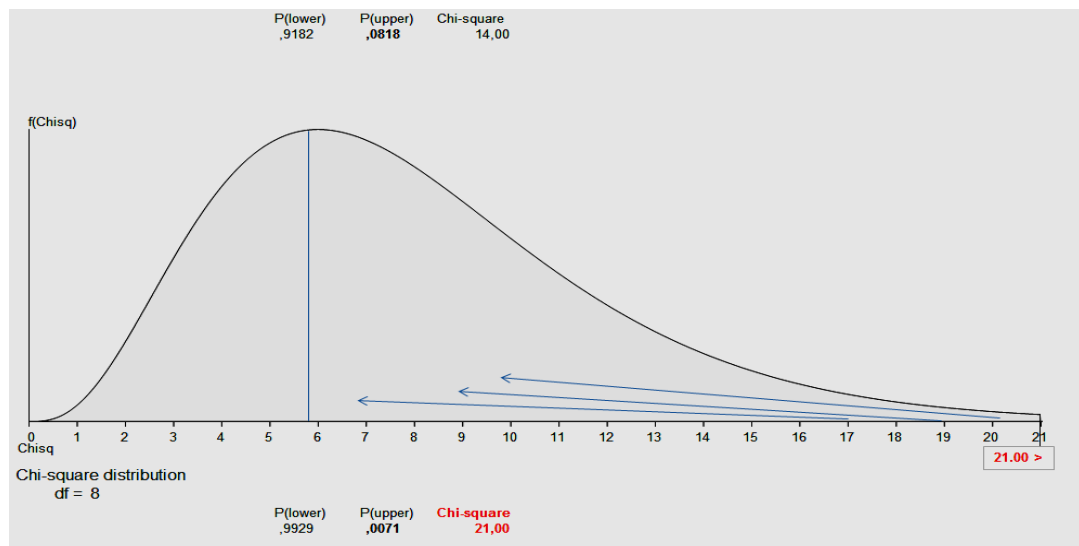


Gráfico 25 Campana de Gauss

Elaborado: Irma Elizabeth Suntaxi Suntasig

D. FRECUENCIAS OBSERVADAS

PREGUNTA	CATEGORÍAS			SUB TOTAL
	Si	No	A veces	
Estudiantes	211	102	7	320
Docentes	57	7	7	71
SUBTOTAL	268	109	14	391

Cuadro N° 5: Frecuencias Observadas
Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

E. FRECUENCIAS ESPERADAS

PREGUNTA	CATEGORÍAS			SUB TOTAL
	Si	A veces	Nunca	
Estudiantes	219,34	89,21	11,46	320
Docentes	48,66	19,79	2,54	71
SUBTOTAL	268	109	14	391

Cuadro N° 6: Frecuencias Esperadas
Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

F. CÁLCULO DEL JI-CUADRADO

O	E	O-E	(O-E) ²	(O-E) ² /E
213	219,34	-6,34	40,1956	0,18
102	89,21	12,79	163,5841	1,83
7	11,46	-4,46	19,8916	1,74
57	48,66	8,34	69,5556	1,43
7	19,79	-12,79	163,5841	8,27
7	2,54	4,46	19,8916	7,83
393	391			21,28

Tabla N° 21: Calculo del Ji-Cuadrado
Elaborado por: Irma Elizabeth Suintaxi Suintasig

4.3.2. Decisión Final

Para 2 grados de libertad a un nivel de 0,05 se obtiene en la tabla 5,99 y como el valor del ji-cuadrado calculado es **21.28** se encuentra fuera de la región de aceptación, entonces se rechaza la hipótesis nula por lo que se acepta la hipótesis alternativa que dice: **“Los Ejercicios de Gimnasia Cerebral si inciden en el Desarrollo de la creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila de la Parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha”**

Por tanto se comprueba la Hipótesis como verdadera.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

Después de realizar la investigación podemos concluir que:

- Una parte de docentes de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila” no utilizan ejercicios de gimnasia cerebral debido al desconocimiento del mismo, motivo por el cual no facilitan el desarrollo de la institución, así como en la creación de nuevas ideas o soluciones innovadoras ante cualquier tipo de problemas.
- A los estudiantes se les dificulta ser creativos debido a que los docentes no aplican estos ejercicios de gimnasia cerebral dentro del aula, limitando el desarrollo de la creatividad y las capacidades cognitivas.
- La creatividad, no solo se expresa en la destreza sino en todos los ámbitos del trabajo humano, no solo el científico y técnico, sino también en nuestra vida cotidiana, y de acuerdo a estos aspectos se puede decir que los niveles de creatividad de los niños/as de cuarto y quinto año de educación básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila son bajos y muy básicos para los niños de su edad.
- Una vez descubierta la influencia positiva de la gimnasia cerebral sobre la creatividad se puede palpar la necesidad de contar con una guía de ejercicios de gimnasia cerebral que ayude y apoye al aprendizaje significativo permitiendo de esta manera mejorar los niveles de creatividad y poder gozar de sus beneficios.

5.2. RECOMENDACIONES

- Capacitar a los docentes sobre la aplicación de ejercicios de gimnasia cerebral, ya que no solo aumentara la creatividad sino también que tiene otros múltiples beneficios, pues ayudan a mejorar el desarrollo cognitivo de los estudiantes y no tener dificultades en el aprendizaje.
- Se recomienda incorporar ejercicios de Gimnasia Cerebral en el aula requiere también de conocimientos previos que permitan una buena realización de los mismos, es necesario aplicarlo de manera permanente para que los resultados estén más visibles y puedan ser duraderos mejorando de esta manera los aprendizajes significativos del niño y facilitándole la resolución en problemas de su vida.
- Para una mejor obtención de resultados sugerir que se incorpore como una norma de la institución, para que los maestros utilicen esta propuesta, he influya de manera positiva en la formación integral de los niños/as, puesto que este trabajo es el resultado de una investigación acorde a la realidad de la escuela y reúne los conocimientos científicos sólidos para su aplicación y mejoren su creatividad en forma continua.
- La utilización de la guía creativa de ejercicios de Gimnasia Cerebral es necesaria, tener presente a quien se va a dirigir y con qué ejercicios se va a aplicar ya que existen ejercicios de acuerdo a cada edad y al nivel de aprendizaje y creatividad que el individuo posee; para que la aplicación de la misma tenga sobre las personas el resultado deseado.

CAPÍTULO VI

DISEÑO DE LA PROPUESTA

TEMA:

“Diseño de una Guía de Ejercicios de Gimnasia Cerebral para el Desarrollo de la Creatividad de los niños y niñas del cuarto y quinto año de Educación Básica de la escuela Fabián Jaramillo Dávila de la parroquia de San Pedro de Taboada del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.”

6.1 DATOS INFORMATIVOS:

Institución Ejecutora: Escuela “Fabián Jaramillo Dávila”

Beneficiarios: Personal Docente y Niños

Ubicación:

Provincia: Pichincha

Cantón: Rumiñahui

Parroquia: San Pedro de Taboada

Barrio: Fajardo

Calles: Duchicela y Puruhaes

Tiempo estimado para la ejecución: febrero del 2013

Equipo responsable: Srta. Elizabeth Suntaxi

Costo: 100 dólares

Número de niños: 32

Tipo de establecimiento: Fiscal

6.2 ANTECEDENTES DE LA PROPUESTA

Si se toma en cuenta que la gimnasia cerebral desarrolla la creatividad ya que son conjuntos de ejercicios coordinados y combinados potenciando y acelerando el proceso de aprendizaje favoreciendo el óptimo funcionamiento de los hemisferios cerebrales y mejorando la conexión entre el cerebro y el cuerpo, a través del movimiento, logrando armonía entre aspectos emocionales, físicos y mentales.

En este sentido los ejercicios de gimnasia cerebral crean una red neuronal más fuerte, motivadora y efectiva, esto significa que la programación de nuestro cerebro puede cambiar y más allá de esto implica un descubrimiento maravilloso: jamás dejamos de crear conexiones neuronales, al contrario a lo que se pensaba anteriormente. El cerebro solo muere cuando no se le utiliza. De lo contrario, una persona puede seguir desarrollándolo hasta el final de su vida.

Tiene como objetivo fundamental ser una herramienta de trabajo que permita diseñar situaciones de enseñanza – aprendizaje encaminado a potenciar valores que fomenten la creatividad y dinamismo y logren mejorar su rendimiento escolar.

6.3 JUSTIFICACIÓN

El desarrollo de la creatividad en la educación básica debe estar matizado de elementos que puedan transferir el aprendizaje significativo en la práctica cotidiana, tratando de establecer el nexo entre lo que se enseña en el aula de clase y cómo el niño adquiere este tipo de conocimiento y de su transferencia a otras situaciones de la vida donde se demande tal conceptualización, la gimnasia cerebral, son ejercicios que el niño puede utilizar para desarrollar su propio criterio al respecto, es esencial en el proceso de aprendizaje, es importante que el docente pueda trabajar en esta transferencia dentro del aula de clase, sin dejar de lado la interiorización de contenidos, esto implica una preparación adicional del pedagogo, que sin lugar a dudas no la tiene adquirida por diversos motivos que en este momento no son relevantes, ante esta deficiencia o dificultad, se propone trabajar con los ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad

en una edad y estado de desarrollo determinado, es decir orientado a niños del cuarto y quinto año de educación general básica que comprende edades de nueve y diez años aproximadamente.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1 OBJETIVO GENERAL:

Diseñar una guía de ejercicios de gimnasia cerebral mediante la elaboración de talleres prácticos para que el docente desarrolle la creatividad de los niños/as de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila.

6.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Socializar la importancia de los ejercicios de gimnasia cerebral dentro del desarrollo creativo de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila, de la parroquia de San Pedro de Taboada, del cantón Rumiñahui, provincia de Pichincha.
2. Ejecutar algunos de los ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad en el aprendizaje de las distintas áreas y su aplicación en el aula de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila, de la Parroquia de San Pedro de Taboada, del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.
3. Evaluar la incidencia de los ejercicios de gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad de los niños de la Escuela Fabián Jaramillo Dávila, de la Parroquia de San Pedro de Taboada, del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha.

6.5 ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD:

Factibilidad Técnica:

Dentro de los aspectos que hacen que esta propuesta sea viable y de correcta aplicación, es en primer lugar la predisposición de los directivos de Escuela Fabián Jaramillo Dávila, de la Parroquia de San Pedro de Taboada, del Cantón Rumiñahui, Provincia de Pichincha en brindar el apoyo en relación a la utilización de la infraestructura institucional, como también el tiempo que demande la aplicación de esta propuesta.

Factibilidad Operativa:

En segundo lugar, la viabilización de esta propuesta se justifica por los acuerdos legales que se explicitan en el marco teórico de este trabajo de tesis, los mismos tienen un único fin que es el de formar de manera eficiente al estudiante sin descuidar los factores afectivos que involucran su correcto desarrollo.

6.6 FUNDAMENTACIÓN

La Gimnasia Cerebral es un conjunto de ejercicios que coordinados y combinados estimulan y desarrollan las habilidades y capacidades cerebrales, potenciando y acelerando el proceso de aprendizaje; apoya y nutre los desplegamientos de las destrezas e inteligencias innatas del ser.

Como en un músculo, desarrolla las neuronas, las mantiene activas y receptivas, permitiendo una mayor efectividad de la conexión entre ellas.

El **Movimiento** es una parte indispensable del aprendizaje integral y del pensamiento. Cada movimiento se convierte en un enlace vital para el aprendizaje y para el proceso cerebral. La gimnasia cerebral facilita la elaboración de redes nerviosas, su conexión y su reactivación a través del cuerpo para estimular directamente el cerebro, integrando tanto la mente como el cuerpo en la gran aventura de aprender.

Sistema de Aprendizaje basado en la aplicación, en educación, de métodos Kinesiológicos del doctor Paul Dennison, y la activación cerebral de la doctora Le Poncin, conjuntamente con el Modelo de Desarrollo de las Inteligencias y Valores del doctor Domínguez, denominado CREÁTICA, los cuales persiguen desarrollar mayores capacidades visuales, auditivas y kinestésicas, aprendiendo técnicas de respiración y relajación que permiten desbloquear las energías, activar las neuronas, mejorar las funciones cognitivas y emocionales para ejercitar la plasticidad cerebral, reforzar la memoria y vivir con plena consciencia y vitalidad a través del desarrollo de un programa diseñado sobre orientaciones de la medicina Occidental y la antigua sabiduría de Oriente, logrando un verdadero aprendizaje acelerado.

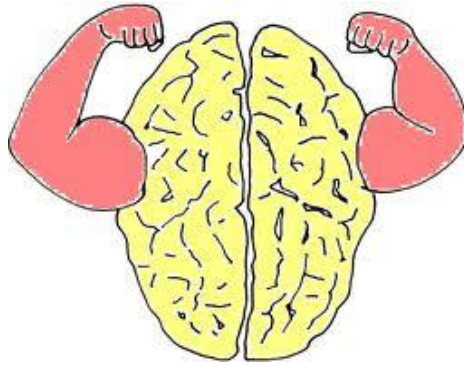
La Gimnasia Mental, entonces, es un manual que contiene estrategias, ejercicios, herramientas para desarrollar e incrementar tu creatividad de una manera efectiva y divertida. Sin embargo, debo señalar que este proceso productivo funciona con esfuerzo y atención. El cerebro no se cansa, sigue trabajando aun cuando estemos dormidos.

La creatividad es una de las capacidades más importantes y útiles del ser humano porque es aquella que le permite, justamente, crear nuevas cosas e inventar nuevas cosas a partir de lo que ya existe en el mundo. Si tenemos en cuenta que el ser humano se caracteriza por adaptar la naturaleza y lo que lo rodea a sus necesidades, comprenderemos por qué entonces en esto es central la creatividad: la capacidad de pensar en algo nuevo y mejor es lo que hace que la sociedad y la civilización humana avance en definitiva hacia nuevas y mejores formas.

La creatividad se basa siempre en una idea abstracta y no concreta que puede estar inspirada por cosas, objetos o situaciones ya existentes. Así, la creatividad supone trabajar con lo que ya poseemos a nuestra disposición pero transformarlo (en mayor o menor medida) para crear con eso algo completamente nuevo. La creatividad es, a la vez, una proyección abstracta de algo que se puede llegar a

construir, por lo cual siempre implica un ejercicio de mirar hacia un futuro a través de ese elemento que se crea.

Es por esto que la creatividad es un rasgo esencial de la persona y si bien hay algunas personalidades que pueden tener un sentido de la creatividad más desarrollado que otras, todos en algún modo somos capaces de crear y de inventar nuevas cosas, ideas o reflexiones tomando en cuenta el bagaje cultural ya existente.



**“GUÍA DE EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL PARA
EL DESARROLLO DE LA CREATIVIDAD EN NIÑOS/AS DE
CUARTO Y QUINTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL
BÁSICA DE LA ESCUELA FABIÁN JARAMILLO DÁVILA,
DE LA PARROQUIA DE SAN PEDRO DE TABOADA, DEL
CANTÓN RUMIÑAHUI, PROVINCIA DE PICHINCHA”**



GIMNASIA CEREBRAL

La gimnasia cerebral te ayuda a lograr la comunicación entre tu cerebro y tu cuerpo.

La Gimnasia Cerebral nos da respuestas prácticas y sencillas para equilibrar los efectos de la tensión y alcanzar un estado óptimo - estar en forma - para aprender, pensar y concentrarnos en cualquier momento y en cualquier lugar.

Es una serie de movimientos corporales sencillos diseñados que activan o interconectan ambos hemisferios del cerebro, logrando condiciones óptimas para realizar cualquier cosa que quieras hacer y te ayuda a lograr la comunicación entre tu cuerpo y tu cerebro, lo que significa eliminar de tu organismo estrés y tensiones al mover la energía bloqueada y permitiendo que la energía fluya fácilmente por el complejo mente-cuerpo y también para mejorar la comunicación con otras personas, superando limitaciones psicológicas, hábitos o miedos a realizar algo que nos sentimos incapaces de realizar, es importante precisar que la gimnasia se utiliza para personas no solo con problemas de aprendizaje o síndromes cerebrales orgánicos, sino también en aquellas personas que desean prevenir su deterioro, elevando su calidad de vida.

La Gimnasia Cerebral es muy necesaria en la actualidad ya que vivimos tiempos y sociedades que operan demasiado desde el hemisferio izquierdo del cerebro, y nuestra cultura, sistemas educativos, lugares de trabajo y actitudes nos exigen terminantemente tener más logros para poder competir. Se espera que analicemos, seamos lógicos, racionales, midamos, juzguemos y clasifiquemos para ser organizados y eficientes. Todas éstas son las cualidades del hemisferio izquierdo del cerebro, y por supuesto que son válidas; sin embargo, sin cualidades más juguetonas y expansivas que los contrarresten, las funciones igual de importantes del hemisferio derecho que equilibran a las del izquierdo pueden estar totalmente desbalanceadas y conducir a los problemas tan conocidos en la modernidad. De hecho, muchas de las tensiones y ansiedades surgen en personas que tienen literalmente bloqueadas las funciones de alguno de los hemisferios cerebrales. Ve

el mundo que nos rodea y date cuenta del número de personas que están fuera de equilibrio y no están conscientes de ello. Mucha gente está cada día más y más tensa, más crítica y atada a los reglamentos, y repite los mismos hábitos y pensamientos, o es hipersensible, distraída e incapaz de organizar su tiempo o de terminar las cosas que empieza... no necesitan ser así. La Gimnasia Cerebral las ayuda a desbloquearse, a usar más flexiblemente su mente.

"El movimiento es la puerta de entrada al aprendizaje".

BENEFICIOS DE LA GIMNASIA CEREBRAL

- Integración de los hemisferios cerebrales.
- Activa el funcionamiento cuerpo-mente
- Alerta el sistema nervioso.
- Acelera el aprendizaje.
- Disminuye el estrés.
- Estimula la creatividad
- Mejora la concentración y coordinación mente-cuerpo.
- Mejora el nivel de razonamiento-fluidez verbal.
- Relaja los músculos de manos, brazos, hombros, pie, piernas.
- Integra el consciente y el inconsciente.
- Permite tener una mejor percepción del mundo a través de los sentidos.
- Ayuda a corregir el área sensorio-motora y el sentido de dirección.
- Refuerza aspectos como: Lateralidad, motricidad fina, relaciones espaciales e integración de emociones para el aprendizaje.
- Mejora las habilidades verbales para la comunicación.
- Mejora la lectura mental, su comprensión, el deletreo, velocidad al leer, creatividad al escribir.

- Mejora las matemáticas.
- Incrementa la autoestima y la motivación.

EJERCICIOS DE GIMNASIA CEREBRAL

MARCHA O GATEO CRUZADO



Es considerado el calentamiento cerebral ideal, se lo realiza al ritmo de la música, coordinando el movimiento de manera que al mover un brazo, la pierna del lado opuesto del cuerpo se mueve al mismo tiempo.

Una vez realizado el ejercicio básico se lo puede realizar con las siguientes variantes:

- Manteniéndose en un mismo lugar.
- Sentados moviendo el brazo y la pierna opuesta al mismo tiempo
- Moviéndonos hacia delante, a los lados y hacia atrás
- Moviéndose libremente por el lugar que el estudiante considere
- Moviendo los ojos en todas las direcciones
- Con los ojos cerrados e imitando que se está nadando (mejora el equilibrio)
- Para los niños pequeños se puede utilizar adhesivos de colores para ayudarles (tienen que unir la pierna y brazo que tienen el adhesivo del mismo color).

- Con mayor dominio de la marcha cruzada se incorporará cruce utilizando rodillas, tobillos, codos.

Activa el cerebro para:

- Mejora la visión binocular, ambos ojos a la vez
- Movimiento de los ojos izquierda a derecha

Aplicaciones académicas:

- Lectura: Codificación y decodificación
- Habilidades para escuchar
- Matemáticas (cálculo)
- Mecanismos de ortografía (deletreo) y escritura

Postura y comportamiento:

- Mejora la coordinación izquierda-derecha.
- Mejora la coordinación y conciencia espacial
- Mejora la visión y audición.

EL OCHO PEREZOSO



Permite cruzar la línea media visual, activando ambos ojos e integrando los campos visuales derecho e izquierdo.

Se lo realiza de la siguiente manera

1. Buscando la posición más confortable y tratando de incluir el campo visual total y la extensión de ambos brazos(o de acuerdo a las

necesidades del estudiante), colocar el dedo pulgar a la altura del punto medio entre los ojos

2. Se procede a dibujar un ocho recostado o el símbolo de infinito, del punto central hacia la izquierda (movimiento contrario al de las manecillas del reloj) encima y alrededor se regresa al punto central y se continúa a la derecha arriba alrededor, da la vuelta y regresa al punto inicial.
3. Mientras realiza el ocho perezoso lento, la cabeza se mueve ligeramente y el cuello permanece relajado.
4. Se realiza el ejercicio tres veces con cada mano por separado y después con las dos al mismo tiempo.

Variaciones:

- Mientras se trabaja el ocho se puede trabajar lateralidad, diciendo mientras lo realiza arriba, izquierda, abajo, derecha,
- Realizarlo con los ojos cerrados.
- Tararear una melodía mientras trabaja el ocho perezoso
- Se los puede hacer sobre el aire o sobre superficies como papel, arena, pizarra.
- Hacerlos en distintos tamaños desde el más grande en el aire al más pequeño en el pupitre para que lo relacione con la escritura.

Activa el cerebro para:

- Refuerza la visión binocular y periférica y la capacidad de los ojos para funcionar al unísono.
- Mejora la coordinación ocular muscular (especialmente para la lectura)

Aplicaciones académicas

- Comprensión (memoria asociativa a largo plazo) y mecánica (movimiento ojos izquierda a derecha) de la lectura.
- Discriminación de los símbolos
- Relajación del músculo ocular durante la lectura

Postura y comportamiento:

- Relajación de ojos, cuello y hombros mientras se enfoca
- Mejoramiento de la capacidad para centrarse, equilibrio y coordinación

DOBLE GARABATEO



Se lo realiza de la siguiente manera:

1. Dibujando con ambas manos al mismo tiempo, hacia adentro y afuera, arriba y abajo, como si la una mano se está reflejando en un espejo.

Este ejercicio puede resultar muy divertido y se puede utilizar varias alternativas:

- Al inicio se le permitirá al niño realizar libremente garabatos con ambas manos.
- Se procurará evitar la tensión y rigidez, utilizar inicialmente grandes movimientos en superficies amplias
- Se irá cambiando de una superficie amplia a una más pequeña con papeles pegado al pupitre o al piso.
- Utilizar varias alternativas para los trazos como tiza, pintura, marcadores, crayones.
- Se puede realizar garabateos dobles en el aire imitando la marcación de un director de orquesta y utilizando música adecuada al movimiento, variando el movimiento de los dedos y uniéndolos indistintamente pulgar-índice.

- Para liberar tensiones se realizará garabateos dobles en el aire con los hombros, muñecas, pies.
- Se puede hacer garabateos cuádruples: pies y manos al mismo tiempo.

Activa el cerebro para:

- Coordinación mano-ojo en diferentes campos visuales
- Conciencia espacial y discriminación visual

Aplicaciones académicas:

- Seguimiento de instrucciones
- Decodificación y codificación de símbolos escritos.
- Escritura, ortografía y matemáticas

Postura y Comportamiento

- Mejoramiento de la visión periférica
- Conciencia del cuerpo, coordinación y especialización de manos y ojos
- Mejoramiento de habilidades deportivas y habilidades de movimiento.

EL OCHO ALFABÉTICO

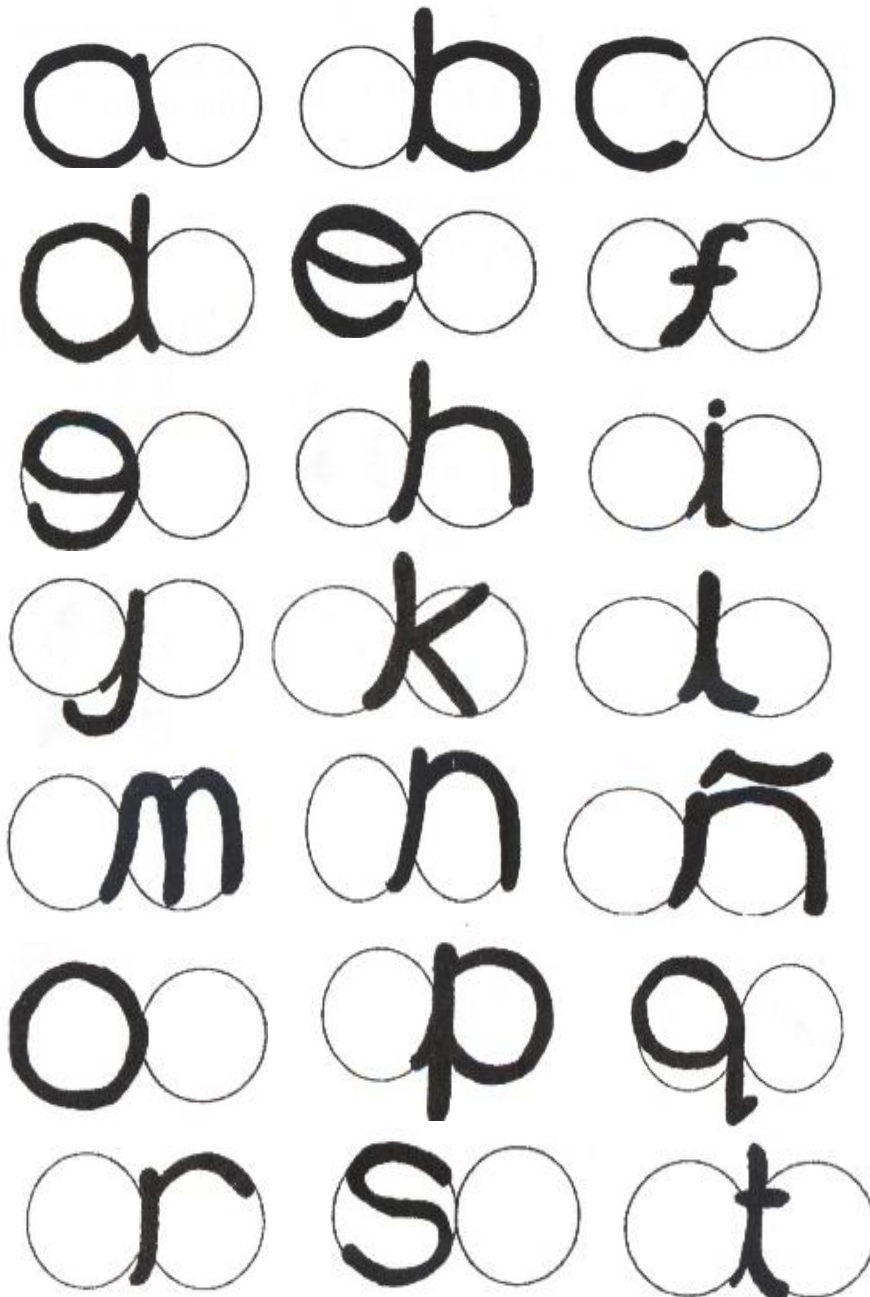
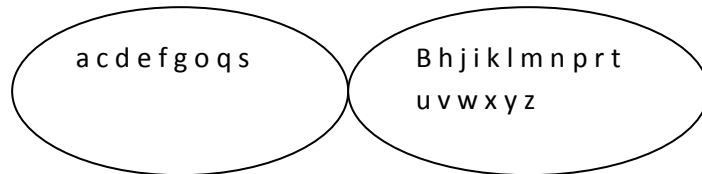


Es una variante del ocho perezoso para escribir las letras del alfabeto en minúscula. Integra movimientos involucrados en la formación de éstas letras, permitiendo al que escribe que cruce la línea media visual sin confusión. Para realizar el ocho alfabético se toma en cuenta:

1. Realizar un calentamiento con ocho perezoso.
2. Se realizar primero a gran escala en el pizarrón o en el aire.

3. Hay que tomar en cuenta que las letras del campo visual izquierdo comienzan en la línea central y se mueven arriba, alrededor y abajo, y las del campo visual derecho abajo, arriba y alrededor

Las letras están ubicadas de la siguiente manera:





Activa el cerebro para:

- Coordinación ojo mano.
- Reconocimiento y discriminación de símbolos.

Aptitudes académicas:

- Ortografía, escritura, escuchar, lectura y comprensión

Postura y comportamiento:

- Relajación de ojos, cuello, hombros y muñecas durante la escritura.
- Mejoramiento de concentración mientras se escribe

EL ELEFANTE



Está basado en la gracia y equilibrio de los elefantes, este ejercicio activa el oído interno mejorando el balance y equilibrio e integra el cerebro para escuchar con ambos oídos. En el ejercicio el torso, la cabeza, el brazo y la mano que señala

trabaja como una unidad única. Esta unidad se mueve trazando un ocho perezoso distante e imaginario, enfocando los ojos más allá de la mano. Se puede realizar este ejercicio con las siguientes sugerencias:

- Mostrar al estudiante donde debe pintar el ocho antes de comenzar.
- El estudiante deberá estar de pie con las rodillas cómodamente flexionadas.
- No debe realizar movimientos corporales bruscos, se debe revisar la soltura del movimiento de cabeza antes y después del ejercicio.
- Si los ojos están procesando correctamente la mano parecerá como si fuera doble.
- Para que no despegue la cabeza del hombro colocar una hoja de papel entre ellos.
- Se puede hacer el elefante sentado.

Actividades para el cerebro:

- Memoria a corto y largo plazo.
- Integración de la visión, audición y movimiento de todo el cuerpo.
- Capacidad de funcionar los ojos al mismo tiempo.

Aptitudes académicas

- Comprensión al escuchar.
- Deletreo
- Matemática: memoria de secuencias.

Postura y comportamiento

- Habilidad para voltear la cabeza hacia la derecha e izquierda.
- Mantener el cuello relajado mientras se enfoca.
- Activación del oído interno.

GIROS O ROTACIÓN DEL CUELLO



Permite relajar el cuello y liberarlo de tensiones producidas por la dificultad de cruzar la línea media visual.

Si se realiza antes de la lectura y escritura refuerza la visión binocular y la audición binaural

El ejercicio se realiza de la siguiente manera:

1. El estudiante deja rotar la cabeza lentamente de lado a lado como si fuera un balón pesado, mientras respira profundamente, encogiendo los hombros.
2. Al girar la cabeza la barbilla no debe sobrepasar la clavícula.
3. Tomar en cuenta los puntos más tensos del cuello y mantener la cabeza en esa posición, respirando profundamente hasta que el cuello se relaje.
4. Pensar que la cabeza se despega del cuerpo.
5. Se lo realiza primero con los ojos cerrados y luego hay que hacerlo con los ojos abiertos.

Activa el cerebro para:

- Habilidad para leer y escribir en el campo central
- Centrarse y concentrarse.
- Relajamiento del sistema nervioso central.

Aptitudes académicas:

- Lectura oral

- Lectura silenciosa, habilidades de estudio
- Dicción y lenguaje

Postura y comportamiento:

- Mejoramiento de la respiración
- Mejoramiento de la relajación.

LA MECEDORA



Relaja la parte baja de la espalda, al hacer masajes en los gemelos y en los grupos de músculos de los glúteos, estimulando los nervios de la cadera cansados por permanecer mucho tiempo sentados, además estimula la circulación del líquido cerebroespinal y el sistema puede trabajar más eficientemente. Se realiza de la siguiente manera:

1. Sentados sobre el suelo, inclinarse hacia atrás, apoyarse en las manos, masajear las caderas y las piernas balanceándolas hacia atrás, adelante, en círculos.
2. Hay que cuidar el coxis del estudiante por lo que es necesario realizar la mecedora sobre una superficie suave, utilizará las manos y antebrazos como soporte.
3. Se puede variar el ejercicio trabajando sobre una silla subiendo, bajando y meciendo las piernas.

Activa el cerebro para:

- Aptitudes para el estudio.
- Centrarse y para trabajar en el campo medio.
- Atención y comprensión.

Aptitudes académicas

- Operación de máquinas: computadoras, automóviles.

Postura y comportamiento.

- Habilidades para sentarse acomodado en una silla.
- Rodillas no bloqueada
- Coordinación mejor del cuerpo total.

RESPIRACIÓN ABDOMINAL



Esta respiración permitirá expandir el diafragma, abasteciendo de suficiente oxígeno a cerebro. Para realizar la respiración hay que seguir los siguientes pasos:

1. El estudiante inhala por la nariz y se envía el aire al diafragma, y realiza una exhalación larga, liberada por cortas exhalaciones que inicialmente limpia los pulmones. Después se realizará la exhalación también por la nariz.
2. Para comprobar que la respiración se la está haciendo correctamente se coloca la mano en la parte baja del abdomen, observando que se levanta cuando se inhala y baja cuando se exhala.

3. Inhalar a la cuenta de tres, mantener el aire en tres y exhalar en tres, se puede alternar valores en cada etapa de la respiración.

Se puede realizar con las siguientes variantes:

- Recostados y colocando un libro sobre el diafragma.
- Recostados en parejas, un estudiante recostado respira, mientras el otro controla que su respiración se está dirigiendo al diafragma.
- Caminar y respirar al mismo tiempo.

Activa el cerebro para:

- Concentrarse y conectarse.
- Relajación del sistema nervioso central.
- Ritmos craneales.

Aplicaciones académicas:

- Lectura (codificación y decodificación)
- Lectura en voz alta.

Postura y comportamiento:

- Eleva el nivel de energía.
- Respiración diafragmática.
- Aumenta la duración de la atención

MARCHA O GATEO CRUZADO EN EL SUELO



Fortalece los músculos abdominales, relaja la parte baja de la espalda y activa la integración de los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho. Se lo realiza de la siguiente manera:

1. El estudiante se coloca en una superficie suave se imagina que va pedaleando una bicicleta mientras toca el codo a la rodilla opuesta
2. Se debe imaginar que una x conecta la cadera y los hombros.

Activa el cerebro para:

- Integración izquierda – derecha
- Concentración

Aplicaciones académicas:

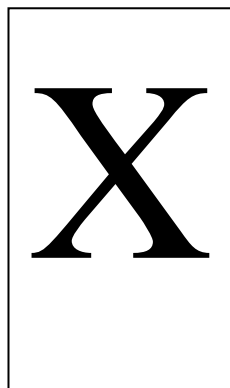
- Lectura (codificación y decodificación)
- Habilidades para escuchar
- Matemáticas
- Mecanismos de ortografía y escritura.

Postura y comportamiento.

- Refuerzo de músculos abdominales.
- Columna vertebral lumbar fuerte y relajada
- Capacidad para mover por separados el diafragma y los músculos del abdomen.

MIRA UNA “X”

La X representa el patrón de la organización cerebral para cruzar la línea media central, el cerebro completo aprende a través de movimientos a trabajar cooperativamente haciendo que ambos lados estén disponibles para procesos tanto respectivos como expresivos.



La X servirá para recordar al estudiante que pueden responder óptimamente al mirarla. Se puede colocar tarjetas con X en lugares oportunos para que el estudiante las observe.

Activa el cerebro para:

- Visión binocular y centralizada.
- Escuchar.
- Coordinación de todo el cuerpo.

Aplicaciones académicas

- Escritura
- Organización para matemáticas o deletreo.

Comportamiento y postura

- Refuerza la concentración y la atención
- Coordinación mejorada para el movimiento.
- Mejora la capacidad de planificar y establecer prioridades.

ACTIVIDADES PARA UN APRENDIZAJE ACELERADO.

Varias alternativas fáciles se presentan para preparar al estudiante antes de iniciar clase o simplemente se quiere mantener activo el sistema neuronal, permitiendo que los hemisferios se comuniquen:

1. Usar el reloj en cada mano alternadamente, en períodos de tiempo (cada semana, cada tres días)
2. Comer con las dos manos alternadamente, una semana con la derecha y otra semana con la izquierda

Se sugiere también ejercicios fáciles como

Con las manos:

1. Cruzar el dedo pulgar de la mano derecha con el índice de la izquierda y viceversa.
2. Subir y bajar las manos mientras cruza los dedos

Con los pies:

1. Utilizando un ritmo adecuado caminar cruzando los pies

EL ABECEDARIO COORDINADO

Es un ejercicio que corrige el área sensorio-motora y el sentido de la dirección, coordinación entre vista oído y sensación, alerta el cerebro, y promueve la integración entre consciente e inconsciente.

En este ejercicio se dice las letras del abecedario en voz alta y se ejecuta la consigna correspondiente a cada letra.

BD: Brazo Derecho

BI: Brazo Izquierdo

BJ: Brazos Juntos

CD: Cabeza Derecha

CI: Cabeza Izquierda

PD: Pierna Derecha

PI: Pierna Izquierda

Para realizar este ejercicio es necesario tener un cartel con el abecedario coordinado y pegarlo a la pared a la altura de su campo visual mientras se encuentra de pie.

ABECEDARIO COORDINADO

A

BD

B

BI

C

BJ

D

CI

E

CD

F

PI

G

PD

H

CD

I

PI

J

PI

K

BJ

L

CI

M

PD

N

CD

O

BI

P

BJ

Q

BJ

R

CD

S

PD

T

CI

U

CI

V

BJ

X

CD

Y

PD

Z

BJ

ACTIVIDADES DE ESTIRAMIENTO

Estas actividades ayudan asumir una postura de avance que permita llegar al objetivo. Estos ejercicios permiten liberar al cuerpo y sus músculos que se encuentran contraídos (reacción automática del cuerpo ante el peligro y las adversidades, o por malas posturas), para que trabajen libremente y sin bloqueos.

Son de gran ayuda especialmente cuando se van a realizar actividades relacionadas con el lenguaje y la escritura..

Se parecen a los ejercicios de estiramiento y calentamiento muscular de los deportistas o bailarines.

EL BUHO



Este ejercicio busca relajar pequeñas tensiones que se producen en el cuello y hombros después de leer un buen rato, cuando se sostiene un libro pesado, por la coordinación de los ojos y la sub-vocalización durante la lectura. El ejercicio se realiza de la siguiente manera:

1. Se ubica al estudiante de pies, apretar el hombro derecho con la mano izquierda.
2. Respirar y girar la cabeza desde el centro hacia la izquierda y luego a la derecha, manteniendo la barbilla elevada.
3. Exhalar mientras se mueve la cabeza.
4. Después con la cabeza inclinada hacia delante para liberar la tensión de la parte posterior de los músculos.
5. Se repite luego el búho presionando el otro hombro.
6. Se puede pronunciar muy fuerte la palabra bu al final de la exhalación, para mayor liberación de tensión.

Activa el cerebro para:

- Discurso silencioso y habilidad para pensar.
- Mejora la respiración
- Memoria a corto y largo plazo
- Integración visual y auditiva con movimiento total del cuerpo.

Aptitudes académicas.

- Comprensión al escuchar
- Expresión oral
- Ortografía (codificar y decodificar)
- Cálculo matemático

- Trabajo con computadoras u otra clase de teclado.

Actitud y comportamiento.

- Habilidad para girar la cabeza.
- Fortalecimiento de los músculos del cuello.
- Relajación del cuello

ACTIVACIÓN DEL BRAZO



Este movimiento mejora la letra y ayuda a deletrear. Estimula los músculos de la parte superior de pecho y hombros. Ayuda al control muscular para motricidad fina y gruesa. Este ejercicio se lo realiza de la siguiente manera:

1. Ubicar el brazo levantado cerca de la oreja.
2. Expirar suavemente mientras se activa los músculos del brazo.
3. Empujar el brazo con la mano opuesta en cuatro direcciones: adelante, atrás, adentro y afuera.

4. Al terminar el ejercicio, se debe rotar o sacudir los hombros, notando relajación.
5. Luego se hace con el otro brazo.
6. Se lo puede hacer de pie, sentado o acostado

Activa el cerebro para:

- Coordinación de la mano – ojo y manipulación de herramientas.
- Uso abierto del diafragma, mejora la respiración.
- Ayuda a relajar posturas rígidas.

Aplicaciones académicas:

- Caligrafía y escritura cursiva.
- Ortografía
- Deletreo

Postura y comportamiento

- Aumenta el tiempo de la concentración en trabajos escritos.
- Mejora la respiración y relaja la actitud.
- Relaja los dedos que se tensionan al escribir.

FLEXIÓN DEL PIE



Ayuda a conectar rápidamente la zona del lenguaje del cerebro. Permite eliminar la tensión que se produce en los tendones de los pies y de la parte inferior de la pierna. Este ejercicio se lo realiza de la siguiente manera:

1. Sentado ubicar un tobillo sobre la otra rodilla.
2. Colocar las yemas de los dedos en el principio y final del área del músculo del talón y masajear.
3. Luego en los músculos de la pantorrilla y por detrás de la rodilla, uno a la vez.
4. Mientras masajeamos apuntar y doblar lentamente el pie
5. Se repite el ejercicio con el otro pie.

Activa el cerebro para:

- Integración anterior y posterior del cerebro.
- Expresión oral y habilidades del lenguaje

Aptitudes académicas:

- Habilidad para desarrollar y completar las tareas.
- Comprensión auditiva.

Postura y comportamiento:

- Prolongación de la atención.
- Aumento de la capacidad de comunicación y respuesta.

BOMBEO DE PANTORRILLA



Ayuda para estar más listo para moverte. Es óptimo utilizarlo cuando los estudiantes se sienten confundidos en la clase. Este ejercicio se lo realiza de la siguiente manera:

1. Ubicar al estudiante frente a una pared y apoyar las manos en ella.
2. Colocar un pie detrás del otro, e inclinarse hacia delante exhalando, con la rodilla delantera flexionada y el talón en el piso.
3. Bajar del talón que esta por detrás suavemente.
4. Relajarse, levantar el talón y respirar profundamente.
5. Repetir tres veces con pantorrilla.
6. Se puede variar utilizando un escalón para estirar más el tendón.

Activa el cerebro para:

- Sentido de equilibrio y coordinación.
- Auto confianza y concentración.

Aplicaciones Pedagógicas:

- Comprensión de la lectura y al escuchar.
- Habilidad para terminar las actividades.

Actitud y comportamiento:

- Prolongación del período de atención.
- Posturas relajadas después de pasar mucho tiempo sentados.

BALANCEO DE GRAVEDAD



Este movimiento se utiliza para equilibrar y relajar la tensión en la cadera y pelvis, descubriendo posiciones cómodas para estar de pie y sentado. Los pasos de este ejercicio son:

1. Sentado cruzar los tobillos y manteniendo las rodillas sueltas.
2. Inclinarsse hacia delante con la cabeza mirando hacia abajo y estirando los brazos como queriendo alcanzar algo al frente.
3. Se exhala en el momento en que se inclina hacia abajo y hacia delante.
4. Se inhala cuando se levanta los brazos
5. Se repite tres veces y después se cambia de pierna.
6. Cuando se domine el ejercicio se lo puede hacer con los ojos cerrados.

Activa el cerebro para:

- Sentido de equilibrio y coordinación.
- Aumento de la atención visual.

Aplicaciones pedagógicas:

- Comprensión de la lectura.
- Cálculo mental.

Postura y comportamiento:

- Las partes superior e inferior del cuerpo se mueven como un todo unificado

TOMA A TIERRA



Ayuda a enfocar la energía en la actividad que se va a realizar. Este ejercicio lo practicamos de la siguiente manera:

1. De pie colocar las piernas cómodamente separadas y respirar profundamente.
2. Apuntar con el pie derecho hacia la derecha, mientras que el pie izquierdo debe apuntar hacia delante.
3. Doblar la rodilla derecha mientras va soltando el aire, luego inhalar al enderezar la rodilla derecha nuevamente.
4. Mantener las caderas derechas para fortalecer los músculos de la misma.
5. Realizarlo tres veces y repetirlos con el lado izquierdo.

Activa el cerebro para:

- Relajación total del cuerpo.
- Conciencia espacial.
- Concentración y organización.

Aplicaciones académicas:

- Memoria a largo plazo.
- Almacenamiento de la memoria a corto plazo.
- Auto expresión.

Postura y comportamiento:

- Mayor estabilidad y equilibrio.
- Actitud más conectada y relajada.

MOVIMIENTOS DE ENERGIA

Estos movimientos facilitan el flujo de energía electromagnética a través del cuerpo, ayudando a reestablecer las conexiones neurológicas entre el cuerpo y el cerebro.

Además estos movimientos de energía, ofrecen un estímulo equilibrado a los canales cerebrales superiores para desarrollar habilidades de motricidad fina y un nuevo aprendizaje.

Estos movimientos han llegado de la teoría de acupuntura oriental.

AGUA

El agua es un excelente conductor de la energía eléctrica, por ello todas las acciones del cerebro y del sistema nervioso dependen de esta conductividad. Se recomienda tomar en cuenta las siguientes sugerencias:

- El estrés psicológico agota el contenido de agua del cuerpo.
- El agua se absorbe mejor a temperatura ambiente.
- El trabajo con equipos electrónicos, puede producir pérdida de agua.

Todas las actividades académicas mejoran con una correcta hidratación.

BOTONES DEL CEREBRO



Se los activa especialmente antes de leer o usar los ojos. Para activar los botones del cerebro se realiza lo siguiente:

1. Colocar una mano sobre el ombligo(masajeando los puntos hacia la derecha e izquierda de éste) y la otra masajea fuertemente debajo de la clavícula a los dos lados de esternón
2. Masajear por veinte o treinta segundos o hasta que se aflojen un poco.
3. Estos botones pueden ser débiles al inicio, con la práctica se irán potenciando.
4. Mientras se masajea se puede imaginar un pincel en la nariz que pinta una mariposa como un ocho perezoso en el cielo raso o sencillamente trazo una línea recta donde se junta la pared con el techo.

Activa el cerebro para:

- Envía mensajes desde el hemisferio derecho del cerebro al lado izquierdo del cuerpo y viceversa.
- Estimulación de la arteria carótida para el incremento de provisión sanguínea al cerebro.

Aptitudes pedagógicas:

- Corrección de reversiones de letras y números.
- Mantener el sitio donde se está leyendo

Postura y comportamiento:

- Equilibrio corporal izquierdo – derecho.
- Alivia el estrés visual, estrabismo y mirada fija.

BOTONES DE TIERRA



Ayudan a facilitar los cálculos. Los botones de tierra se los activa de la siguiente manera:

- Colocar dos dedos en el mentón, mientras que la palma de la otra mano descansa sobre el ombligo (o en el reborde superior del hueso púbico) con las yemas de los dedos apuntando hacia abajo.
- Presionar los botones por unos treinta segundos o más y se puede hacer cuatro a seis respiraciones completas.
- Se puede cambiar las manos para activar ambos lados del cerebro.
- Se puede mirar hacia abajo para conectarse a la tierra o hacia un punto determinado a la distancia para desarrollar habilidades visuales de cerca y lejos.

Activa el cerebro para:

- Concentración

Aplicaciones pedagógicas:

- Leer sin desorientarse.
- Cálculos matemáticos.

Postura y comportamiento:

- Agudeza mental.
- Alivia comportamiento hiperactivos

BOTONES DE EQUILIBRIO



Mantienen el cuerpo relajado y la mente alerta. Aportan un equilibrio en las tres dimensiones: izquierda – derecha, arriba – abajo, y delantero – posterior. Para activar los botones de equilibrio se realiza los siguientes pasos:

1. Colocar los dos dedos en la hendidura de la base del cráneo junto a la oreja, mientras que la otra mano colocamos sobre el ombligo.
2. Respirando profundamente.
3. Se presiona por treinta segundos a un minuto y se cambia de lado.
4. Se puede hacer de pie, sentado o acostado.

Activa el cerebro para:

- Toma de decisiones, concentración y pensamiento asociativo.

Aplicaciones pedagógicas:

- Leer entre líneas.
- Ortografía y matemáticas.
- Criticidad.

Postura y comportamiento:

- Actitud abierta y receptiva.
- Sensación de bienestar.

BOTONES DE ESPACIO



Ayudan aclarar la mente para la toma de decisiones rápidas en el desarrollo de las actividades. Estos botones se activan de la siguiente manera:

1. Colocar dos dedos arriba del labio superior y en el mentón, mientras que la otra mano descansa sobre el cóccix.
2. Masajear por un minuto, mientras miramos hacia abajo y luego hacia arriba varias veces.
3. Pasado el minuto cambiar de mano.

Activa el cerebro para:

- Contacto visual más estable.
- Relajación del sistema nervioso central.

Aplicaciones pedagógicas:

- Mantener el renglón de lectura.
- Habilidad para enfocarse en una tarea.
- Aumento de interés y motivación.

Postura y comportamiento:

- Capacidad para volver a intentar con intuición
- Aumento del período de atención (alivia el comportamiento hiperactivo)

BOSTEZO DE ENERGIA



Ayuda a equilibrar los huesos del cráneo y relaja la tensión en la cabeza y mandíbula. Este bostezo de energía se lo realiza de la siguiente manera:

1. Colocar las yemas de los dedos de las dos manos en cualquier punto tenso de las mandíbulas.
2. Emitir un sonido profundo como si se bostezará.
3. Repetir ésta actividad de tres a seis veces.

Activa el cerebro para:

- Relajación de todo el cerebro.
- Refuerzo de la comunicación verbal y expresiva.

Aplicaciones Pedagógicas:

- Escritura creativa.
- Lectura en voz alta.
- Hablar en público canto y música.

Postura y comportamiento:

- Profundiza la resonancia de la voz.
- Visión relajada (estimula la lubricación de los ojos)

SOMBRERO DE PENSAR.



Ayuda escuchar el sonido de la propia voz cuando se habla o canta. El sombrero de pensar se lo realiza de la siguiente manera:

1. Se dobla las orejas suavemente hacia atrás, tres veces desde arriba hacia abajo.
2. Se debe hacer sombreros de pensamiento conjuntamente con el bostezo energético.
3. Se sugiere realizar el ejercicio mientras se repasa una lista ortográfica de palabras.

Activa el cerebro para:

- Escuchar la propia voz
- Lenguaje silencioso y habilidad de pensar.
- Activa el oído interno y el sentido del equilibrio.

Aplicaciones pedagógicas

- Comprensión al escuchar.
- Hablar en público, cantar y tocar un instrumento musical.
- Deletrear.

Postura y comportamiento

- Aumento de la resonancia de la voz
- Mayor rango de audición.

ACTITUDES DE PROFUNDIZACIÓN

GANCHOS DE COOK



Los ganchos se los utiliza cuando se siente triste, confundido o enojado Se los realiza de la siguiente manera:

1. Colocar el tobillo izquierdo sobre la rodilla derecha
2. Enganchar la mano derecha en el tobillo izquierda.
3. Poner la mano izquierda en la planta del pie izquierdo.
4. Permanecer en esta posición por un minuto, respirando profundo con los ojos cerrados y la lengua contra el paladar de la boca.
5. Descruzar las piernas juntar las yemas de los dedos de ambas manos y respirar profundo durante otro minuto.
6. Extender los brazos hacia delante, cruzando la muñeca izquierda sobre la derecha.
7. Entrelazar los dedos y acercar las manos al pecho.
8. Se puede cerrar los ojos, respirar profundo y relajarse por un minuto.(opcional presionar la lengua contra el paladar en la inhalación y relajarla en la exhalación)

Activa el cerebro para:

- Aumento de la atención.
- Concentración emocional.

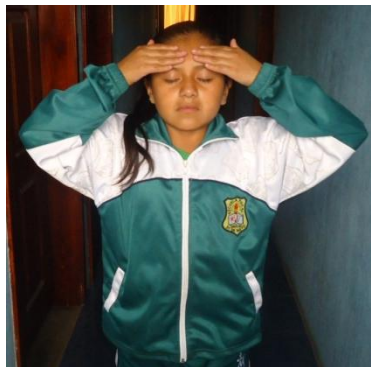
Aplicaciones pedagógicas

- Claridad en escuchar y hablar
- Presentación de exámenes y retos similares.
- Trabajo en teclados.

Postura y comportamiento

- Mejora el autoestima, el equilibrio y la coordinación

PUNTOS POSITIVOS



Ayudan cuando la persona se encuentra nerviosa o asustada. Se encuentran en las prominencias frontales, en un punto medio entre la línea de nacimiento del cabello y las cejas.

Este puntos puede activarlos la misma persona, otra persona o en equipos. Se los activa de la siguiente manera:

1. Pedir al alumno que piense algo que le gustaría recordar cerrando los ojos.
2. Ubicar las yemas de los dedos en los puntos positivos y masajearlos.

Activa el cerebro para:

- Relajación del reflejo de actuar sin pensar cuando se está en situación de estrés.

Aptitudes pedagógicas.

- Liberación de bloqueos de memoria.
- Ortografía, matemáticas y ciencias sociales.

Postura y comportamiento

- Habilidades de organización y estudio
- Desempeño en los exámenes.

6.7 METODOLOGÍA (Modelo Operativo)

FASE O ETAPA	METAS	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
Socialización	Socializar a los docentes y estudiantes acerca de la necesidad de utilizar la guía sobre ejercicios de gimnasia cerebral para desarrollar la creatividad	Realizar reuniones con autoridades del plantel, docentes y estudiantes Formar equipos de trabajo	Salón de sesiones. Computadora Infocus Documentos de apoyo	Autoridades Docentes Estudiantes Autora de la propuesta (Investigadora) Otros	1 día laborable
Planificación	Determinar y aplicar estrategias que sean motivadoras para los estudiantes, que permitan mejorar la creatividad y el proceso de aprendizaje significativo	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de fotocopias con los temas: • Marcha o gateo cruzado • El ocho perezoso • Doble garabateo • El elefante • Giros o rotación de cuello 	Fotocopias Lápiz Colores	Estudiantes Autora de la propuesta (investigadora)	1 día laborable

		<ul style="list-style-type: none"> • La mecedora • Respiración abdominal 			
Ejecución	Aplicar la guía de ejercicios de acuerdo a los lineamientos propuestos por la investigadora	Desarrollar y aplicar la guía de ejercicios	Grabadora Documentos de apoyo Materiales de oficina aula	Investigadora	2 días laborables
Evaluación	Determinar la incidencia de la guía de ejercicios en los docentes y estudiantes	Aplicar la guía con ejercicios de gimnasia cerebral Recopilar experiencias Elaborar un informe	Útiles de oficina.	Investigadora	1 día laborable

Tabla N° 22

Elaborado: Elizabeth Suntaxi

Descripción de la Propuesta

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	FECHA DE EJECUCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> - Marcha o gateo cruzado -El ocho perezoso -Doble garabateo -El ocho alfabético -El elefante -Giros o rotación del cuello 	<ul style="list-style-type: none"> -Mejorar la coordinación y conciencia espacial -Utilizar para una mejor capacidad para centrarse, equilibrio y relajación -Mejorar la concentración mientras se escribe -Activar el oído interno. 	<ul style="list-style-type: none"> -Coordinar y mover brazo y pierna -Activar ambos ojos e integrando los campos visuales derecho e izquierdo. -Realizar primero a gran escala en el pizarrón o en el aire. -Utilizar el torso, la cabeza, el brazo y la mano que señala trabaja como una unidad única. -Girar la cabeza la barbilla no debe sobrepasar la clavícula 	<ul style="list-style-type: none"> Grabadora CD Colchoneta Cartulina Marcadores 	<ul style="list-style-type: none"> Elizabeth Sntaxi Estudiantes Otros 	4 de febrero
-La mecedora	-Ayudar a coordinar el	-Relajando la parte baja	Grabadora	Elizabeth Sntaxi	

<p>-Respiración abdominal</p> <p>-Marcha o gateo cruzado en el suelo</p> <p>-Mirar una X</p> <p>-El abecedario coordinado</p> <p>-El búho</p>	<p>cuerpo total, atención y comprensión, concentración</p> <p>-Activar la integración izquierda – derecha de los hemisferios cerebrales</p> <p>-Corregir el área sensorio-motora y el sentido de la dirección, coordinación entre vista oído y sensación, alerta el cerebro.</p> <p>-Mejorar la integración visual y auditiva con movimiento total del cuerpo.</p>	<p>de la espalda, hacer masajes músculos de los glúteos</p> <p>-Caminar y respirar al mismo tiempo permitirá abastecer de suficiente oxígeno al cerebro</p> <p>-El estudiante se coloca en una superficie suave se imagina que va pedaleando una bicicleta mientras toca el codo a la rodilla opuesta</p> <p>-Colocar tarjetas con X en lugares oportunos para que el estudiante las observe.</p> <p>-Decir las letras del abecedario en voz alta y se ejecuta la consigna</p>	<p>CD</p> <p>Colchoneta</p> <p>silla</p> <p>Cartulina</p> <p>Cartel con el abecedario coordinado</p> <p>Marcadores</p>	<p>Estudiantes</p> <p>Otros</p>	<p>5 de febrero</p>
---	--	--	--	---------------------------------	---------------------

		<p>correspondiente a cada letra.</p> <p>-Ubicar al estudiante de pie, apretar el hombro derecho con la mano izquierda.</p>			
<p>-Activación del brazo</p> <p>-Flexión del pie</p> <p>-Bombeo de pantorrilla</p> <p>-Balanceo de gravedad</p> <p>-Toma a tierra</p> <p>-Agua</p> <p>-Botones del cerebro</p>	<p>-Aumentar el tiempo de la concentración en trabajos escritos ayudando a la motricidad gruesa y fina</p> <p>-Aumentar la capacidad de comunicación y respuesta.</p> <p>-Mejorar el sentido de equilibrio y coordinación aumentando la confianza y concentración.</p> <p>-Aumentar la atención visual</p> <p>-Mayor estabilidad y</p>	<p>-Ubicar el brazo levantado cerca de la oreja y realizar movimientos.</p> <p>-Colocar las yemas de los dedos en el área del músculo del talón y masajear.</p> <p>-Relajar, levantar el talón y respirar profundamente.</p> <p>-Movimientos para equilibrar y relajar la tensión en la cadera y pelvis</p>	<p>Grabadora</p> <p>CD</p> <p>Colchoneta</p> <p>Silla</p> <p>Vasos</p> <p>agua</p>	<p>Elizabeth Suntaxi</p> <p>Estudiantes</p> <p>Otros</p>	<p>6 de febrero</p>

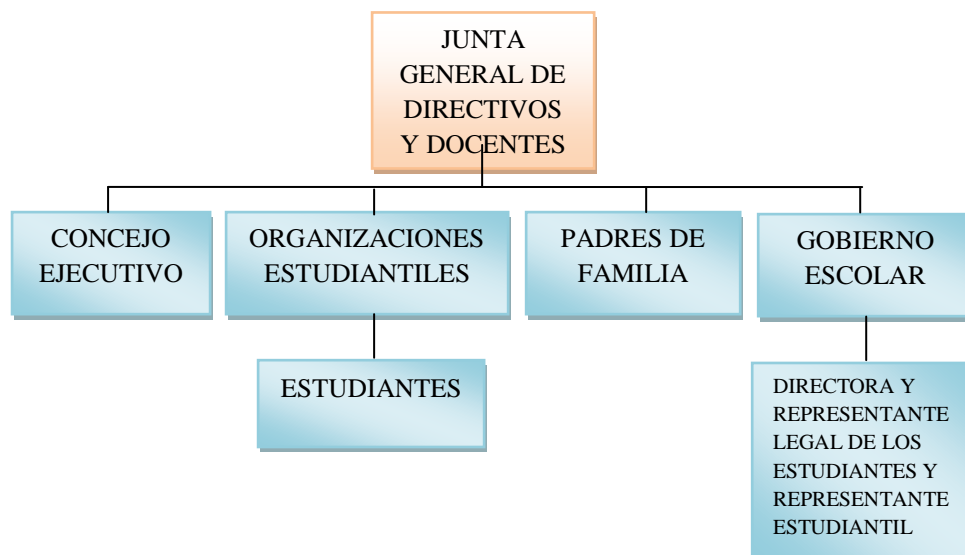
	<p>equilibrio.</p> <p>-Mejorar todas las actividades académicas con una correcta hidratación.</p> <p>Ayudar al equilibrio corporal izquierdo – derecho.</p>	<p>-Colocar las piernas cómodamente separadas y respirar profundamente.</p> <p>-Excelente conductor de la energía eléctrica</p> <p>-Colocar una mano sobre el ombligo y la otra debajo de la clavícula a los dos lados de esternón masajear fuertemente</p>			
<p>-Botones de tierra</p> <p>-Botones de equilibrio</p> <p>-Botones de espacio</p> <p>-Bostezo de energía</p> <p>-Sombrero de pensar</p> <p>- Actitudes de profundización ganchos de cook</p> <p>-Puntos positivos</p>	<p>-Aliviar el comportamiento de los hiperactivos</p> <p>-Mantener el cuerpo relajado y la mente alerta</p> <p>-Aumentar el período de atención (alivia el comportamiento hiperactivo)</p> <p>-Relajar la tensión de todo</p>	<p>-Presionar los botones por unos treinta segundos o más y se puede hacer cuatro a seis respiraciones completas.</p> <p>-Colocar los dos dedos en la hendidura de la base del cráneo junto a la oreja, mientras que la otra mano colocamos sobre el</p>	<p>Grabadora</p> <p>CD</p> <p>silla</p>	<p>Elizabeth Suntaxi</p> <p>Estudiantes</p> <p>Otros</p>	<p>7 de febrero</p>

	<p>el cerebro</p> <ul style="list-style-type: none"> -Activar el oído interno y el sentido del equilibrio. -Mejorar la autoestima, el equilibrio y la coordinación -Utilizar cuando la persona se encuentra nerviosa o asustada 	<p>ombligo.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Colocar dos dedos arriba del labio superior y en el mentón, mientras que la otra mano descansa sobre el cóccix. -Colocar las yemas de los dedos de las dos manos en cualquier punto tenso de las mandíbulas. -Doblar las orejas suavemente hacia atrás, tres veces desde arriba hacia abajo. -Ubicar las yemas de los dedos en los puntos positivos y masajearlos. 			
--	--	--	--	--	--

Tabla N° 23

Elaborado: Elizabeth Sntaxi

6.8 Administración.



La responsabilidad y colaboración estará a cargo de: la Investigadora, la Directora, Junta Académica, el Personal Docente, quienes estarán a cargo de vigilar y controlar el desarrollo y cumplimiento de esta propuesta con el fin de poner en práctica en el aula para una mejor aprendizaje enseñanza de los niños que se educan en este plantel.

6.9 Previsión de Evaluación

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Qué evaluar?	Uso, producción y distribución
¿Por qué evaluar?	Tras definir las características de la gimnasia cerebral se indican una serie de criterios de evaluación. Éstos no se centran solo en la calidad, sino en el modelo de enseñanza que se persigue, en la finalidad, el modo de utilización y en las repercusiones de su uso.
¿Para qué evaluar?	En los ejercicios de gimnasia cerebral están soportados los diferentes tipos de aprendizaje del programa educativo, cuyo propósito es que el estudiante adquiera determinados conocimientos.
Previsión de la evaluación	A través de la gimnasia cerebral se establece la interacción entre el aprendizaje de los contenidos, el profesor y el estudiante.
¿Con qué criterios evaluar?	<ul style="list-style-type: none">• Estructura didáctica• Calidad de la presentación• Aspectos técnicos• Rentabilidad

<p style="text-align: center;">INDICADORES</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Originalidad • Usabilidad • Vigencia • Interacción e integralidad • Aceptación del material • Nivel de agrado • Gusto • Eficiencia del material • Funcionalidad • Calidad • Resultados
<p style="text-align: center;">¿Quién evalúa?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Directivos • Docentes • Responsables U.T.A. <p>Indirectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estudiantes • Padres de familia
<p style="text-align: center;">¿Cuándo evaluar? Previsión de la evaluación</p>	<p>Cuando su forma de presentación y narración de su contenido NO facilita el proceso de la enseñanza y el aprendizaje.</p>
	<p>Identificación de necesidades de aprendizaje y características de la población.</p> <p>Sistema de evaluación: diagnóstica, formativa y sumativa.</p>

<p>¿Cómo evaluar?</p>	<p>Objetivos de aprendizaje.</p> <p>Temáticas y contenidos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Actividades o ejercicios de aprendizaje autoevaluación formativa integrada • evaluación final
<p>Fuentes de información</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Tutor • Internet • Guías bibliografías: resúmenes de publicaciones. • Los centros de documentación • Los bancos de datos.
<p>¿Con qué evaluar?</p>	<p>Análisis de las producciones de los niños y de las niñas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de gimnasia cerebral • Expresión corporal • Producciones visuales • Producciones orales

Cuadro N° 7 Previsión de evaluación
Elaborado por: Elizabeth Suntaxi

BIBLIOGRAFÍA

AUSEBEL, D.P., Educational psychology: a cognitive view, New York, Holt, 1968.

BUZAN, T. (2005). Su hijo es un genio. Como conseguir que sus hijos desarrollen todo su potencial. Editorial Urano. Impreso en España. pp. 16-20.

CELIDEE (1998). Apéndice X. Manual de Gimnasia Cerebral. Centro Líder de Desarrollo de Excelencia Educativa.

CRUZ R., J. (2002). Neurolectura. Cerebro y aprendizaje acelerado de la lectura. Cursos Editorial ORION. México, D. F.

DENNISON, P. (2000). Brain Gym Aprendizaje de todo el cerebro. Ejercicios originales de Gimnasia Cerebral, el movimiento, la clave del aprendizaje. Editorial Lectorum, S.A. de C.V. México. D.F. 169

DENNISON, P. y Dennison, G. E., (2003). Aprende mejor con gimnasia para el cerebro. Editor Pax México. México, D.F. pp.

IBARRA, García, L. Ma., (1997) Aprende mejor con Gimnasia Cerebral. Garnik Ediciones. México, D.F. 122 pp.

RODRÍGUEZ, C., K (2007). Gimnasia para tu Cerebro.

RIBEIRO, L., (2000). Como Aprender mejor. Técnicas para mejorar tu aprendizaje. Ediciones Urano. España. 238.

TORRANCE, E. Paul. Educación y Capacidad creativa Madrid Edición Marova, 1977.

DOCUMENTOS LEGALES

Constitución del Ecuador, Sección primera y Sección quinta: De la Educación
Código de la niñez y adolescencia

WEBGRAFÍA

<http://www.asistel.org/espanol/desastresnaturales/?uid=67&ds=347>

<http://www.abcdelbebe.com/bebe/6-12-meses/comportamiento/la-gimnasia-cerebral-ayuda-desarrollar-la-concentracion-la-creativida>

http://www.biopsychology.org/biopsicologia/articulos/que_es_la_emocion.htm

http://www.cepvi.com/articulos/salud_infantil.shtml

<http://definicion.de/salud-mental/>

<http://www.dosideas.com/noticias/motivacion/812-motivacion-intrinseca-y-extrinseca-icual-necesitas.html>

<http://davidtransmisiones.blogspot.com/2011/02/el-pensamiento-constructivista-y-la.html>

http://es.wikipedia.org/wiki/Salud_mental

<http://gimnasiacerebralenelaula.blogspot.com/>

<http://www.galeon.com/aprenderaaprender/hemisferios/gimnasiacerebral.htm>

http://html.rincondelvago.com/creatividad_1.html

[http://www.hardiel.com/creatividad/29 sinectica.htm](http://www.hardiel.com/creatividad/29_sinectica.htm)

<http://www.importancia.org/creatividad.php#ixzz2N3tVW879>

<http://www.importancia.org/creatividad.php#ixzz2N3sF0usE>

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/mentalhealth.html>

http://www.proyectoespiga.com/gimnasia_cerebral.php

<http://www.psicologia-online.com/pir/la-motivacion-intrinseca.html>

ANEXOS

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

Encuesta dirigida a los estudiantes de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila” de la Parroquia de San Pedro de Taboada Cantón Rumiñahui de la Provincia de Pichincha.

OBJETIVO: Evaluar el criterio de las estudiantes sobre Ejercicios de Gimnasia Cerebral en el desarrollo de la creatividad en los niños del Cuarto y Quinto Año de Educación Básica de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila” de la Parroquia de San Pedro de Taboada Cantón Rumiñahui de la Provincia de Pichincha.

Cuestionario dirigido a los niños de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila”.

Solicitamos responder con la verdad, su respuesta permitirá a la investigadora desarrollar un trabajo productivo para ustedes.

1. ¿En la clase tu maestra realiza ejercicios de gimnasia cerebral?
Si () No () A veces ()

2. ¿Desarrolla tu maestra ejercicios de gimnasia cerebral en grupo?
Si () No () A veces ()

3. ¿Te gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad?
Si () No () A veces ()

4. ¿Los ejercicios de gimnasia cerebral es parte del aprendizaje?
Si () No () A veces ()

5. ¿La profesora para impartir conocimientos utiliza ejercicios de gimnasia cerebral en la creatividad?

Si () No () A veces ()

6. ¿Desarrollas tu creatividad al momento de aprender?

Si () No () A veces ()

7. ¿Tu maestra antes de iniciar la nueva clase realiza ejercicios de gimnasia cerebral?

Si () No () A veces ()

8. ¿Te gustaría que tu maestra siempre trabaje con ejercicios de gimnasia cerebral?

Si () No () A veces ()

9. ¿En el aula de clases te gusta ser creativo?

Si () No () A veces ()

10. ¿Te gustaría desarrollar tú creatividad?

Si () No () A veces ()

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

Encuesta dirigida a los docentes de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila” de la Parroquia de San Pedro de Taboada Cantón Rumiñahui de la Provincia de Pichincha.

OBJETIVO: Evaluar el criterio de los docentes sobre Ejercicios de Gimnasia Cerebral en el desarrollo de la creatividad en los niños del Cuarto y Quinto Año de Educación Básica de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila” de la Parroquia de San Pedro de Taboada Cantón Rumiñahui de la Provincia de Pichincha.

Cuestionario dirigido a los docentes de la escuela “Fabián Jaramillo Dávila”.

Solicitamos responder con la verdad, su respuesta permitirá a la investigadora desarrollar un trabajo productivo para ustedes.

1. ¿Usted realiza ejercicios de gimnasia cerebral en clase?

Si () No () A veces ()

2. ¿Usted Desarrolla ejercicios de gimnasia cerebral en grupo?

Si () No () A veces ()

3. ¿Le gusta trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo de la creatividad de sus estudiantes?

Si () No () A veces ()

4. ¿Considera usted que los ejercicios de gimnasia cerebral es parte fundamental del proceso de aprendizaje?

Si () No () A veces ()

5. ¿Usted como docente utiliza ejercicios de gimnasia cerebral para desarrollo de la creatividad?

Si () No () A veces ()

6. ¿Desarrolla la creatividad de sus estudiantes al momento de aprender?

Si () No () A veces ()

7. ¿Antes de iniciar una nueva clase realiza ejercicios de gimnasia cerebral?

Si () No () A veces ()

8. ¿Le gustaría asistir a cursos de capacitación para trabajar con ejercicios de gimnasia cerebral?

Si () No () A veces ()

9. ¿Le gusta desarrollar la creatividad de sus estudiantes?

Si () No () A veces ()

10. ¿Le gustaría recibir cursos de capacitación sobre creatividad?

Si () No () A veces ()

FOTOS DE LA ESCUELA



ACUERDO DE LA ESCUELA