EL MINSITERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
ACREDITA INSTITUCIONALMENTE A LA
UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR
Resolución 23095, del 15 de diciembre de 2016

APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO CON EL APOYO DE ESTRATEGIAS LÚDICAS PEDAGÓGICAS DE PAUSAS ACTIVAS EN ESTUDIANTES DE IES EN BARRANQUILLA 2019 - 2020

ESTUDIANTES

CONTRERAS SOTO LEONARDO

MORA ARIAS KATY JULIETH

MUÑOZ FUENTES MARÍA CECILIA

ZAMBRANO CERA ANGIE LORENA

ASESOR

Dra. EDNA E. ALDANA RIVERA, PhD.

UNIVERSIDAD SIMÓN BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA

INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA I

BARRANQUILLA, MAYO DE 2020

APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO CON EL APOYO DE ESTRATEGIAS LÚDICAS PEDAGÓGICAS DE PAUSAS ACTIVAS EN ESTUDIANTES DE IES EN BARRANQUILLA 2019

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCION	**4**
1. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA	**6**
1.1 Descripción de problema	**6**
1.2 Identificación de problema	**8**
1.3 Formulación del problema	**10**
2. OBJETIVOS	**11**
2.1 Objetivo General	**11**
2.2 Objetivos Especificos	**11**
3. JUSTIFICACION	**12**
3.1 Magnitud	**12**
3.2 Trascendencia	**15**
3.3 Vulnerabilidad	**16**
3.4 Aportes de la investigación	**17**
4. DELIMITACIONES DE LA INVESTIGACION	**18**
4.1 Líneas de investigación	**18**
5. MARCO TEORICO	**19**
5.1 Marco de antecedentes	**19**
5.2 Marco conceptual	**37**
5.3 Marco legal	**40**
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	**43**
7. ANEXOS	**50**
7.1 Cronograma de Gantt	**50**
7.2 Cuadro de planeación de recursos investigativos	**51**

INTRODUCCIÓN

El aprendizaje significativo es un tema relevante en cualquiera de las etapas de los seres humanos, sin embargo, optamos por dejar todo en manos de los docentes, quienes deben encargarse de aprender cualquier técnica que pueda transmitir conocimiento y experiencia.

Ahora bien, en el marco de la formación profesional, en cualquier campo del conocimiento, son esenciales los aspectos relacionados con el aprendizaje de los futuros profesionales. En este proceso, se interrelacionan una serie de variables entre las que se encuentran los estilos de aprendizaje y el rendimiento académico, aspectos que se abordan en el presente documento.

En cuanto a los estilos de aprendizaje, se definen, según Honey y Mumford (1986), como el conjunto de características psicológicas, rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que suelen manifestarse de manera conjunta cuando una persona se enfrenta a una situación de aprendizaje. Los rasgos cognitivos hacen referencia a la forma en que las personas estructuran los contenidos, forman y utilizan conceptos, interpretan la información, resuelven los problemas, seleccionan medios de representación (visual, auditivo, kinestésico), etc. [1].

Los rasgos afectivos, por su parte, se vinculan con las motivaciones y expectativas que ejercen influencia en el aprendizaje, mientras que los rasgos fisiológicos se relacionan con el biotipo y el biorritmo del estudiante.

El desarrollo humano ha estado ligado, desde los orígenes de la especie, a la aplicabilidad de los saberes adquiridos y potenciados con el día a día. Por tal motivo, el hecho de transmitir oportunamente los conocimientos de generación en generación ha sido de vital importancia para la subsistencia tanto de las sociedades como de los individuos y se ha convertido en razón de estudio para diferentes teóricos a través de los años.

Por esta razón, diversos investigadores desde las ciencias exactas y sociales han contribuido a la formación de procesos de enseñanza – aprendizaje eficaz; algunos de estos aportes han tenido como eje transversal el empleo de juego como instrumento que facilita la aprehensión de contenido académico. Es por ello que la enseñanza por medio de la lúdica surge como una propuesta para contribuir al fortalecimiento de las capacidades de los estudiantes al interior del

salón de clase y además representa una herramienta que permite vivenciar, por medio de un espacio predispuesto, las condiciones reales de una situación específica.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Actualmente el proceso educativo en el nivel técnico profesional debe estar dirigido a ser atractivo y motivador para los jóvenes. Es importante progresar en un aprendizaje significativo para la adquisición y cumplimiento de competencias que puedan dar respuestas a las exigencias futuras de su vida laboral. Es necesario que en el proceso del aprendizaje se desarrollen estrategias lúdicas que provoquen en el estudiante un mayor nivel de atención y concentración; es fundamental que desde la dimensión psicológica se recree un ambiente de tranquilidad que facilite la eliminación de situaciones emocionales depresivas que impidan el proceso de aprendizaje [2].

Así mismo las estrategias lúdicas en este caso las pausas activas aplicadas como estrategias de aprendizaje favorecen en la dimensión psico afectiva para aceptar y asumir los errores, fortalecen y mejoran la autoestima en el discente; además, enseñan a asumir responsabilidades y a aceptar normas. Desde un nivel físico estas estrategias lúdicas ameritan de ejercicios físicos que influyen en el funcionamiento y acondicionamiento ante las exigencias externas, la prespecialidad en el aula de 3-5 horas con asignaturas continuas pueden provocar algunos signos como fatiga física y mental, el presentismo como fuerza de existencia física mas no mental que al realizar las pausas activas en el aula tornarían muy posiblemente estos ambientes hacia un mejor aprendizaje.

Muchos jóvenes desde su interés personal pueda que no visualicen la importancia de un efectivo aprendizaje, del acercamiento en la comprensión de significados teóricos o de explicaciones del desarrollo de las prácticas propias del plan de estudio que se desarrolla, por lo cual se requiere de un cambio motivacional que incluya percepciones positivas y favorables para el aprendizaje. Con relación a lo anterior se requiere del desarrollo de estrategias lúdicas de pausas activas que incluyan técnicas como ejercicios de relajación, estiramiento o de fuerza, estrategia físico-emocional que pueda ayudarles en primer lugar a una mayor irrigación

sanguínea, oxigenación neuronal y por consiguiente mayor atención, concentración, cambio de ambientes de aprendizaje de entornos negativos a positivos, consecuentemente en una favorabilidad para el aprendizaje [3].

En la literatura existe un sin número de objetivos para la aplicación de las pausas activas o gimnasia laboral GL, partiendo desde la historia en la búsqueda desenfrenada por la productividad asociado al trabajo industrializado, mecanizado y el automatizado; así como la exigencia por la calidad de los productos y servicios, han tenido efectos negativos sobre el bienestar psíquico, clínico y social de los trabajadores al imponer condiciones perjudiciales al organismo humano, obligando al trabajador a mantener esfuerzos intensos y posturas inadecuadas de la columna vertebral, los miembros superiores, la región escapular y cervical[4].

Los trastornos de salud que en la mayoría de los casos es provocado por las organizaciones de trabajo que prevé tareas repetitivas, una constante tensión por la productividad, la jornada de trabajo prolongada sin el debido descanso, a la que se suman tareas monótonas que limitan el funcionamiento mental del trabajador, ha sido uno de los mayores problemas que afectan a las empresas, agregando la aparición del estrés, tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, factor nutricional que en muchos casos asocia a la obesidad entre otros presentan una incidencia negativa en la salud los trabajadores [5].

En la actualidad las corporaciones más modernas han observado que es sumamente importante acudir a un recurso capaz de disminuir los efectos causados por las condiciones en las que se encuentran los trabajadores en el desempeño de su actividad laboral, es en esa dirección que las pausas activas o gimnasia laboral como se la conoce en la industria, sea utilizada como una herramienta que favorece el desenvolvimiento físico y mental, estimulando el auto-conocimiento y la disposición para ejercitar el cuerpo y mente del trabajador, aumentando la ejecución de las actividades que le son propuestas.

La implementación de programas de aplicación de pausas activas o gimnasia laboral GL buscan, no solo una simple alteración de la rutina de cada cual, es un mensaje estimulador que despierta en los trabajadores la necesidad de cambiar su estilo de vida, que interiorice en la conciencia del trabajador la necesidad de prevenir enfermedades ocupacionales, priorizando la promoción de salud, la mejora de las condiciones músculo-esqueléticas, de la calidad de vida durante la realización de sus actividades, la mejora de las condiciones de trabajo, el aumento de la

productividad y, consecuentemente, la proyección humana de cada individuo dentro y fuera de su ambiente de trabajo [6].

Las pausas activas o gimnasia laboral GL tiene como gran objetivo brindar al trabajador un bienestar en el desarrollo de sus actividades, a nivel físico, mental, social, organizacional etc., la aplicación del ejercicio físico en su lugar de trabajo, aporta tranquilidad y adecuación al desarrollo de las labores orientando y corrigiendo los vicios posturales adoptados, reducir las tensiones, dolor muscular y de manera especial aumentar la predisposición para el trabajo al prevenir enfermedades derivadas de hábitos laborales [7].

1.2 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

Actualmente los jóvenes en los ambientes de aprendizaje están expuestos a la atomización de la información que en muchas ocasiones los significados de los conceptos son confusos, repercute en un desinterés por la lectura y la escritura, además de un nulo ejercicio por la indagación de temas de interés que se abordan en la vida diaria. Muchos de ellos por su estilo de vida sedentaria se les dificultan la atención y la concentración.

Algunos estudiantes pierden el interés por temas donde no les encuentran la importancia del aprendizaje a futuro y en relación con su desempeño laboral. Si el docente no les expresa las ventajas de las competencias adquiridas en su currículo con su perfil profesional entonces pueda que ellos no se percaten de esto. Además el ambiente de aprendizaje no se ajusta a sus necesidades actuales, requieren de mayor comunicación desde las herramientas informáticas, que si el docente es innovador en la clase, aprovecha los talentos de competencias TIC favorece a más conocimiento en el estudiante y se mantiene en una enseñanza actualizada sin perder en el estudiante su atención, sin embargo en algunos casos los docentes usan en clase recursos didácticos pasados de moda (uso del tablero, carteleras, papelografos, fotocopias), que a los estudiantes no les llama la atención leerlos o aprender de estos.

Actualmente el docente está llamado a innovar en la clase, en manejar dentro del aula la atención y la concentración del estudiante, la falta de estrategias didácticas en el ambiente se torna monótono y desinteresado. ¨Clases arcaicas" Vs. Clases "vanguardistas". Estos métodos

didácticos tradicionales muchas veces conllevan a la repetición de temas ya efectuados, evaluaciones insatisfactorias del conocimiento adquirido. Todos estos factores mencionados posiblemente requieran de la renovación de estrategias didácticas que mejoren en los estudiantes su atención, concentración y facilidad de los aprendizajes.

Cabe agregar que cuando los estudiantes avanzan en semestres de su formación técnica universitaria, algunos docentes logran identificar a través de evaluaciones insatisfactorias la dificultad en la aprehensión de conceptos previos a su asignatura, lo cual provoca un retraso en la programación del plan de estudios pues al docente le toca nivelarlo para poder avanzar en el logro de los objetivos planteados en su micro currículo.

Otro factor limitante son las largas Jornadas de clases que repercuten en una pérdida de la concentración y atención, reflejados en signos de fatiga física y mental. Muchos de los estudiantes proyectan desmotivación , sueño en clases, percepción de aburrimiento por el tema y a la vez un desinterés por este, cambios de posturas, movimientos físicos repetitivos involuntarios, uso del chat en el celular sin pertinencia al tema expuesto, faltando algunas veces al respeto y a la responsabilidad por su proceso en el aprendizaje.

Actualmente el estudiante debe adquirir competencias pertinentes con su proyecto de vida laboral, para ello es importante la identificación de sus estilos de aprendizaje, sin embargo elementos como la falta de motivación reflejada en la no apropiación de la lectura, escritura, comprensión del tema, poca participación en la clase denota la necesidad del acompañamiento con estrategias lúdicas que permitan por medio del ejercicio de las pausas activas un cambio del clima de aprendizaje positivo. Estos elementos en desventaja de los estudiantes impiden acentuar su estilo de aprendizaje.

Las tendencias actuales de los entornos de aprendizaje significativo incluyen estrategias de innovación en la didáctica pero muy posiblemente se esté presentando un vacío para la transición del entorno pasivo de aprendizaje al positivo-activo de aprendizaje y muy posiblemente es con la estrategia didáctica de pausas activas que se transformarían en esos entornos favorables para los aprendizajes.

La dinámica de la rutina diaria pueda que ponga en desventaja al proceso de aprendizaje por parte de los jóvenes, pero al estimular el sistema neuronal en ellos su masa cerebral se expande a una

mejor comprensión del proceso y a un sentido lógico y significativo por aprehender los conceptos, teorías, técnicas y procedimientos de lo que estudian; sin embargo algunos estudiantes pueda que presenten dificultad en el seguimiento de instrucciones o aplicación de las mismas cuando realizan algunas actividades incluidas en el plan de estudios; esto puede deberse a distracciones tales como: estar hablando con los demás compañeros, manipulando objetos electrónicos, ejecución de actividades y comportamientos que generan confusión y desviación del proceso de aprendizaje.

Es probable que se requiera de una implementación de talleres didácticos que involucren estrategias lúdicas mediante técnicas de ejercicios para mejorar su atención, concentración, su interés por la lecto escritura y para que continúen en el alcance de su proyecto de vida.

En relación a lo anteriormente descrito se plantea la siguiente pregunta problema:

1.3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cómo influyen las estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas para el aprendizaje significativo de estudiantes de una IES 2019-2020?

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GENERAL

Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019

2.1.1 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✔ Identificar mediante un diagnóstico las estrategias en actividades de estudio que adoptan los estudiantes para alcanzar un aprendizaje significativo en una Institución de Educación Superior en Barranquilla

- ✔ Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje en los estudiantes de Institución de Educación Superior después de implantar talleres lúdicos pedagógicos de pausas activas en Barranquilla 2019

- ✔ Especificar resultados de aprendizaje significativo en ambientes de aprendizaje obtenidos a partir de la ejecución de talleres con estrategias lúdico pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla.

3. JUSTIFICACIÓN

3.1 Magnitud

El desarrollo humano ha estado ligado, desde los orígenes de la especie, a la aplicabilidad de los saberes adquiridos y potenciados con el día a día. Por tal motivo, el hecho de transmitir oportunamente los conocimientos de generación en generación ha sido de vital importancia para la subsistencia tanto de las sociedades como de los individuos, además, se ha convertido en razón de estudio para diferentes teóricos a través de los años [8].

Agrega la UNESCO, que el logro académico de los alumnos de la región es preocupante en la mayoría de los países de Latinoamérica para los que se cuenta con información.

Aproximadamente un tercio de los alumnos en primaria y casi la mitad en secundaria no parecen haber adquirido los aprendizajes básicos en lectura, y en matemáticas los resultados son incluso menos satisfactorios. Además, existe una aguda inequidad en contra de los alumnos más desfavorecidos, especialmente los más pobres, en cuanto al logro académico [9].

Agrega además esta organización internacional que "El pilar fundamental de la calidad educativa son las capacidades profesionales docentes: si los alumnos no se encuentran en sus aulas con docentes capaces de generar mayores oportunidades de aprendizaje, no se producirá un genuino mejoramiento de la calidad educativa". Según estudios indican que la situación de la docencia en la región no se ajusta a las características de una profesión de alto estatus: los salarios y las condiciones laborales son deficientes, la formación inicial es de baja calidad, y las oportunidades de desarrollo profesional son limitadas. Se requiere de esfuerzos implantados desde políticas con un mayor apoyo y aporte a este gremio.

Por otra parte, para enseñar y aprender se requiere de un clima escolar favorecedor del buen trato, que provea el derecho a a la educación. Por un clima escolar, entendido como la promoción de relaciones respetuosas, no discriminatorias, de sana convivencia, y no violentas entre los miembros de la comunidad escolar. Un buen clima escolar es parte de la calidad de la educación.

Adicionalmente, la evidencia disponible en la región muestra que un mejor clima escolar está asociado con mayores logros académicos de los alumnos y menores niveles de abandono escolar; más aún, existe evidencia que sugiere que los alumnos de mayor nivel socioeconómico tienden a asistir a escuelas con mejores indicadores de clima escolar, por lo que este constituiría otro factor de inequidad. El desafío de las políticas públicas en este campo es promover una sana convivencia, mediante –por ejemplo– la participación estudiantil, el trato respetuoso de los docentes, y la formación en métodos no violentos de resolución de conflictos, superando los enfoques puramente punitivos de control de la violencia y de disciplina. [10]

Las pausas activas tradicionalmente llamadas "*gimnasia laboral*" son periodos de recuperación que siguen a los periodos de tensión de carácter fisiológico y psicológico generados por el trabajo.

La Calidad educativa exige de una educación ciudadana como componente medular de esta, y se espera que los alumnos desarrollen aprendizajes desde competencias, habilidades y actitudes para la participación ciudadana y política; complementando y otorgándole sentido a la formación

académica, a fin de que los estudiantes no solo aprendan contenidos, sino también aprendan a mejorar sus relaciones sociales y su involucramiento en la sociedad de la que son parte. Esto implica tanto cambios en el currículum como en la pedagogía y la organización de las escuelas, por cuanto la adquisición de estas competencias requiere la experiencia directa de participación de los estudiantes –de acuerdo a su edad– tanto en la dimensión cívico-política como en la dimensión civil-comunitaria [11].

Diariamente los estudiantes se enfrentan a ritmos prolongados en su proceso de aprendizaje, del cual requieren periodos de descanso para mejorar su atención y concentración, sin embargo existen metodologías favorecedoras de este clima escolar como la actividad física y en estos pueden estar incluidas las pausas activas mediante la ejecución de una serie de movimientos o estiramientos musculares de las partes del cuerpo que le permiten al estudiante romper la continuidad de las posiciones sostenidas, mejorando la circulación de las posibles lesiones musculo esqueléticas a más en que se promueva un cambio de rutina habitual que le permita períodos de recuperación que siguen a los períodos de tensión de carácter fisiológico y psicológico generados por la actividad que demanda de energía.

El estar en constante ejecución de una misma labor o mantener la misma postura por largos periodos de tiempo puede desencadenar o incrementar dolores musculares, deterioro físico y en muchas ocasiones un limitado desarrollo de las funciones orgánicas.

En la literatura existe un sin número de objetivos para la aplicación de las pausas activas o gimnasia laboral GL, en la búsqueda de la calidad de los productos y servicios, en evitar esos esfuerzos intensos y posturas inadecuadas de la columna vertebral, los miembros superiores, la región escapular y cervical [12].

Los trastornos de salud que en la mayoría de los casos es provocado por tareas físicas repetitivas, una constante tensión por la productividad, la jornada de trabajo prolongada sin el debido descanso, a la que se suman tareas monótonas que limitan el funcionamiento mental del trabajador, ha sido uno de los mayores problemas que afectan a las empresas, agregando la aparición del estrés, tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, factor nutricional que en muchos casos asocia a la obesidad, entre otros presentan una incidencia negativa en la salud de los trabajadores [13]. Extrapolando este concepto a la vida estudiantil también se asumen largas jornadas de estudio que exigen de largas posturas físicas, a veces inadecuadas para los sistemas

y función de los órganos, con influencia en la aptitud física y psicológica frente al proceso de aprendizaje.

En la actualidad las pausas activas son utilizadas como una herramienta que favorece el desenvolvimiento físico y mental, estimulando el auto-conocimiento y la disposición para ejercitar el cuerpo y mente del trabajador en este caso de estudiantes, aumentando la ejecución de las actividades que le son propuestas en su proceso de aprendizaje.

La implementación de programas de aplicación de pausas activas o gimnasia laboral GL buscan, no solo una simple alteración de la rutina de cada cual, es un mensaje estimulador que despierta en los seres humanos la necesidad de cambiar su estilo de vida, que interiorice en su conciencia la necesidad de prevenir enfermedades ocupacionales, priorizando la promoción de salud, la mejora de las condiciones músculo-esqueléticas, su calidad de vida durante la realización de actividades, la mejora de las condiciones de trabajo, el aumento de la productividad y, consecuentemente, la proyección humana de cada individuo dentro y fuera de su ambiente donde se desempeñe [14].

Las pausas activas tienen como gran objetivo brindar un bienestar en el desarrollo de las actividades, a nivel físico, mental, social, organizacional etc., la aplicación del ejercicio físico en el lugar de desempeño, aporta tranquilidad y adecuación al desarrollo de las labores orientando y corrigiendo los vicios posturales adoptados, reducir las tensiones, dolor muscular y de manera especial aumentar la predisposición para los distintos compromisos, al prevenir enfermedades derivadas de hábitos durante la ejecución de una acción.

Partiendo de lo anterior, se considera que a través de los cuidados con el cuerpo y la mente, no solo se ayuda a los estudiantes en que puedan lograr una mayor disposición para la obtención de sus aprendizajes significativos con el apoyo de estrategias lúdicas. Entonces, en la medida de lo posible, su estado mental, debe estar predispuesto para la obtención de conocimientos, pero la presencia de factores de riesgo puede repercutir en su capacidad y disposición de autoaprendizaje.

3.2 TRASCENDENCIA

Partiendo de las premisas expuestas, se expresa, que el cuerpo humano está diseñado para estar en movimiento y no en reposo, el acelerado avance tecnológico en la actualidad ha obligado a

permanecer el 80% en puestos de trabajo en una misma postura, convirtiendo a las personas en sedentarias. Las pausas activas están orientadas a que las personas recuperen energías para su desempeño eficiente cual sea su actividad, a través de los ejercicios que revierten la fatiga muscular y el cansancio generado, promoviendo un beneficio para el organismo aportando esa importancia de cuidar la salud física y mental, reforzando la psiquis humana de manera positiva y permitiendo que el individuo este más despierto, alerta, favoreciendo procesos de pensamiento de mayor capacidad de absorción mental.

El aumento de la actividad física es uno de los componentes más importantes de un estilo de vida saludable, el vincularse a hábitos saludables durante las jornadas de estudio benefician el cuerpo y la mente. La inactividad física aumenta la frecuencia y la duración de las incapacidades por efectos en la salud lo cual presupone implicaciones desfavorables para la persona, para la entidad educativa por el absentismo del estudiante y a futuro su bajo desempeño en su potencial dentro de una sociedad que requiere de su acción y servicio.

Las pausas activas son herramientas que se están introduciendo a los ambientes de aprendizaje en el aula de clase y puede hacerse mediante varias estrategias; Una de ellas ejercicios del Yoga. **"**El yoga, permite a los profesores manejar de mejor manera sus clases**,** y a la vez sentirse mejor con ellos mismos, generando un ambiente de aprendizaje más propicio y positivo para enseñar". Esta pausa corta, permite que el alumno se relaje y divierta, logrando un equilibrio entre espontaneidad y estructura, aprendiendo a escuchar y a expresarse de forma creativa. Genera un profundo respeto por sí mismo, por el otro y por su entorno, lo que crea un ambiente en que los niños se sientan cómodos y valorados. Además, aplicando ejercicios que permiten mejorar el foco y la concentración, se genera un clima más apto para el aprendizaje, por lo que se obtienen mejores resultados" [15].

La infraestructura requerida para realizar las pausas cortas no requiere de amplios espacios, puede ser intra aula, las posturas puede ser de pie, e incluso sentados en las sillas. Más allá de la capacitación del docente, el costo es muy bajo porque los materiales no son caros, o se pueden construir con los alumnos".

Lo más importante es que se mejora el clima de aprendizaje en: que facilita el equilibrio entre cuerpo y alma, ya que al aumentar el trabajo respiratorio ocurre una mayor oxigenación que beneficia a todos los sistemas corporales, y la mente está más preparada para el aprendizaje;

además promueve el desarrollo de la autodisciplina, porque al estar más conscientes de los pensamientos que se generan y de las acciones, se puede controlar las conductas, ser más perseverantes y tolerantes a la frustración. Cabe resaltar que otra de las ventajas de las pausas cortas con yoga es que se acentúa la autoconfianza y construye una autoimagen positiva. "Para practicar yoga no es necesario ser flexible, delgado o deportista, ya que es una práctica inclusiva, que acepta y valora las cualidades de cada uno más allá de lo físico" [16].

3.3 VULNERABILIDAD

Esto hace referencia las personas que experimentan una serie de dificultades en el trayecto del desarrollo de aprendizaje ya sea por déficit de atención, alguna patología o cognición que no le permita tener un nivel de concentración necesario para adquirir y seguir con su debido trayecto de aprendizaje.

3.4 APORTES DE LA INVESTIGACIÓN

Aporte Teórico: A través de la teoría analizada se buscó ahondar más sobre la importancia de la prevención del cuidado y la atención de la enfermería en el aprendizaje significativo, por esta razón se recurrió al uso de referentes conceptuales que ayudaron a comprender sobre el tema investigativo.

Aporte investigativo.

La continuidad en la línea de investigación de la importancia del cuidado de enfermería en la prevención y el cuidado sobre aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas contribuye en la construcción de un marco que hasta el momento se ha enfocado principalmente en la caracterización del cuidado.

Aporte Metodológico:

El método será mixto, de tipo descriptivo y dentro de estas aportará para que futuras investigaciones se apoyen en lo expuesto en este método. Además, las experiencias, pensamientos, actitudes, que los estudiantes objeto de estudio refieran por medio de los talleres a desarrollar serán de gran interés para otras investigaciones de éste orden temático

4. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 LINEA DE INVESTIGACIÓN

Línea de Investigación: Desde el grupo del cuidado la investigación se desarrollará desde la quinta línea: Formación, enseñabilidad, aprendibilidad, educabilidad en Enfermería y Salud.

Temporalidad: La investigación se desarrollará durante el periodo agosto de 2019 a noviembre de 2020.

Lugar: Se desarrollará en aula cerrada con la asignatura profesional de enfermería en primero a tercer semestre del programa académico de Enfermería, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Simón Bolívar.

Autores representantes de aprendizaje significativo

Desde estrategia lúdica: En el presente trabajo se sustenta la categoría de lúdica con autores como: Márquez (2017), Martínez. Hernández. Bastidas. Carreño & castillo (2011), Unesco 2013, Arias Mauricio 2016 entre otros.

Y desde aprendizaje significativo con autores como (Spinola, 1990; citado por Vélez, et al., 2005), Díaz Barriga, F. (2003), Levin y Schauble, 1995), Díaz Barriga, 2003), David Ausubel (1976).

CUADRO 1. ANÁLISIS DE LA MATRIZ DE LAS CATEGORÍAS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General: Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019

Objetivos específicos	Categorías	Unidades de análisis	Sub Unidades de análisis	Autor (año)
1.Identificar mediante un diagnóstico las estrategias en actividades de estudio que adoptan los estudiantes para alcanzar un aprendizaje significativo en una Institución de Educación Superior en Barranquilla	Estrategias de aprendizaje	Procesos de aprendizaje significativo en el aula	**Características** -Estructura cognitiva del alumno (Ausbel, 1983) • Saber la cantidad de información que posee el alumno • conceptos y proposiciones que maneja • Grado de estabilidad de los conceptos. • La organización de Conceptos **Principios de aprendizaje:** -Diseño de Herramientas metacognitivas para conocer la "estructura cognitiva" del educando a partir de sus experiencias subsunsores para nuevos conocimientos (proceso de interacción de la nueva información con la ya existente) De pende de la manera y la frecuencia con que son expuestos a interacción con nuevas informaciones. • Favorece la diferenciación • Evolución y • Estabilidad de los subsunsores preexistentes	Ausbel David, (1983)
2.Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje en los estudiantes de Institución de Educación Superior después de implantar talleres lúdicos pedagógicos de pausas activas en Barranquilla 2019	La atención y el silencio en el aprendizaje	Características de la Atención. Ambientes de silencio escolar favorecedores del aprendizaje	Clasifique y especifique características de la atención Describa ambientes de silencio escolar	Desde autores Desde autores
3.Especificar resultados de aprendizaje significativo en ambientes de aprendizaje obtenidos a partir de la ejecución de talleres con estrategias lúdico pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla	Aprendizaje Significativo	Logros de un aprendizaje significativo	Enuncie los tipos de evaluación para asegurar un aprendizaje significativo con implantación de pausas activas	Desde autores

Fuente: Elaboración propia de los autores. 2020

5. MARCO TEORICO

5.1 MARCO DE ANTECEDENTES

En revisión de investigaciones previas para las variables: a) aprendizaje significativo

Según Bayona Montaño, L. A y Campo Torregrosa, Y. (2014) en su investigación "Estrategias de aprendizaje en relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería" efectuada en la Universidad Cooperativa de Colombia en Santa Marta, el autor hace un acercamiento descriptivo de los distintos estilos de aprendizaje y rendimiento académico en estudiantes de la Unidad académica de enfermería. Los resultados del estudio reveló que la media para el estilo activo fue de 12.14, para el reflexivo 15.61, para el teórico fue de 14.35 y para el pragmático 13.68. La desviación estándar para los cuatro estilos estuvo entre 2.56 y 3.3. Al contrastar los resultados con el baremo para interpretar los resultados del cuestionario de Honey y Mumford (1986) de Estilos de Aprendizaje, vació información en que los estudiantes de enfermería tienen tendencia hacia el estilo de aprendizaje Teórico, que según el baremo, se ubica en el rango Alto; seguido se encuentra el estilo Pragmático, al que le sigue el estilo Activo y en menor proporción el estilo Reflexivo, estos tres últimos, se ubican en el rango Moderado, según el baremo. El estilo de aprendizaje preferido por los estudiantes incluidos en este estudio fue de: Teórico 39,5%, pragmático 26%, Activo 21%, y Reflexivo 13,5%,

Según resultados del rendimiento académico se encontró que, los estudiantes de Enfermería tienen un rendimiento académico medio (94%). Es decir, que sus puntajes se ubican entre 3.0 y 3.9 de acuerdo con la escala de 0 a 5, según su desempeño académico. Con rendimiento Alto se ubican 3% y con rendimiento Bajo el restante 3% de los estudiantes.

Los resultados obtenidos en esta investigación son coherentes con lo hallado por Rosales, et al., (2010), quienes manifiestan que el estilo de aprendizaje predominante en los estudiantes de medicina es teórico (31,9%), seguido del activo (29,2%) y del pragmático (27,8%), y en el último lugar el estilo reflexivo (11,1%). Sin embargo, estos mismos resultados se alejan de los obtenidos por Román, et al., (2010), en los cuales sobresalió el estilo Reflexivo en un

36%, los que aprenden con dos estilos en un 21%, los que prefieren el estilo pragmático en un 20%, y los que adoptan un estilo activo (12%) y teórico (11%).

Y en revisión teórico conceptual, al definir estilos de aprendizaje según Honey y Mumford (1986), lo describen como el conjunto de características psicológicas, rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos que suelen manifestarse de manera conjunta cuando una persona se enfrenta a una situación de aprendizaje. Y fundamentalmente los rasgos cognitivos hacen referencia a la manera en que las personas estructuran los contenidos, forman y utilizan conceptos, interpretan la información, resuelven los problemas, seleccionan medios de representación (visual, auditivo, kinestésico), etc.

Para los rasgos afectivos, estos se vinculan con las motivaciones y expectativas que ejercen influencia en el aprendizaje, y los rasgos fisiológicos se relacionan con el biotipo y el biorritmo del estudiante [17].

En consideración conceptual del rendimiento académico se describe como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos, en el proceso formativo de los estudiantes, generalmente, asociado a una evaluación cuantitativa o cualitativa (Spínola, 1990; citado por Vélez, et al., 2005).

Si bien el aprendizaje de un sujeto depende de un sinnúmero de variables, tales como el contenido que se aprende, la individualidad física y psicológica del estudiante, el medio ambiente, el sujeto que enseña desde su personalidad y estilo, los recursos empleados, hasta las estrategias de mediación, los estilos de aprendizaje ocupan el interés de investigadores, pedagogos, psicólogos por ser una variable fundamental en el proceso de aprender además, si el docente identifica el estilo de aprendizaje preferido por sus estudiantes, entonces podrá diseñar instrumentos y plantear intervenciones educativas desde la perspectiva diferenciada. Con esto facilitará su acción docente y mediadora, a partir de la ayuda pedagógica y didáctica según las necesidades específicas de los estudiantes [18].

En conclusión, lograr una amplia comprensión de los estilos de aprendizaje de los estudiantes, implica tomar conciencia sobre la necesidad de mejorar las prácticas docentes para potenciar el aprendizaje en los estudiantes y con ello mejorar su rendimiento académico, sin embargo esta apreciación no es suficiente puesto que en este proceso de aprehender un

conocimiento significativo intervienen múltiples características como las psicológicas, rasgos cognitivos, afectivos y fisiológicos, y desde el contexto la escuela, la familia, la comunidad, y las distintas ayudas pedagógicas por parte del docente

Con Díaz Barriga, F. (2003). En su investigación sobre Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo teoriza que "la cognición situada" "parte de la premisa de que el conocimiento es situado, es parte y producto de la actividad, el contexto y la cultura en que se desarrolla y utiliza", reconoce que el aprendizaje escolar es un proceso de enculturación gradual. La autora comparte la idea de que aprender y hacer, son acciones inseparables y los alumnos deben aprender en el contexto pertinente [19].

En el estudio Díaz Barriga amplía que una visión situada, enseña en prácticas educativas auténticas que requieren ser coherentes, significativas y propositivas. Además, la autenticidad de una práctica educativa puede determinarse por el grado de relevancia cultural de las actividades en que participa el estudiante, así como mediante el tipo y nivel de actividad social que éstas promueven (Derry, Levin y Schauble, 1995) [20].

De esta forma la autora involucra el pensamiento de Engeström, citado en Baquero, 2002 quien propone que la actividad de las personas que actúan en contextos determinados para efectos de un análisis e intervención instruccional, requiere concebirse como un sistema de actividad, cuyos componentes a ponderar incluyen:

-El sujeto que aprende

-Los instrumentos utilizados en la actividad, privilegiadamente los de tipo semiótico.

-El objeto a apropiarse u objetivo que regula la actividad (saberes y contenidos).

-Una comunidad de referencia en que la actividad y el sujeto se insertan.

-Normas o reglas de comportamiento que regulan las relaciones sociales de esa comunidad.

-Reglas que establecen la división de tareas en la misma actividad.

Y bajo esta perspectiva de cognición situada, el aprendizaje se entiende como los cambios en las formas de comprensión y participación de los sujetos en una actividad conjunta. Debe comprenderse como un proceso multidimensional de apropiación cultural, se trata de una

experiencia que involucra el pensamiento, la afectividad y la acción (Baquero, 2002 citado por Díaz Barriga, 2003) [21] [22].

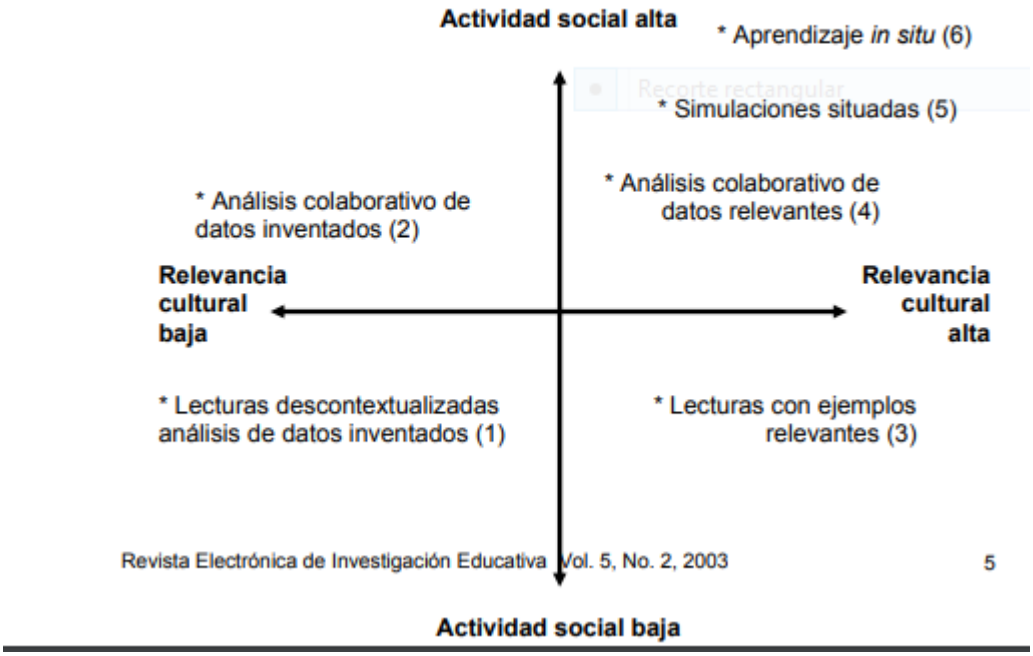
Menciona Díaz Barriga que desde lo teorizado por David Ausubel (1976), durante el aprendizaje significativo el aprendiz relaciona de manera sustancial la nueva información con sus conocimientos y experiencias previas. Se requiere disposición del aprendiz para aprender significativamente e intervención del docente en esa dirección. Por otro lado, también importa la forma en que se plantean los materiales de estudio y las experiencias educativas. Si se logra el aprendizaje significativo, se trasciende la repetición memorística de contenidos inconexos y se logra construir significado, dar sentido a lo aprendido, y entender su ámbito de aplicación y relevancia en situaciones académicas y cotidianas.

Y en el aprendizaje situado es importante apreciar dos dimensiones:

a) Dimensión: Relevancia cultural. Una instrucción que emplee ejemplos, ilustraciones, analogías, discusiones y demostraciones que sean relevantes a las culturas a las que pertenecen o esperan pertenecer los estudiantes.

b) Dimensión: Actividad social. Una participación tutoreada en un contexto social y colaborativo de solución de problemas, con ayuda de mediadores como la discusión en clase, el debate, el juego de roles y el descubrimiento guiado. En estos dos aspectos se aprecian sus progresos socioculturales. (Ver figura 1)

Figura 1. Prácticas educativas que posibilitando o no aprendizajes significativos



Fuente: tomado de Díaz Barriga, 2003.

¿Qué caracteriza a los seis enfoques de instrucciones?:

1. Instrucción descontextualizada. Centrada en el profesor quien básicamente transmite las reglas y fórmulas para el cálculo estadístico. Sus ejemplos son irrelevantes culturalmente y los alumnos manifiestan una pasividad social (receptividad) asociada al enfoque tradicional, en el cual suelen proporcionarse lecturas abstractas y descontextualizadas (el manual de fórmulas y procedimientos estadísticos).

2. Análisis colaborativo de datos inventados. Asume que es mejor que el alumno haga algo, en vez de sólo ser receptor. Se realizan ejercicios aplicando fórmulas o se trabaja con paquetes estadísticos computarizados sobre datos hipotéticos, se analizan preguntas de investigación o se decide sobre la pertinencia de pruebas estadísticas. El contenido y los datos son ajenos a los intereses de los alumnos.

3. Instrucción basada en lecturas con ejemplos relevantes. Adapta el estilo de lectura de textos estadísticos con contenidos relevantes y significativos que los estudiantes pueden relacionar con los conceptos y procedimientos estadísticos más relevantes.

4. Análisis colaborativo de datos relevantes. Modelo instruccional centrado en el estudiante y en la vida real que busca inducir el razonamiento estadístico a través de la discusión crítica.

5. Simulaciones situadas. Los alumnos se involucran colaborativamente en la resolución de problemas simulados o casos tomados de la vida real (i.e. Investigación médica, encuestas de opinión, experimentación social, veracidad de la publicidad, etc.) con la intención de desarrollar el tipo de razonamiento y los modelos mentales de ideas y conceptos estadísticos más importantes en la carrera de Psicología.

6. Aprendizaje in situ. Se basa en el modelo contemporáneo de cognición situada que toma la forma de un aprendizaje cognitivo (apprenticeship model), el cual busca desarrollar habilidades y conocimientos propios de la profesión, así como la participación en la solución de problemas sociales o de la comunidad de pertenencia. Enfatiza la utilidad o funcionalidad de lo aprendido y el aprendizaje en escenarios reales [23].

Por otra parte Díaz Barriga hace mención con la obra de Dewey, en particular el texto Experiencia y educación (1938/1997), es la raíz intelectual de muchas propuestas actuales de cognición situada. Para Dewey "toda auténtica educación se efectúa mediante la experiencia" (p. 22) y que una situación educativa es resultado de la interacción entre las condiciones objetivas del medio social y las características internas del que aprende, con énfasis en una educación que desarrolle las capacidades reflexivas y el pensamiento, el deseo de seguir aprendiendo y los ideales democrático y humanitario. Para Dewey, el aprendizaje experiencial es activo y genera cambios en la persona y en su entorno, no sólo va "al interior del cuerpo y alma" del que aprende, sino que utiliza y transforma los ambientes físicos y sociales para extraer lo que contribuya a experiencias valiosas y establecer un fuerte vínculo entre el aula y la comunidad.

En este conjunto de conceptos el aprendizaje significativo centrado con el aprendizaje experiencial situado para el desarrollo de las capacidades críticas-reflexivas del estudiante debe tenerse en cuenta:

-Un aprendizaje centrado en la solución de problemas auténticos.

-Análisis de casos (case method).

-Método de proyectos.

-Prácticas situadas o aprendizaje in situ en escenarios reales.

-Aprendizaje en el servicio (service learning).

-Trabajo en equipos cooperativos.

-Ejercicios, demostraciones y simulaciones situadas. –

-Aprendizaje mediado por las nuevas tecnologías de la información y comunicación (NTIC).

Para un pensamiento de alto nivel y participación en las prácticas sociales auténticas de la comunidad.

Y en la segunda variable: b) Sobre lúdica – Pausas activas

En el estudio realizado por Zuluaga-Ramírez C M, Gómez-Suta M del P 2016, se desarrolla sustentación teórica del aprendizaje significativo y la lúdica desde diversas posturas, en primer lugar se hace un acercamiento histórico del surgimiento de la lúdica como favorecedor del aprendizaje para luego describir con autores reconocidos el desarrollo cognitivo y el aprendizaje significativo en relación con la creatividad y la lúdica desde un contexto sociocultural que influye para el proceso cognitivo y traducirse en exitosos procesos de enseñanza - aprendizaje.

En coherencia con lo planteado este autor Bayona y Cols. Cita a Johan Huizinga (1950) quien en su obra *Homo Ludens* expresa que "La cultura se desarrolla en las formas y con el ánimo de un juego", alude al progreso cultural con un importante componente lúdico y el juego evoluciona en concierto con los demás elementos culturales, gracias a este enfoque se obtiene una visión más amplia del surgimiento de lo lúdico en la vida humana, desde la prehistoria hasta hoy en día [24].

El hombre prehistórico empieza a crear, a través del juego, una serie de manifestaciones culturales complejas. En esta faceta del ser humano las manifestaciones lúdicas eran parte integral de rituales religiosos. Por su lado, la actividad física se relacionaba más con cuestiones de supervivencia, dada la necesidad de mantenerse en forma para cazar, o para huir de las fieras. Se podría decir que el hombre primitivo jugaba por un sentimiento mágico-religioso, pero que realizaba actividad física por necesidad (Monroy & Sáez, 2007) [25].

Aproximadamente 4.000 años A.C, surgen actividades lúdicas más desarrolladas, por ejemplo, en Babilonia aparece un juego parecido al actual boxeo, poco después, en Egipto, se comenzaron a practicar actividades de nueve bolos y la civilización cretense desarrolló pasatiempos (Winkler & Schweikhardt, 2005) [26].

Grupos indígenas como los Mayas, Aztecas, Etruscos e Indios, ejercieron juegos diferentes con reglas como preparación importante para la guerra, era una parodia de esta, expresada en brutalidad, intensidad y dolor (Hernández, 2004) [27].

Para Platón, en la filosofía griega, la sociedad ateniense debía mitigar su corrupción con una educación en valores centrada en el juego, porque este era percibido como un elemento disciplinado, enfocado a la formación en valores de interés para el orden de la sociedad. Así mismo, Platón inaugura la teorización de la relación entre juego y formación; que más tarde se integrara en la didáctica en sus más variadas formas. En Grecia, el juego tenía una serie de funciones que buscaban contribuir al desarrollo físico, ayudar en sí mismo a la educación estética y moral de los ciudadanos, desarrollar el espíritu creador y fomentar el espíritu competitivo (González, 2012) [28].

En esta línea, el juego es entendido como elemento de entrenamiento intelectual de diversas características, y se enmarcan aportes que se referencian en el ámbito de las ciencias de la educación (Enriz, 2011) [29].

Pensadores clásicos como Aristóteles ya daban una gran relevancia al aprendizaje por medio de la lúdica, y animaban a los padres para que dieran a sus hijos juguetes que ayudaran a formar sus mentes para actividades futuras como adultos (Editorial, 2009) [30].

En la Edad Media, el juego tenía escasa reglamentación tanto que se aprecia con la frase “La letra con sangre entra”, pero ya en el Renacimiento, los juegos populares y tradicionales adquirieron fuerza y justificaron las posiciones sociales de las personas que los practicaban o contemplaban (Hernández, 2004)[31].

Desde la pedagogía moderna, se concibe el juego educativo como un elemento que facilita el aprendizaje, se buscan modelos de enseñanza que revisen los contenidos transmisibles y

el cómo transmitirlos (Menchén, 1999). Para el siglo XIX, la teoría psicopedagógica de Edouard Claperè-de, sustentó que la escuela era indispensable para el niño, pues constituía un medio alegre en el cual se trabajaba con entusiasmo, además, postuló que el juego era un ejercicio preparatorio para la vida y tenía como objeto el libre desarrollo de los instintos heredados, resultando como un agente natural educativo (Paredes, 2002). En esta época surgen pensadores como Manuel Bartolomé Cossío que proponen métodos donde el niño aprende jugando para dejar a un lado la memoria como único instrumento de la enseñanza (Menchén, 1999) [32].

Para Piaget en su sustento teórico constructivista y desde la epistemología genética del conocimiento, aseveró que las estructuras de conocimientos, sobre la que se forman los sistemas mentales sufren procesos de adaptación constantes; pues al encontrarse en interacción con el ambiente, las operaciones cognitivas deben transmutar para responder al contexto, sin perder la esencia de la estructura, por lo cual, los niveles superiores de ilustración se cimientan en combinaciones cognitivas anteriores y sus unidades de trabajo son índices previos (Lourenço, 2014) [33].

Para Piaget, la adaptación es consecuencia de dos procesos: asimilación y acomodación. El primero permite al individuo afrontar una nueva situación usando el conocimiento de sus experiencias pasadas; sin embargo, si la persona enfrenta ambientes previamente no codificados se plantea un conflicto cognitivo que es la puerta para la acomodación, por la cual las estructuras mentales se modifican progresivamente para incorporar los resultados del nuevo escenario (Aguilar & Pérez y Pérez, 2015). A partir de este procedimiento, Piaget planteó un modelo de individuo que es guiado por el imperativo categórico y participa del proceso educativo porque busca un pensamiento científico y juicio moral a partir de principio dialécticos del aprendizaje. Esta teoría constructivista posee uno de los cimientos del concepto de metodología lúdica, porque en esta última se comprende la dimensión del desarrollo de los individuos (Mejía, 2011); además, los juegos serios no limitan que el hombre idee nuevas perspectivas y lidere el desarrollo de las mismas para formar soluciones viables que se puedan trasladar a un contexto real (Díaz, 2006) [34] [35].

Vigotsky en su teoría cognitiva constructivista sustenta que el conocimiento se desarrolla en la medida como el individuo participa de varias formas de la interacción social, usando herramientas y signos que son, también, sociales en su propia naturaleza. Su fundamento teórico parte de la clasificación de los procesos psicológicos en elementales-instrumentales y superiores; los primeros son controlados automáticamente por el entorno, estos procesos instrumentales son resultado de la participación de los seres humanos en contextos de relaciones directas, pues todas las funciones elevadas se originan de la interacción social (Lourenço, 2012). Mientras que los superiores son regulados por el individuo, es decir, por la creación y utilización de estímulos artificiales que se transforman en los impulsores de la conducta (Fani & Ghaemi, 2011).

De esta forma, Vigotsky expone que el desarrollo cognitivo depende de la zona de desarrollo próximo, a diferencia de sus antecesores que evaluaban el progreso al determinar el límite superior de desarrollo del alumno y preocuparse por encontrar pruebas del aprendizaje ya alcanzado (Jones, 2009). En este orden, el autor define la zona de desarrollo próximo (ZDP) como un nuevo concepto de enseñanza y aprendizaje que describe la distancia entre el nivel actual de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial; el primero es definido por la independencia que se tenga para resolver problemas, mientras el segundo, plantea la resolución de problemas bajo la guía y/o colaboración de un par capacitado (Fani & Ghaemi, 2011) [36] [37] [38].

Una de las herramientas que conforman la teoría del constructivismo social es la lúdica, por medio de esta, se fomenta el desarrollo psico-social, la conformación de la personalidad, se evidencian valores y se adquieren saberes, porque permite al estudiante recrear sistemas reales donde primero, de manera individual, replantea estructuras cognitivas para luego, interactuar con pares de igual o mayor capacitación, con los cuales generar soluciones para llevarse a otros ámbitos y con mayor facilidad resolver problemas [39].

Para Ausubel, existen dos condiciones que propician el aprendizaje significativo: intencionalidad por parte del alumno, pues él aprende con significado lo que desea y herramientas de estudio potencialmente significativas. En este orden, se deben reconocer las estructuras cognitivas del alumno para emplear los instrumentos propicios a estas. Frente a

la presente perspectiva constructivista, se expone, que un evento educativo debe involucrar al aprendiz, profesor, conocimiento, contexto y evaluación para relacionar la experiencia afectiva con el desarrollo constructivista; y entonces crear un puente entre el conocimiento, actitudes y sentimientos que permitan el aprendizaje significativo (Moreira, 2012) [40].

Desde la visión clásica y humanista del aprendizaje significativo, Mejía (2011) presenta a la lúdica como "un proceso debidamente orientado, que permite al participante activar los sentidos para adquirir nuevos modelos mentales... representar sistemas reales donde se pueden asociar fácilmente los conceptos teóricos a situaciones prácticas, facilitando la creación de aprendizaje significativo". De esta forma, la lúdica permite a los participantes: generar y replantear estructuras cognitivas a través de la interacción con otros, en un entorno que representa las condiciones de un sistema real de interés, por lo cual, facilita la aprehensión de conocimiento para cada uno de los asistentes. Es decir desde un contexto particular y en mantenimiento de un ejercicio de relación con otros pares [41].

Desde la perspectiva del aprendizaje experiencial representado con los autores David Kolb y Roger Fry, en el abordaje de realizan a la exploración de procesos asociados a dar sentido a las experiencias concretas, ellos plantean que la producción de conocimiento se facilita a través de la transformación de las experiencias por parte del estudiante (Bohórquez & Pinzón, 2014). Requiere de un compromiso por la interpretación del pasado y la construcción del presente para formar un futuro diverso socialmente y apoyado mediante escenarios culturales, socialmente ricos que permitan el goce del aprendizaje (Galeano Upegui, 2006) [42] [43].

En este sentido, se requiere de un trabajo previo del docente que se interesa por conocer las estructuras cognitivas del aprendiz, con el fin de emplear las herramientas educativas adecuadas (Konak, Clark, & Na-sereddin, 2014). Esta teoría del aprendizaje experiencial describe cuatro estados del aprendiz en un evento educativo consolidado por un proceso abierto a nuevas experiencias, luego, reflexionar estas situaciones bajo otros enfoques con el fin de crear nuevos conceptos y teorías lógicas que puedan ser empleados en diversos problemas (Bohórquez & Pinzón, 2014).

En constancia de lo planteado, la metodología lúdica es la herramienta adecuada para trasmitir conocimientos, porque ubica al estudiante en el centro de la discusión, en este orden, plantea que la persona trae enseñanza de experiencias previas sumado a un paquete cultural y disposición natural; entonces, el individuo es agente principal en la búsqueda de conocimiento y el maestro es un mediador del proceso.

En revisión de elementos experienciales lúdicos se encontró que en la Universidad de California desde el pregrado de Ingeniería de Sistemas, plantearon la elaboración de un juego práctico y divertido para reconocer los conceptos de interés; como método de validación aplicaron la actividad a 28 estudiantes de segundo semestre escogidos aleatoriamente y aplicaron un diseño software llamado cartas *Problems and Programmers* para reconocer los conceptos de interés; indagar sobre sus pensamientos y sentimientos durante el desarrollo de la actividad y sus opiniones sobre la efectividad pedagógica del juego, a partir de este experimento, concluyeron que el juego de cartas cumplía las metas esperadas (Baker, Navarro, & Van Der Hoek, 2005). Igualmente, entre las herramientas lúdicas se hallan la adaptación de cuentos infantiles para la enseñanza de conceptos relacionados con el pensamiento sistémico, la ilustración de técnicas sistémicas para analizar el efecto del cambio climático (Booth Sweeney, Meadows, & Mehers, 2011) y la instrucción de temáticas económicas como la inflación y el comportamientos de las tasas de interés (Foltz, Reed, & Day, 2002) [44] [45].

De igual forma, existen talleres educativos lúdicos que buscan explorar temáticas específicas, por ejemplo *The Balance ScorecardAproche*, que es una herramienta creada para fomentar el pensamiento crítico en estudiantes de ingeniería a través del estudio de cuadros de mando integral. Como método de validación los investigadores emplearon la entrevista de algunos participantes de la actividad y concluyeron que el taller aportaba a formar nuevos modelos de comportamiento (Boscia & McAfee, 2008) [46].

También pueden encontrarse talleres lúdicos encaminados a generar habilidades administrativas y financieras como *Business Games,* actividad diseñada para estudiantes de ingeniería mecánica, para examinar taxonomía del conocimiento adquirido por los

participantes; la investigación arrojó que la actividad lúdica facilitaba cambios comportamentales y clarificaba conceptos financieros (Ben-Zvi & Carton, 2008) [47].

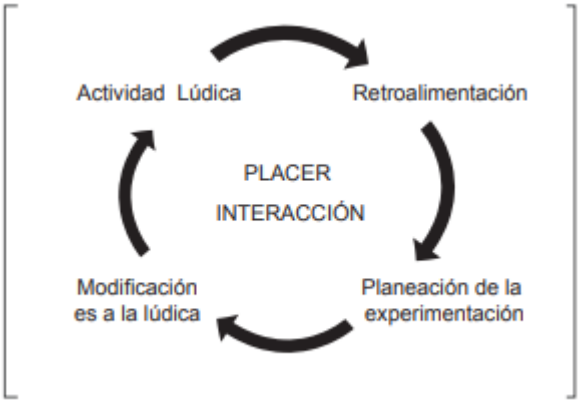
Esta metodología lúdica, utiliza herramientas flexibles para la enseñanza de diferentes temáticas. Es así como profesores de la Universidad de Córdoba, emplearon el método de producción TOC. Este estudio evidenció un incremento del rendimiento académico y el escenario lúdico brindó versatilidad al proceso educativo (Marín-González, Montes-de la-Barrera, Hernández-Riaño, & López-Pereira, 2010) [48].

Otras herramientas vienen diseñándose con las tecnologías de la información y comunicación como el caso de VisAr3D, su objetivo es proveer al usuario la habilidad de manipular y analizar big data desde diferentes perspectivas, por medio de escenarios en tres dimensiones, lo que lo vuelve una experiencia atractiva, de esta forma, el estudiante primero analiza una gran cantidad de arquitecturas de software, para luego construir sistemas propios (Rodríguez & Werner, 2011) [49].

Expresan los autores Zuluaga y Cols (2016), que la metodología lúdica permite en el estudiante vivir el conocimiento por medio de la simulación de ambientes reales y lograr que este involucre capacidades como raciocinio, percepción, emoción, memoria, imaginación y voluntad, construyendo así su propio conocimiento.

En su investigación, desde la herramienta - experiencia, GEIO, propone una serie de etapas que deben realizarse con base en el Ciclo del Aprendizaje Experiencial que fue propuesto por Kolb, y se argumenta desde el aprendizaje significativo desarrollado según las premisas de Piaget y Vigotsky, así:

Figura 1. Adaptación del ciclo de aprendizaje para planear la lúdica



Fuente: Bohórquez y Pinzón 2007.
Tomado desde Zuluaga-Ramírez C M, Gómez-Suta M del P.2016

Con las metodologías lúdicas se llevan a cabo varias etapas. En la primera, se realiza la actividad práctica, generadora de experiencias, de acuerdo con los objetivos del proceso de enseñanza – aprendizaje. Seguidamente, se ejecuta la retroalimentación en donde se discuten y resumen las principales experiencias y puntos de vista de los participantes, finalmente se reflexiona en grupo sobre lo sucedido. En este sentido, se recomienda guiar el proceso de retroalimentación con los siete pasos propuestos por Booth Sweeney, Meadows, & Mehers (2011) [50].

Con esta herramienta los autores en su investigación de contexto simulado y con aplicación práctica evaluada mediante el proceso de validación de expertos, se permitieron examinar características específicas como la actividad, satisfacción del usuario, practicidad, motivación y actuación del estudiante, resultados de aprendizaje, impacto social, entre otros. Este grupo GEIO buscará en futuros proyectos desarrollar herramientas lúdicas donde las nuevas tecnologías de la información sean empleadas para afianzar los procesos de enseñanza – aprendizaje del área de ingeniería universitaria. Zuluaga-Ramírez y Gómez Suta (2016) [51].

En lo expuesto por Pérez-Yglesias (2010), asegura que en la educación de jóvenes es muy importante para ellos, el uso de las estrategias lúdico-creativas en todos los procesos de enseñanza; tanto los que se apoyan en el texto escrito, como los que refuerzan la imagen (fotografía, video, dibujo) o el sonido (música, composiciones) [52].

Y define su concepto de "estrategia lúdico – creativo" como "básica para quienes laboran – reflexionan, sueñan - en espacios donde el conocimiento se construye en la acción, en la relación, en el contacto humano y no sólo en la biblioteca o el laboratorio" [53].

La autora establece una relación entre lo llamado lúdico-creativo y el juego y en una conexión con la niñez. Pero en la actividad debe tenerse en cuenta el "horizonte de espera" de las personas participantes. En los adultos se interpone con la aseveración de "sacar el niño que se lleva adentro" en ser "niños y niñas otra vez" e incluso, cuando se trabaja con diferentes grupos de jóvenes y personas adultas, hacer "niñerías". Se asevera que las personas nunca dejan "al niño curioso y aventurero" que lleva adentro, ni al adolescente que mantiene el impulso o la pasión. Entonces "lo lúdico-creativo es igual a jugar" y lo privilegia como espacio de ocio contrario a trabajo. Se hace un acercamiento en donde tiene que ver con "las personas" y refieren a su bien ser, bien hacer, bien estar [54].

Entonces "lo creativo trasciende la producción misma y refiere a nociones como crear, fundar, instituir, producir, nombrar, criar, instaurar, construir… con estos sinónimos se trata de fijar el sentido privilegiando una visión de trabajo, de construcción simbólica y normativa. Otros sinónimos de creatividad remiten a la imaginación, a las ideas particulares, al sentir, percibir, soñar, pensar… Si se unen las dos perspectivas (sentido ambivalente) esto llevaría a un concepto polisémico que lleva a "sentir" e "imaginar", pero concretando en una producción (acción, actividad, texto particular)". Lo lúdico-creativo, como juego, deporte, entretenimiento, estrategia para aprender y construir conocimiento, se convierte en un derecho a sentirse y estar bien –a no aburrirse– debe ser un derecho humano –es decir de todas las personas– y atravesar la educación que a su vez se considera un derecho básico e inalienable. En el proceso pedagógico, la asignación de las diferentes actividades o experiencias que buscan la eficiencia, la eficacia y la acción innovadora parece adecuada la estrategia lúdica creativa para motivar y para provocar un mayor acceso y participación [55].

El docente en una educación flexible provoca estímulo y motivación; esta estrategia seduce, enamora e implica afectividad por lo que se hace. Esta vía afectiva y efectiva hacia el conocimiento, tan trabajada en los últimos años desde la óptica de la inteligencia emocional (afectiva), las inteligencias múltiples (predominio de lo visual, lo auditivo y lo kinésico) y la

más reciente conceptualización de la inteligencia social permite ampliar la cobertura etaria, geográfica, étnica, de género, étnica, socio económica… Como estrategia –bastante exitosa como forma de capacitación, de aprender y estimular la participación, formar equipos, apoyar liderazgos y construir conceptos y metodologías– lo lúdico creativo contribuye, entonces, con los procesos de enseñanza-aprendizaje y a la construcción de disciplina. [56].

La autora hizo mención de lo fructífero de la intervención en las distintas áreas de cuatro universidades de la ciudad de San José de Costa Rica con grupos de docentes, donde finalmente pretendió impulsar "la actividad lúdico creativa en la vida de las personas" como forma de vivir e interactuar, para un disfrute, gozo y alegría relacionados con "actividades simbólicas e imaginarias" como "el juego, el arte, la literatura, el movimiento, el sentido del humor y el afecto entre otros". En "promover la originalidad, la capacidad de adaptación y de generar ideas novedosas frente a la toma de decisiones y favorecer la resolución de conflictos en beneficio de la calidad de vida en ellos". Al final de estos resultados se exaltaron valores como la interdependencia, diversidad, transdisciplinariedad, sostenibilidad, lúdico-creativo, autoanálisis, acceso a regiones, alegría, mediación, construcción, ética, sinergia y estética.

Pérez – Yglesias puntualiza que la búsqueda del conocimiento pasa por la curiosidad, la aventura, el misterio, la ruptura, el experimento, la exploración, el sueño, la duda, la imaginación, el ensayo, la desmitificación, el riesgo…no importa la edad, el género, la etnia o la clase social a la que se pertenezca, ni si al final se será considerado artista, científico o maestro y la responsabilidad de los líderes sociales (entre éstos los docentes) es de transferir y construir conocimiento colectivamente, superando el paradigma de la competencia a favor del paradigma del complemento y la colaboración. Que Todas las personas tienen derecho a no aburrirse, derecho a disfrutar, a crear, a estar y sentirse bien en la vida cotidiana, a luchar por la excelencia, a aprender con imaginación y profundidad, a entender que la alegría y el entretenimiento contribuyen con el desarrollo humano y social, con el compromiso y el placer; repercutiendo estas estrategias lúdicas y necesarias para la educación, en hacer de los estudiante partícipes, que no se aburran y manejen distintas maneras de aprender [57].

Por otra parte, con lo expuesto por Medina Cabrera (2018), en su tesis sobre actividad física como recurso de aula: neuro educación física mediada por tic – nef-tic – para favorecer el aprendizaje, menciona a Maureira (2014) sustenta que al "realizar ejercicios físicos como una estrategia pedagógica en el intermedio de las clases, es fundamental para potenciar y regular los aprendizajes", Esto conlleva a procesos atencionales que facilitan la nutrición y oxigenación de las redes neuronales [58].

Falco & Kuz (2016), mencionan que "el aprendizaje está constituido por un gran número de procesos, de los cuales algunos de los más importantes son la motivación, las emociones, la atención y la memoria" (p. 46)

En este trabajo de titulación menciona lineamientos desde el Magisterio de Educación Nacional en Colombia quien reconoce la importancia de las materias extracurriculares, como fundamentales para el desarrollo cognitivo de los estudiantes. En tal sentido (Maldonado, 2017) En su artículo "Educación y Neurociencia: Los desafíos de una convergencia necesaria" expresa que "la actividad física intencionada y enriquecida con una buena alimentación y con hábitos positivos para el sueño "Son requisitos básicos para el bienestar físico y mental" y que estas materias extracurriculares son capaces de "Mejorar el rendimiento intelectual-académico", "Potenciar la atención y funciones ejecutivas como la creatividad y comunicación", "Disminuir la depresión, mejorar el bienestar emocional y la calidad de vida".

Llama la atención los instrumentos usados en este proyecto donde trata de evaluar mediante un pre test con Batería psicopedagógica las dimensiones de atención y concentración y luego d aplicada la estrategia pedagógica de neuro educación física se batería psicopedagógica que implica nuevamente la evaluación de la dimensión de atención y concentración para hacerlo en un proceso de autoevaluación y coevaluación que involucra tanto al docente como a los estudiantes. En particular con el docente, él da el criterio de cambio o no que observa en el estudiante antes y después de aplicar la batería….

En los resultados la investigación analizó los efectos que tiene la AFI mediada por las tecnologías de la información y la comunicación –TIC– en sesiones de media hora por semana, durante 12 semanas escolares. Luego de un proceso investigativo de diseño mixto

con preponderancia en lo cualitativo y basado en una estrategia secuencial transformativa, se obtuvieron resultados desde las dos grandes categorías propuestas. Para la categoría logro atención-concentración, la comparación entre el pre y postest aplicados a los estudiantes, evidenció un aumento importante en este dispositivo básico de aprendizaje. Dicho avance también pudo observarse durante la implementación de la propuesta. Para la categoría NEF-TIC inclusiva, estos hallazgos indican y permiten discutir la importancia de incluir en las prácticas pedagógicas docentes un programa de AFI mediada por TIC para favorecer el aprendizaje de los estudiantes. Adicionalmente, se evidenció avances en el rol de docente hacia el reconocimiento de incluir este tipo de actividades físicas en su práctica pedagógica. Finalmente, se recomienda a la institución educativa distrital Panamericano implementar el programa mediante adecuaciones en las prácticas pedagógicas de los docentes.

El investigador Medina Cabrera (2018) concluye que la estrategia pedagógica implementada incide muy positivamente en el logro de la atención-concentración de los estudiantes, favoreciendo de esta manera los aprendizajes y la creación de ambientes de aprendizaje más placenteros y efectivos. En este sentido, si se desea avanzar hacia una escuela que permita la inclusión de este tipo de estrategias es necesario 98 que los maestros evaluemos y rediseñemos el cómo enseñar, teniendo como base los conocimientos que se tienen sobre el cerebro y sus estrategias para acceder al aprendizaje.

TEORÍA MÉTODO FROEBELIANO (Federico Froebel)

Métodos según la concreción de la enseñanza:

Simbólico. Este método se sustenta cuando la enseñanza se realiza principalmente a través de la palabra, utiliza como único medio el lenguaje oral y el escrito.

Intuitivo. Este método se distingue por realizar la enseñanza mediante experiencias directas, objetivas y concretas. Aquí se trata de que el estudiante forme su propia visión de las cosas sin intermediarios.

Froebel utiliza el método intuitivo porque enseña mediante experiencias directas, objetivas y concretas; por lo que crea los materiales didácticos llamados “dones”. Permite que el niño

interactué con su entorno, con la naturaleza de forma libre y espontánea; fomentando la auto actividad en el alumno.

5.2 Marco Conceptual

Se entiende por aprendizaje al proceso a través del cual el ser humano adquiere o modifica sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas, como fruto de la experiencia directa, el estudio, la observación, el razonamiento o la instrucción [60].
Se denomina aprendizaje al proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia.

El aprendizaje es una experiencia humana tan común que las personas rara vez reflexionan sobre lo que realmente significa decir que se ha aprendido algo.
El aprendizaje es un cambio duradero en los mecanismos de conducta que implica estímulos y/o respuestas específicas y que es resultado de la experiencia previa con esos estímulos y respuestas o con otros similares.

ELEMENTOS CARACTERISTICOS

El aprendizaje requiere la presencia de un objeto de conocimiento y un sujeto dispuesto a conocerlo, motivado intrínseca y/o extrínsecamente, que participe activamente en la incorporación del contenido, pues nadie puede aprender si no lo desea. Así mismo, se requiere del esfuerzo mental, para acercarse al objeto a conocer, observarlo, analizarlo, sintetizarlo, comprenderlo, y de condiciones óptimas del entorno (para adquirir conocimiento o conocerlo se requiere que no exista un alto nivel de ruido o factores distractores).

Se necesita de tiempo suficiente según cada conocimiento. Y el nuevo conocimiento será mejor aprendido si se respetan los estilos cognitivos de quien aprende, su inteligencia predominante dentro de las inteligencias múltiples y las características de lo que se desea aprender, ya que no se aplicarán las mismas estrategias para aprender, por ejemplo, aprender a montar bicicleta, para aprender a sumar, para aprender un hecho histórico o para ubicarse geográficamente.

En principio, se necesita de alguien que contribuya al aprendizaje, guiando al aprendiente y brindándole las herramientas necesarias, para que luego pueda realizar un aprendizaje autónomo.

Significa de la integración de un nuevo contenido (conceptual, actitudinal o procedimental) en la estructura cognitiva. Y el objeto conocido y aprehendido debe ser integrado con otros conocimientos previos para que se logre un aprendizaje significativo. El nuevo conocimiento así adquirido se aloja en la memoria a largo plazo y es susceptible de ser recuperado para ser usado en la resolución de situaciones problemáticas, iguales, similares o diferentes a las que motivaron el aprendizaje. Entonces, el que aprende debe ser capaz de juzgar cuánto aprendió o no aprendió (meta cognición) para saber si debe seguir en la construcción del conocimiento o éste ya se ha arraigado en forma suficiente.

POTENCIALIZACION DEL APRENDIZAJE

El concepto de potencial de aprendizaje se desarrolla a través de dos modelos: el cognitivo y ecológico contextual, los dos con una gran influencia en la educación actual, en donde se favorece el aprendizaje significativo de manera individual y grupal. Los estudios sobre potencial del aprendizaje surgen por las propuesta de Vigotsky citados en Román Pérez y Diez López (1999), en donde distingue dos niveles en el desarrollo: uno real y otro potencial, que muestra lo que el individuo puede hacer con la ayuda de los demás.

Entonces, de ahí se origina el concepto de zona de desarrollo potencial en donde se manifiesta la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de un sujeto de resolver individualmente un problema y el nivel de desarrollo potencial, que muestra la capacidad de solucionar un problema dado, en un marco interindividual. Román Pérez y Diez López (1999) menciona que Feurstein afirma que el potencial de aprendizaje es “la capacidad del individuo para ser modificado significativamente por el aprendizaje. Existen otros autores que hablan respecto al potencial del aprendizaje como Román Pérez y Diez López (1999) para ello la mediación del adulto es actuar como agente de socialización y facilitador del aprendizaje. Para ellos el concepto de “aprender a aprender está íntimamente relacionado con el concepto de potencial de aprendizaje. Su pretensión de fondo no es más que una,

desarrollar las posibilidades de aprendizaje de un individuo y esto trata de conseguirlo por medio de la mejora de las técnicas, destrezas, estrategias y habilidades de un sujeto con las cuales se acerca al conocimiento. Supone un estilo propio de conocer y de pensar. Más aún implica el aprendizaje y uso adecuado de métodos. A continuación, se enlistan cinco elementos para potencializar el aprendizaje.

1. **Habilidades.** Estas reflejan las capacidades o aptitudes con las que se cuenta para realizar determinada actividad o tarea, y aunque algunas son innatas también es cierto que se cuenta con la capacidad de adquirirlas o con la práctica mejorarlas, así es que al hacer uso de ellas y de ejercitarlas para que aumenten el conocimiento dentro del proceso de aprendizaje son importantes exaltarlas.
2. **Hábitos.** Por lo general se asocian con algo que se acostumbra a hacer o realizar constantemente, es así como dentro del aprendizaje el contar con determinados hábitos de estudio, es de gran utilidad para desarrollar y consolidar un conocimiento día a día.
3. **Técnicas.** Las técnicas constan de una serie de pasos que se siguen con la finalidad de lograr determinado objetivo, para lograr mejores resultados dentro del proceso de aprendizaje, como por ejemplo cuando se hace uso de determinadas técnicas de estudio para mejorar la comprensión de los materiales que se deben estudiar, en donde lo importante además del seguimiento de estas técnicas, es ser capaces de personalizarlas, es decir de adaptar los pasos que se consideran más útiles de acuerdo a las habilidades y objetivos deseados del dicente.
4. **Instrumentos.** Estos se refieren a los recursos materiales, herramientas y medios operativos con los que se cuentan y deben hacerse uso, para potencializar el aprendizaje ya que facilitan la práctica, y realización de las tareas de estudio.
5. **Estrategias.** Las estrategias de aprendizaje, están relacionadas con aquellos procesos que implican la realización coordinada y estructurada del método de estudio a seguir, de acuerdo a las habilidades con las que se cuentan, las técnicas a emplear, los instrumentos que serán usados. etc., para conseguir los objetivos que se desean obtener tomando en cuenta la importancia del compromiso personal, dentro del desempeño académico, así como desarrollar la capacidad de autoevaluación para ir corrigiendo y mejorando ese proceso de aprendizaje.

5.3 MARCO LEGAL

Artículo 67. Se establece que la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social: con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica y a los demás bienes y valores de la cultura, para la adecuada formación del ciudadano. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y nueve de educación básica. La educación será gratuita en las instituciones del Estado, sin perjuicio del cobro de derechos académicos a quienes puedan sufragarlos.

El derecho a la educación básica está enfocado hacia la alfabetización, los conocimientos básicos de aritmética, la preparación para la participación social, ciudadana y la actividad económica. El derecho a la educación ayuda a orientar a los derechos sociales hacia la acción, la elección, la autoayuda, la mutua ayuda y la participación social, política y económica. La Declaración Universal de los Derechos Humanos enfatiza que la educación básica debe ser tanto libre como obligatoria. Los padres de familia no tienen la libertad de dejar a sus hijos sin educación y analfabetas.

Por otro lado, el artículo 67 de la Constitución consagra que la educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social. También establece que el Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, la cual será obligatoria entre los 5 y los 15 años de edad y que comprenderá como mínimo un año de preescolar y nueve de educación básica. En otras sentencias, la Corte Constitucional ha reconocido el carácter fundamental del derecho a la educación, considerando que esta se constituye como un valor del Estado social de derecho. Adicionalmente, la posible vulneración del derecho fundamental a la educación puede ser reclamada por vía de tutela.

La atención es un mecanismo que posee el ser humano para poder discriminar, entre los miles de estímulos que percibe, aquellos que son relevantes 6 necesarios para él.

El nivel de atención no debe sobrepasar unos límites máximos, que producirían cansancio o fatiga, ni unos mínimos que concluirían en aburrimiento y distracción.

El alumno requiere de un grado de atención para la adquisición del aprendizaje. La disminución de la atención en el proceso de aprendizaje es una señal de aviso de fallos ó problemas en el proceso, repercutiendo de forma muy importante en la eficacia del aprendizaje.

Luria (1975): consideraba que la atención consiste en un proceso selectivo de la información necesaria, la consolidación de los programas de acción elegibles y el mantenimiento de un control permanente sobre el curso de los mismos. Según este autor, se pueden dar dos tipos de atención:

- **Atención involuntaria:** Es el tipo de atención producida por un estímulo intenso, nuevo o interesante para el sujeto; equivale al reflejo de orientación. Sus mecanismos son comunes a los hombres y a los animales.

- **Atención voluntaria:** Implica concentración y control, está relacionada con la voluntad y consiste en la selección de unos estímulos independientemente de otros. Responde a un plan y es exclusiva del hombre [59].

Características o atributos más importantes de la atención

- **Amplitud:** Se refiere tanto a la cantidad de información que se puede atender a la vez como al número de tareas que se pueden realizar simultáneamente. Es limitada y depende de una serie de características coma el tipo de información que se ha de atender, el nivel de dificultad de las tareas y el nivel de práctica y automatización. Cuando sobrepasa de cuatro a nueve factores, será necesaria la utilización de otros recursos.

- Actividad: La atención supone un incremento en la actividad del sistema nervioso e intelectual del alumno.

- **Selectividad:** Se refiere al tipo de estímulos o de tareas que se seleccionan. La selección, realizada en parte por exigencias de la limitación de la amplitud, se realiza tanto a nivel cualitativo (tipo de estímulos o de tareas) como cuantitativo (número de estímulos o de tareas). La atención es selectiva. Esta selectividad viene marcada por la limitación de información que una persona puede procesar. Esta característica hace que se establezcan jerarquías, prioridades, filtrando la información y dejando pasar

solo aquello que es importante ó relevante.

- **Intensidad:** Se refiere a la cantidad de atención que prestamos a un objeto o tarea. Está directamente relacionada con el nivel de alerta y vigilancia y no es constante.

6. MARCO METODOLÓGICO

6.1 PARADIGMA: un paradigma es un esquema normal admitido y consensuado por una comunidad para enmarcar, encarar, leer, explicar o ver un fenómeno[60]

El paradigma desarrollado en la presente investigación corresponde al empírico-analítico que es un modelo de investigación científica, que se basa en la experimentación y la lógica empírica, que junto a la observación de fenómenos y su análisis estadístico, es el más usado en el campo de las ciencias sociales y en las ciencias naturales.

Donde la información obtenida por medio de las experiencias y la observación son pertinentes con los datos que se recolectarán desde la población objeto de estudio. Esta evidencia de datos empíricos es producida por la experiencia y la observación que se realizará de los hábitos alimenticios, el ejercicio físico y las medidas antropométricas respectivas de la población objeto de estudio.

6.2 ENFOQUE CUALITATIVO: La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas.

Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes[61]. Para la presente investigación se realizará desde un enfoque cualitativo.

6.3 TIPO DE INVESTIGACIÓN: Descriptivo – Prospectivo – Transversal. Esta investigación es tipo descriptiva porque explica lo que es, describe de manera sistemática el área de interés en sus características[62]

Es prospectivo porque se observa a través del tiempo. El seguimiento se realizará mediante la aplicación de una ficha de observación de campo y de Entrevista aplicada a dos grupos focales.

6.4 POBLACION: Según Tamayo (2012) señala que la población es la totalidad de un fenómeno de estudio, incluye la totalidad de unidades de análisis que integran dicho fenómeno y que debe cuantificarse para un determinado estudio integrando un conjunto N de entidades que participan de una determinada característica, y se le denomina la población por constituir la totalidad del fenómeno adscrito a una investigación[63]

Es el conjunto total de individuos, objetos o medidas que poseen algunas características comunes observables en un lugar y en un momento determinado, donde se desarrollará la investigación. Por ejemplo: Estudiantes matriculados en primer semestre del programa académico de Enfermería de IES en Barranquilla. Número total de estudiantes de primer semestre corresponde a 120 estudiantes.

6.5 MUESTRA: La muestra es donde se determinar la problemática como desde la generación de los datos con los cuales se identifican las fallas dentro del proceso. Según Tamayo y Tamayo, afirma que la muestra ¨ es el grupo de individuos que se toma de la población, para estudiar un fenómeno estadístico"[64]

La muestra estará conformada por dos grupos focales donde cada grupo se conformará por cuatro integrantes, para un total de dos grupos focales y un total de ocho participantes.

6.6 CRITERIOS DE INCLUSIÓN: Los criterios de inclusión son las características que deben tener los posibles participantes para considerar su participación en un ensayo.

Los criterios de inclusión deben especificar el tipo de análisis usado para establecer el diagnóstico de los pacientes y los requisitos específicos para el tratamiento de la enfermedad (por ejemplo, la gravedad de la enfermedad, el fracaso o éxito de tratamientos anteriores y otros factores que pueden influir en el pronóstico, como la edad, el sexo o la etnia).

Se incluyen como criterios para la presente investigación los siguientes:

- Jóvenes entre las edades de 18 a 25 años que se encuentren matriculados en primer semestre del programa académico de Enfermería

- Que se encuentre activa su asistencia a clase (Matriculado académicamente) en el curso de epistemología de la enfermería.
- Estudiantes que aprueben participar en la presente investigación y firmen el consentimiento informado
- Estudiantes que accedan a realizar los talleres de pausas activas- propios de ésta investigación y previamente programados para la intervención
- Grupos de estudiantes que tributen su aprendizaje en las mismas asignaturas y asistan a las mismas aulas de clase

6.7 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

Los criterios de exclusión son características que impiden la participación en un ensayo.

- No se evaluará el desempeño en el rendimiento de las pausas activas
- Se exceptuará a los menores de 18 años adscritos al primer semestre del programa académico de Enfermería
- Se exceptuará un semestre académico distinto al primer semestre
- Adolescentes y jóvenes con alguna enfermedad de base diagnosticada por certificación médica que impida su participación en esta investigación o los que no deseen participar en la investigación

6.8 CRITERIOS ÉTICOS DE LA INVESTIGACIÓN: Esta investigación se ejecutará de acuerdo a los tres principios universales de investigación, descritos en el Informe Belmont: Respeto por las personas, Beneficencia y Justicia. En garantía del bienestar de los participantes (Estudiantes matriculados en el programa académico de enfermería de IES que son objeto de estudio). Con un efectivo trato de respeto y compromiso, permitiéndoles decidir por sí mismos en participar en el presente estudio. Se les presentará también el consentimiento informado (CI), en el que se provee de información relacionada con el proceso investigativo dirigido a los informantes clave de este estudio, para su asistencia y aprobación de la recolección de la información pertinente con los objetivos planteados en este estudio.

Los investigadores se asegurarán que los participantes de la investigación, comprendan que su participación es voluntaria, libre de coerción o incentivos indebidos. En relación a la ética de investigación, la beneficencia significa una obligación a no hacer daño (no maleficencia), minimización del daño y maximización de beneficios. Este principio requiere que exista un análisis de los riesgos y los beneficios de los sujetos, asegurándose que exista una tasa riesgo/beneficio favorable hacia el sujeto de investigación. Con el principio de Justicia, en este valor se refiere a la distribución de los sujetos de investigación, de tal manera que el diseño del estudio de investigación permita que las cargas y los beneficios estén compartidos equitativamente. (Principios éticos, 2012).

6.9 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE LA INVESTIGACIÓN

6.9.1 OBSERVACIÓN DE CAMPO: Roberto Hernández Sampieri y colaboradores (2000) escriben que la observación se fundamenta en la búsqueda del realismo y la interpretación del medio; es decir a través de ella se puede conocer más acerca del tema que se estudia basándose en actos individuales o grupales como gestos, acciones y posturas. Es una eficaz herramienta de investigación social, para juntar información si se orienta y enfoca en un objetivo específico[65]

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CAMPO DEL ESTUDIO

Título de la Investigación: Aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla 2019-2020

OBJETIVO GENERAL

Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019

Para Hallar el Objetivo 1. Identificar mediante un diagnóstico estrategias en actividades de estudio que adoptan los estudiantes para alcanzar un aprendizaje significativo en una Institución de Educación Superior en Barranquilla.

FICHAS DE OBSERVACIÓN DE CAMPO. (Se aplicarán 20 fichas de observación de campo)

Nombre: _____ Edad:_____ Semestre:_____ Sexo:_____

ESTRATEGIAS DE OBSERVACIÓN EN EL ESTUDIO:

1. **En la Relación Interpersonal** (Se observarán características de relación):
   a. Unipersonal___
   b. Grupal entre estudiantes: ____
   c. Grupal entre estudiantes y Docentes: _____
   d. Grupal entre estudiantes y personal responsable de las áreas de estudio: ____
2. **Uso de Herramientas Tecnológicas (**Observar el uso de herramientas tecnológicas)
   a. No las está Usando____
   b. Si las está Usando_____

   Tipo de Herramienta tecnológica que apoya su estudio

   a. Celular____
   b. Tablet____
   c. Computador___
   d. Otro tipo de Herramienta_____ Cual: _____
3. **Uso directo de fuentes primarias en la lectura** (Observar el uso de fuentes primarias de lectura durante la actividad de estudio del estudiante):
   a. Usa Libro_____
   b. Usa revistas generales____
   c. Usa revistas científicas_____
   d. Usa lectura de Periódicos: _____
   e. Otro_____ Cual: _____
4. **Complementación en el ambiente de estudio** (observar el uso de Artefactos en el ambiente de estudio):

a. escucha música
-Con audífonos_____
-Con volumen alto____
-Entona el ritmo de la música____
b. Acompañamiento del ambiente externo
- Mientras estudia habla con otros___
-Tiene una actitud de distraído_____
- Se observa concentrado y atento___
c. Ubicación del estudiante según áreas:
-Se ubica en Hemeroteca___
-Se Ubica en Biblioteca____
-Se encuentra en un pasillo__
-Está estudiando en zona de cafetería___
-Se ubica en aula cerrada___
-En Sala de cómputo____
-Se ubica en áreas en el piso____

-Se encuentra cerca a zonas verdes_____

6. Técnicas de aprendizaje (Observación de ciertas actitudes de conducta durante el aprendizaje)

-Está atento y callado_____

-Está en movimiento y/o haciendo trazos_____

-Está verbalizando_____

7. Actitud Personal (Observación de ciertas actitudes de conducta durante el aprendizaje)

-Se muestra callado____

-Se muestra apasionado por el aprendizaje_____

-Se observa melancólico y triste____

-Se observa alegre____

-Se observa cavilante/ reflexionando___

-Se encuentra adormilado____

-Se observa muy atento y despierto____

Para Hallar el Objetivo 2. Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje en los estudiantes de Institución de Educación Superior después de implantar talleres lúdicos pedagógicos de pausas activas en Barranquilla 2019

Se elaborarán ítems de entrevista semi estructurada para la Valoración de la atención y silencio de cada estudiante desde un orden cualitativo (Para aplicar este instrumento a nuestro proyecto de investigación). Y será aplicado a los estudiantes objeto de estudio en el espacio de tiempo post aplicación de la sesión del taller lúdico de pausas activas.

Para Hallar el Objetivo 3. Especificar resultados de aprendizaje significativo en ambientes de aprendizaje obtenidos a partir de la ejecución de talleres con estrategias lúdico pedagógicas de Pausas Activas en estudiantes de IES en Barranquilla

Desde el diseño e implantación del taller de pausas activas que contemple tres fases:
Primera Fase: Ejercicios de respiración con tiempo asignado de 5 minutos
Segunda Fase: Ejercicios de relajación con tiempo asignado de 5 minutos
Tercera Fase: Ejercicios de Activación con tiempo asignado de 5 minutos

Tanto el segundo como tercer objetivo de la presente investigación estarán alcanzados por:

a. **Implementación de Taller de pausas activas**
b. **Instrumento entrevisto semi estructurada para grupo focal: Este instrumento estará conformado a su vez por dos parte a saber:**

-El reactivo de preguntas correspondientes a la valoración de la atención y silencio de los estudiantes
-El reactivo de preguntas de aprendizaje significativo con relación a su respuesta de aprendizaje tanto en el curso al cual asistió antes de la implantación del taller de pausas activas como del curso al cual asistirá después de la realización de las pausas activas.

a. TALLER LÚDICO DE PAUSAS ACTIVAS (A implantarse)

Los problemas de atención y silencio de los estudiantes de los primeros semestres del programa académico de Enfermería son una evidencia constatable desde hace años. Este déficit de atención, cuya intensidad y prevalencia son variables, repercute tanto en el rendimiento educativo de los alumnos afectados como en el clima general de las relaciones de convivencia y en su propia estabilidad personal reflejado tanto en sus características de comportamiento como de conducta.

En especial, una mente que guarda equilibrio con su salud mental favorece para el aprendizaje de cualquier materia o disciplina, así como su involucramiento con las relaciones sociales. Y un requisito esencial para que la mente se estabilice y se centre es que se encuentre relajada. Este estado es el primer paso para aquietar la mente y una vez conseguido esto, mantiene una energía mental estable para enfocarse y trabajar de forma serena, equilibrada y eficiente, con menores distracciones y con mejor capacidad para generar respuestas más asertivas frente a las distintas situaciones a afrontar.

Así la relajación afecta al conjunto de la persona, entendida esta como una entidad que funciona de forma global y armónica, según una interacción constante dentro del sistema cuerpo-mente. Se espera de resultados satisfactorios que favorezcan a la unidad

compleja de la persona en su función de estudio que redunde por un aprendizaje significativo.

El siguiente taller pretende asegurar la atención y silencio de los alumnos mediante la implementación de estrategias de pausas activas que queremos implementar y nos anima a persistir en este objetivo.

PROPUESTA DE TALLER –PAUSAS ACTIVAS-

En esta orientación del taller de Pausas Activas se han tomado apartes del programa TREVA (Técnicas de relajación vivencial aplicadas al aula): aplicaciones, eficacia y acciones formativas del autor López González L. (2012) como base fundamental adaptado a la presente investigación[67].

Tres etapas que en sí mismas requiere este Taller Así:

Esta propuesta de implantación del taller contempla tres sesiones para desarrollarse así:

1. **Preparación:** refiere a disponer tanto los recursos físicos como la disposición del talento humano (Estudiantes de primer semestre pertenecientes a la muestra de estudio), además, con la disposición de la infraestructura física y el tiempo de desarrollo del taller. Para este cumplimiento se elaborarán los permisos de salón asignado, permisos de docentes con asignaturas superpuestas al horario elegido, la retroalimentación con los docentes de la asignatura previa y la asignatura posterior a la realización del taller.
2. **Ejecución:** Corresponde a la realización del taller de pausas activas como se ha contemplado realizar y según lo programado.
3. **Valoración:** Se desarrolla después de realizado el taller (aplicación de entrevista a Grupos focales)

   -De reflexión para el alcance de la atención y el silencio como uno de los objetivos finales del taller lúdico de pausas activas

   -Reflexión de resultados de aprendizaje significativo en ambientes de aprendizaje aposteriori a la realización del taller lúdico de Pausas Activas

Etapa de Ejecución del Taller

Durante la ejecución del taller existen unos elementos implícitos para su realización contemplados desde la creatividad, flexibilidad, integralidad, transversalidad, de los involucrados para el alcance de la atención y el silencio. (Ver cuadro 2) y (ver tabla 1. Item de valoración de la atención y el silencio)

1. Ejercicios de Respiración

Objetivos específicos

Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje

Objetivos terminales

Tomar conciencia de respiración y postura.

Cuadro 2. Elementos implícitos para la intervención del Taller – Pausas Activas-

CARACTERÉSTICAS	JUSTIFICACIÓN
Creatividad	Serán los investigadores los que de acuerdo a los horarios y espacios convenidos con los estudiantes acuerden su realización. Es dinámico. De acuerdo a estas condiciones pueden crear sus propios ejercicios de respiración
Flexibilidad	De acuerdo a asignaturas, funciones de otros docentes con otras asignaturas, manejo del tiempo y facilidad de participación de los dicientes.
Integral	Aporta a la mente, el cuerpo y las emociones en un modelo integral educativo. Se basa en la vivencia del alumno y en una visión humanista de su cuerpo-persona (Sacristán, J. (2003)[66]
Transversalidad	Es transversal a los currículos

Tabla 1. Ítems de valoración de la atención y el silencio. Aplicación y acciones formativas

tem Valorativo	Definición	Ideas Clave	Tipos de ejercicio	Preguntas Entrevista	Valoración				
					1	2	3	4	5
					SR	M	B	MB	E
Silencio Mental	Es la habilidad de reducir el pensamiento obsesivo y silenciar la mente.	1. Respiración profunda. 2. Auto-observación del pensamiento. 3. Aplicar ejercicio sin forzarse.	Cuenta atrás (Desde diez a cero). Vaciar la mente. Encajonar el pensamiento. Fondo negro/blanco. El silencio mental. "Abrir" el cerebro. Sentir la lengua. Sentir el peso del cuerpo	1.Por medio de los ejercicios aplicados de pausas activas alcancé un estado de silencio mental					
Voz y Habla	Recurso psicofísico auto sugestivo, expresivo, relajador y terapéutico muy diverso: voz interna y externa.	La lengua como centro vivencial: Relación lengua-cerebro y lengua-cuerpo. Relación habla-personalidad-vivencia. Relación entre voz e identidad. Relación entre voz y respiración	(Interna/externa) Acompañamiento verbal de la acción, voz guía. Afirmaciones. Voz e identidad. Canto. Música. Verbalizar emociones. Poner nombres a sensaciones	2.Sentí relajada mi lengua 3. Solamente sentí mi voz interna					
Relajación	Es la capacidad de relajar los músculos. Habilidad de soltar toda la aprensión, no oponerse a la gravedad.	1. Soltar. 2. Dejarse caer. 3. Reposar. Se puede hacer con tensión antes de soltar	Tensión-distensión. Con y sin objetos. Ejercicios de soltar. Favorecer la gravedad. De reposo. Posturales	4.Sentí que soltaba todo mi cuerpo 5. Me sentí reposado y sin tensiones					
Campo Sensorial	Conjunto de percepciones a través de los sentidos. Desarrollo de la "alta fidelidad perceptual".	Los cinco sentidos. La cinestesia y sus relaciones intersensoriales. Los sentidos como ventanas abiertas al mundo. Apego y desapego sensorial.	Mezcla sensorial. Olores conscientes. Tacto consciente	6. Sentí desconectarme del mundo exterior. 7. Usé mis sentidos de forma pensada – racional.					
Postura	Forma de estar en el mundo, de afrontar una situación o	Elementos de una postura sana: centro de gravedad, disposición palancas,	Postura correcta. Uso corporal. Posturas expresivas. Cada	8. Mi postura expresaba mi autenticidad					

	realizar cualquier tarea humana	músculos, tensión. 2. Uso corporal. 3. La postura como expresión global de la persona (autenticidad y expresividad).	momento, una postura. De postura a postura.	9. Después de los ejercicios me siento más optimista para afrontar las tareas de mi cotidianidad					
Emergía Postural	Nivel de energía y relación con el medio, del cual se puede tener conciencia. Soportada por prácticas de la medicina china y de disciplinas orientales	El flujo energético. Centros y canales de energía. Bloqueos. Dinamismo energético.	Percibir la energía. Las chacras. Puntos energéticos. Expresión luminosa, calorífica y pacificadora de la energía. Energía vs relajación. Energización	10. Mi nivel de energía se siente en sintonía con el medio que me rodea 11.Me siento energizado para realizar las actividades cotidianas					
Movimiento consciente	Traslado de una postura a otra con autopercepción absoluta.	Conciencia de la respiración. Globalidad, lentitud, fluidez y armonía	Movimiento respiratorio. Expresividad. Autenticidad del movimiento. Gozar del movimiento	12. Hago ejercicios de respiración consciente					
Centramien-to	Recurso que consiste en alinear las tres dimensiones: corporal, emocional y mental.	Trabajar los tres niveles en este orden: 1. Relajación corporal. 2. Empaquetamiento mental. 3.Enfoque emocional	Concentración. Dejarse centrar. Meditación. Predominio de un centro-canal	13. Me siento alineado con mi cuerpo, mente y emociones					
Focusing	Método vivencial de autoconocimiento y se basa en la escucha profunda y amable del propio cuerpo para aprovechar su sabiduría y hacernos más conscientes de cualquier experiencia	Se basa en seis pasos a saber: 1. Prepararse, 2. Sentir, 3. Expresar. 4. Comprobar, 5. Profundizar, 6. Cerrar para localizar y focalizar la sensación-sentida abriéndonos a espacios de transformación y liberalización en nuestro cuerpo.	Se aplica con éxito a la comunicación, la creatividad, la inteligencia emocional, resolución de conflictos, relaciones interpersonales.	14.Escucho mi voz interior para proseguir a la toma de mis decisiones 15. estos ejercicios me ayudan para que mis aprendizajes sean más significativos					

Fuente: Tomado del Programa TREVA (Técnicas de relajación vivencial aplicadas al aula): aplicaciones, eficacia y acciones formativas del autor López González L. (2012)

2. **Etapa de relajación.**

Objetivos específicos

Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje

Objetivos terminales

Tomar conciencia de sensaciones y emociones

Ver tabla 1. Para la valoración.

3. Ejercicios de activación en la oxigenación cerebral

Objetivos específicos

Favorecer el aprendizaje con un sentido significante en ambientes de aprendizaje

Objetivos Terminales

Integrar la experiencia en aprendizajes significativos en el aula de clase

Ver tabla 1. Para la valoración

ENTREVISTA SEMI ESTRUCTURADA PARA GRUPOS FOCALES

El propósito es: Escuchar, reconocer las propias emociones y aprender a transformarlas para asegurar la atención, el silencio y el aprendizaje significativo que repercute en el ambiente de aprendizaje del aula de clase

OBJETIVO GENERAL

Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019

Objetivo específico 2. Valorar la atención y el silencio como requisitos para el aprendizaje en los estudiantes de Institución de Educación Superior después de implantar talleres lúdicos pedagógicos de pausas activas en Barranquilla 201

Objetivo específico 3. Especificar resultados de aprendizaje significativo en ambientes de aprendizaje obtenidos a partir de la ejecución de talleres con estrategias lúdico pedagógicas de Pausas Activas en estudiantes de IES en Barranquilla.

PREGUNTAS:

1- ¿Por medio de los ejercicios aplicados de pausas activas explique Usted cómo alcanzó un estado de silencio mental?
2- ¿Explique Ud. si por intermedio de los ejercicios aplicados de pausas activas alcanzó un estado de relajación de su lengua?
3- ¿Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas alcanzó a sentir su voz interna?
4- ¿Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas Sintió que soltaba todo su cuerpo?
5- ¿Que se sintió reposado y sin tensiones?
6- ¿Se sintió desconectado del mundo exterior?
7- ¿Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas usó sus sentidos de forma pensada – racional?

8- ¿Sintió que su postura expresaba su autenticidad real?
9- ¿Después de los ejercicios se sintió más optimista para afrontar las tareas de su cotidianidad?
10- ¿Después de los ejercicios sintió que su nivel de energía estaba en sintonía con el medio que lo rodeaba?
11- ¿Se sintió energizado para realizar las actividades cotidianas?
12- Ud. experimentó que los ejercicios de respiración los estaba haciendo de manera consciente?
13- ¿Exprese cómo se sintió alineado su cuerpo, mente y sus emociones?
14- ¿Sintió escuchar su voz interior para proseguir a la toma de sus decisiones presentes?
15- ¿Estos ejercicios le ayudaron para que sus aprendizajes fueran más significativos, en pensar que tenían mayor sentido? ¿Por qué?

Es opcional. Y se plantea estas escalas evaluativas aplicado a cada reactivo de la entrevista semi estructurada así:

Excelente: Se desempeña en el rasgo de una manera superior a lo esperado

Muy Bien: Se desempeña en el rasgo de la manera esperada

Bien: Se desempeña en el rasgo de una manera inferior a lo esperado

Mejorable: Se inicia en el logro del rasgo

Sin realizar: No se observa el rasgo o tuvo dificultades para lograrlo

EJERCICIOS

Ejercicios de Respiración

Ejercicios de Relajación

Ejercicios Que ayudan a la circulación cerebral

6.10. RECOLECCION DE LA INFORMACION.

La data se obtendrá a partir de

1. ficha de observación de campo para alcanzar el primer objetivo específico propuesto
2. Desde el instrumento de entrevista semi estructurada para alcanzar el segundo y tercer objetivo específico.
3. La implantación del taller lúdico de Pausas activas

Este proceso se determinará mediante tres etapas a saber:

Primera Etapa: Identificación de actividades de estudio que optan los estudiantes para lograr su aprendizaje significativo en la IES (Obtención de data)

Segunda Etapa: Aplicación de Talleres Lúdicos pedagógicos de pausas activas (activación cerebral-oxígeno – circulación-proceso adaptativo: Atención, Silencio)

Tercera Etapa: Aplicación de entrevista semi estructurada a dos grupos focales

Una vez recolectada la información se procederá al proceso de análisis e interpretación de los resultados desde un orden cualitativo siguiendo los niveles de Codificación, Codificación axial, estructuración, contrastación y triangulación

7. PROCESAMIENTO, ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En este análisis y discusión de resultados se tendrá en cuenta el procesamiento, análisis de la data cualitativa así:

El plan de procesamiento de información: **(**Corbin & Straus)

FASES:

-Codificación: proceso analítico por medio del cual se fragmentan, conceptualizan e integran los datos para formar una teoría.

-Categorización: Es un proceso por medio del cual se busca reducir la información de la investigación con el fin de expresarla y describirla de manera conceptual, de tal manera que respondan a una estructura sistemática, inteligible para otras personas, y por lo tanto significativa.

-Estructuración: Una metodología adecuada para descubrir estructuras teóricas sigue un movimiento en espiral, del todo a las partes y de las partes al todo, aumentando en cada vuelta el nivel de profundidad y de comprensión. El mejor modo de comenzar la estructuración es seguir el proceso de integración de categorías menores en categorías más generales, a fin de identificar la "categoría central". Es útil la elaboración de gráficos (con flechas y tipos de relaciones), que permiten integrar las categorías y captarlas en forma simultánea

-Contrastación: etapa que consiste en relacionar y contrastar sus resultados con aquellos estudios que se presentaron en el marco teórico referencial, para ver cómo aparecen desde perspectivas diferentes y explicar mejor lo que el estudio verdaderamente significa. Esto lleva hacia la reformulación, reestructuración, ampliación o corrección de construcciones teóricas previas, logrando con ello un avance significativo en el área

-Triangulación: La triangulación se refiere al uso de varios métodos (tanto cuantitativos como cualitativos), de fuentes de datos, de teorías, de investigadores o de ambientes en el estudio de un fenómeno.[65]

Que en ésta última a la luz de los autores se llevará a determinar la consecución del objetivo general de la presente investigación.

8. CONCLUSIONES

9. RECOMENDACIONES

NOTA: La presente propuesta de investigación se deja desarrollada hasta este punto del proceso investigativo por interferencia de Emergencia humana por pandemia COVID-19 que interrumpió seguir secuencialmente este proyecto, en especial para la captura de la Data. Se avisó a la instancia pertinente y se continúa con Revisión Documental. Con estos cambios flexibles se retoma desde un plan de revisión de autores con los estudiantes involucrados en el siguiente semestre 2020-2

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Honey P. y Mumford A. The Manual of Learning Styles. Berkshire: Ardingly: House. 1986. Recueperado de: http://www2.le.ac.uk/departments/ gradschool/training/resources/teaching/theories/honey-mumford
2. Osses Bustingorry, S, & Jaramillo Mora, S. Metacognicion: un camino para aprender a aprender. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, *34*(1), 187-197. (2008). Citado en: https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052008000100011
3. Administración de Recursos Humanos, Sta. Fe de Bogotá, Ed. McGraw-Hill, 2011.CHIAVENATO, Idalberto.
4. http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com_content&task=vie w&id=466&Itemid=148.Cárdenas, J. Pausas activas o gimnasia laboral. Documento Web:
5. Actividad física y sedentarismo en adolescentes de la Comunidad Valenciana. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte Beltrán-carrillo, V.J.; Devís-Devís, J. y Peiró-Velert, C. (2012). vol. 12 (45) pp. 122-137.

6. A dynamic programming based heuristic for the assembly line balancing problem. En: European Journal of Operational Research. Mayo, 2009. Bautista, joaquín, & pereira, jordi. vol 194, no. 3, p. 787–794. doi:10.1016/j.ejor.2008.01.016
7. A survey on problems and methods in generalized assembly line balancing. En: European Journal of Operational Research.Fenrero, 2006. vol 168, no. 3, p. 694–715. doi:10.1016/j.ejor.2004.07.023BECKER, Christian, & SCHOLL, Armin..
8. Graciana Miranda F y José Enrique Carreño, 2011, p. 15-45.CAÑETE (2001, p-15), citado en MARTÍNEZ. HERNÁNDEZ. BASTIDAS. CARREÑO & CASTILLO. 2011 p.1
9. UNESCO, Situación Educativa de América Latina y el Caribe: Hacia la educación de calidad para todos al 2015. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe (OREALC/UNESCO Santiago). Producción editorial: Ediciones del Imbunche. Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo del Gobierno de España. Consultado en: http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/images/SITIED-espanol.pdf
10. UNESCO, Situación Educativa de América Latina y el Caribe: Hacia la educación de calidad para todos al 2015. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe (OREALC/UNESCO Santiago). Producción editorial: Ediciones del Imbunche. Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo del Gobierno de España. Consultado en: http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/images/SITIED-espanol.pdf
11. UNESCO, Situación Educativa de América Latina y el Caribe: Hacia la educación de calidad para todos al 2015. Oficina Regional de Educación para América Latina y el Caribe (OREALC/UNESCO Santiago). Producción editorial: Ediciones del Imbunche. Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo del Gobierno de España. Consultado en: http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/images/SITIED-espanol.pdf

12. Idalberto. Administración de Recursos Humanos, Sta. Fe de Bogotá, CHIAVENATO, Ed. McGraw-Hill, 2011.Pausas activas o gimnasia laboral. Documento Web: http://www.elportaldelasalud.com/index.php?option=com_content&task=vie CÁRDENAS, J.
13. HONEY P. y Mumford A. The Manual of Learning Styles. Berkshire: Ardingly: House. 1986 Recueperado de: http://www2.le.ac.uk/departments/ gradschool/training/resources/teaching/theories/honey-mumford
14. BAYONA Montaño, L. A; Campo Torregrosa, Y. Estrategias de aprendizaje en relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería. 2014. Ánfora, vol. 21, núm. 36, pp. 149-163 Universidad Autónoma de Manizales Caldas, Colombia. 2014 En: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357833887006
15. Arias Mauricio. Yoga en la sala de clases: Conoce sus beneficios para el aprendizaje. 2016. Eligeeducar. Consultado en: https://eligeeducar.cl/yoga-educacion-sala-de-clases
16. Arias Mauricio. Yoga en la sala de clases: Conoce sus beneficios para el aprendizaje. 2016. Eligeeducar. Consultado en: https://eligeeducar.cl/yoga-educacion-sala-de-clases
17. Díaz Barriga, F. (2003). Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 5 (2). Consultado el día de mes de año en: http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-arceo.html
18. Derry, S., Levin, J. y Schauble, L. (1995). Stimulating statistical thinking through situated simulations. Teaching of Psychology, 22 (1), 51-57. (citado por: Díaz Barriga, F. (2003). Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 5 (2). Consultado el día de mes de año en: http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-arceo.html)
19. Baquero, R. (2002). Del experimento escolar a la experiencia educativa. La transmisión educativa desde una perspectiva psicológica situacional. Perfiles Educativos, 24 (97-98), pp. 57-75.
20. (citado por: Díaz Barriga, F. (2003). Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 5 (2).

Consultado el día de mes de año en: http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-arceo.html)

21. Díaz Barriga, F. (2003). Cognición situada y estrategias para el aprendizaje significativo. Revista Electrónica de Investigación Educativa, 5 (2). Consultado el día de mes de año en: http://redie.ens.uabc.mx/vol5no2/contenido-arceo.html)
22. BAYONA Montaño, L. A; Campo Torregrosa, Y. Estrategias de aprendizaje en relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería. Ánfora, vol. 21, núm. 36, 2014, pp. 149-163 Universidad Autónoma de Manizales Caldas, Colombia. 2014. En: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357833887006
23. HUIZINGA, Johan. Homo Ludens. A Study of the Play-Element in Culture. 4 ed. Londres: Roy Publishers. 24 p. vol 1. 1914
24. MONROY, Antonio, & SÁEZ, Gerna. Historia del deporte de la prehistoria al renacimiento. 2 ed. Sevilla: Deportiva Wanceulen. 2007, 1- 186p.
25. WINKLER, Eike, & SCHWEIKHARDT, Josef. El conocimiento del hombre. Expedición por la antropología. 4 ed. Barcelona: Planeta. p. 67. 2005
26. HERNÁNDEZ, Manuel. Estudio antropológico del juego deportivo en España desde sus primero testimonios gráficos hasta la edad moderna. Tesís doctoral para Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid. Departamento de ingeniería de organización, administración de empresas y estadística. p, 1-493. 2004
27. GONZÁLEZ, Virginia. Opiniones y creencias hacia el juego como metodología didáctica y potenciador de la creatividad de mestros y maestras ene ejercicio de la provincia de Segovia. Trabajo de grado para Máster en CCSS para la investigación en Educación. Segovia: Escuela Universitaria de Magisterio de Segovia, 2011 -2012. 1-126 p.
28. ENRIZ, Noelia. Antropología y juego: apuntes para la reflexión. En: Cuadernos de Antropología Social. vol 34, no. 1, p. 93 - 114. Julio - Diciembre, 2011.
29. EDITORIAL. Historia y evolución del juego. En: Revista Vinculados. Junio, 2009. vol 20, no. 1, p. 32 - 36.
30. HERNÁNDEZ, Manuel. Estudio antropológico del juego deportivo en España desde sus primero testimonios gráficos hasta la edad moderna. Tesís doctoral para

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid. Departamento de ingeniería de organización, administración de empresas y estadística, 2004. 1-493 p.

31. MENCHÉN, Francisco. El tutor. Dimensión histórica, social y educativa. 1er ed. Madrid: Editorial CCS. 1999, 1 - 152 p.
32. LOURENÇO, Orlando. Domain theory: A critical review. En: New Ideas in Psychology. Enero - Abril, 2014. vol 32, p. 1-17. doi: 10.1016/j.newideapsych.2013.08.001 52.
33. MEJÍA, Laura Angelica. Uso de la lúdica como complemento metodológico a la enseñanza de la ingeniería industrial (v etapa). Trabajo de joven investigador e innovador 2011. Pereira: Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de Ingeniería Industrial, 2011. 1-25 p.
34. DIAZ, Héctor. La función lúdica del sujeto: Una interpretación teórica de a lúdica para transformar las prácticas pedagógicas. 1er ed. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio, 2006. 30 p. vol 1.
35. LOURENÇO, Orlando. Piaget and Vygotsky: Many resemblances, and a crucial difference. En: New Ideas in Psychology. Diciembre, 2012. vol 30, no. 3, p. 281-295.
36. FANI, Tayebeh, & GHAEMI, Farid. Implications of Vygotsky's Zone of Proximal Development (ZPD) in Teacher Education: ZPTD and Self-scaffolding. En: Procedia - Social and Behavioral Sciences. Noviembre - Diciembre, 2011. vol 29, p. 1549-1554.
37. JONES, Peter. E. From "external speech" to "inner speech" in Vygotsky: A critical appraisal and fresh perspectives. En: Language and Communication. Abril, 2009. vol 29, no. 2, p. 166-181
38. Bayona Montaño, L. A; Campo Torregrosa, Y. Estrategias de aprendizaje en relación con el rendimiento académico en estudiantes de enfermería. 2014. Ánfora, vol. 21, núm. 36, 2014, pp. 149-163 Universidad Autónoma de Manizales Caldas, Colombia. En: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357833887006

39. MOREIRA, Marco Antonio. Aprendizagem Significativo, campos conceptuales y pedagogíade la utonomía: implicaciones para le enseñanza. En: Aprendizagem Significativa Em Revista. Enero - Junio, 2012. vol 2, no. 1, p. 44-65.
40. MEJÍA, Laura Angelica. Uso de la lúdica como complemento metodológico a la enseñanza de la ingeniería industrial (v etapa). Trabajo de joven investigador e innovador 2011. Pereira: Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de Ingeniería Industrial, 2011. 1-25 p.
41. BOHÓRQUEZ, Natalia, & PINZÓN, Sebastian. Equipo de investigación GEIO como prestador de servicios de capacitación en las necesidades de los empresarios del área metropolitana centro occidente - AMCO. Trabajo de joven investigador e innovador 2014. Pereira: Universidad Tecnológica de Pereira. Facultad de Ingeniería Industrial, 2014. 1-71 p.
42. GALEANO UPEGUI, Blanca Dora. Una ruta metodológica hacia procesos de transformación y liberación. En: Revista Fundación Universitaria Luis Amigó. Enero, 2006. vol 9, p. 19 – 27
43. BOOTH SWEENEY Linda, MEADOWS, Dennis, & MEHERS, Gillian. The Systems Thinking Playbook for Climate Change, a toolkit for interactive learning. 1er ed. Eschborn: Deutshe Gesellschaft fÜr Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH, 2010.1-152 p.vol 1.
44. FOLTZ, Maryann, REED, Suellen, & DAY, Harlan R. Teaching Economics Using Children's Literature. 1er ed. Estados Unidos de América: National Council on Economic Education, 2002. 1-154 p. vol 1.
45. BOSCIA, M. W., & MCAFEE, R. B. Using the Balance Scorecard Approach: A Group Exercise. En: Developments in Business Simulation and Experiential Learning. Enero, 2008. vol 35, p. 1-7.
46. BEN-ZVI, Tal, & CARTON, Thomas. C. Applying Bloom's Revised Taxonomy in Business Games. En: Developments in Business Simulation and Experiential Learning. Enero, 2008. vol 35, p. 265-272.
47. MARÍN-GONZÁLEZ, Yeraldin, MONTES-DE LA-BARRERA, José Orlando, HERNÁNDEZ-RIAÑO, Helman Enrique, & LÓPEZ-PEREIRA, Jorge Mario. (2010). Validación de la lúdica como herramienta metodológica complementaria en

la enseñanza del método de producción tradicional y del método de producción de la teoría de restricciones (TOC) para el manejo de los entornos multitarea. En: Ingenieria Y Universidad. Enero - Junio, 2010. vol 14, no. 1, p. 97-115.

48. RODRIGUES, Claudia Susie C., & WERNER, Cláudia M. L. Making the comprehension of software architecture attractive. En: 2011 24th IEEE-CS Conference on Software Engineering Education and Training, CSEE and T 2011 - Proceedings. Mayo, 2011. p. 416-420).
49. BOOTH SWEENEY, Linda. When a butterfly sneezes. 4 ed. Estados Unidos de América: PEGASUS, 2001. 1-161 p. vol 1
50. Zuluaga-Ramírez C M, Gómez-Suta M del P. Metodología lúdica para la enseñanza de la programación dinámica determinista en un contexto universitario. 2016.EntramadoJune;12(1):236-249.En: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S19003803201600010 0016&lng=en. http://dx.doi.org/10.18041/entramado.2016v12n1.23124
51. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010
52. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010
53. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010.
54. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010.
55. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010.
56. Pérez-Yglesias M. Estrategia lúdico-creativa: Al conocimiento y la educación por el placer Educación Revista Educación 34(1), 55-72, Universidad de Costa Rica. 2010.
57. Maldonado, P. Magisterio. Obtenido de Educación y neurociencia: los desafíos de una convergencia necesaria 2017. En: https://www.magisterio.com.co/articulo/educaciony-neurociencia-los-desafios-de-una-convergencia-necesaria.

58. MEDINA CABRERA J E. La actividad física como recurso de aula: neuroeducaciónfísica mediada por tic – nef-tic – para favorecer el aprendizaje. Universidad de la Sabana. 2018 TESIS Maureira Cid, F. (2014). Principios de Neuroeducación Física; Actividad Física, Psicología y Neurociencia. España.
59. Luria (1975): LA ATENCIÓN: ACTIVANDO EL APRENDIZAJE http://formavil.es/modulo3.pdf
60. KUHN, T.S. (1979). La función del dogma en la investigación científica. En: Revista Teorema. Valencia
61. Blasco y Pérez (2007:25). La investigación Cualitativa
62. Tamayo y Tamayo M. (2010). El proceso de la investigación científica; Cuarta edición, pg. 107
63. Tamayo (2012)
64. Según Tamayo, T. Y Tamayo, M (1997) pag 38
65. Rocío Jiménez-Fontana, Esther García-González, Pilar Azcárate, Antonio Navarrete, José Mª Cardeñoso .(n.d) La Teoría Fundamentada como estrategia de análisis de los datos: caracterización del proceso.. recuperado de file:///C:/Users/MAURA/Downloads/619-Texto%20Artigo-2447-2-10-20160721%20(2).pdf
66. Sacristán J. (2008). La enseñanza, su teoría y su práctica. Sexta Edición. Ediciones Akal S.A. Madrid España.
67. López González, L. (2012). El Programa TREVA (técnicas de relajación vivencial aplicadas al aula): aplicaciones, eficacia y acciones formativas. Rev. Psicopedagogía. Pp 35-46. Universidad de Barcelona. Instituto de ciencias de la educación. España. En:

ANEXOS

ANEXO 1.

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

TÍTULO DEL PROYECTO: "APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO CON EL APOYO DE ESTRATEGIAS LÚDICAS PEDAGÓGICAS DE PAUSAS ACTIVAS EN ESTUDIANTES DE IES EN BARRANQUILLA 2019 - 2020".

Asesora de la Investigación: Dra. Edna E. Aldana R., PhD.

Estudiantes investigadores con nombre y código estudiantil: María Cecilia Muñoz Fuentes (Cód. estudiantil: 20171882489); Leonardo Contreras Soto (Cód. estudiantil: 20162880352); Katty Julieth Mora Arias (Cód.: 2017288326); Angie Lorena Zambrano (Cód. estudiantil: 201711681488)

Estudio dirigido a estudiantes que cursan primer semestre del Programa Académico de Enfermería de IES, mayores de 18 años.

Estamos invitándolos a participar en el proyecto de investigación titulado: **Aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla 2019 - 2020** desde el programa académico de Enfermería de la Universidad Simón Bolívar, que se trazó con el objetivo de: Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019. Por tanto se requiere saber si Usted desea participar en esta investigación. En caso afirmativo es importante comprender los siguientes puntos en el proceso conocido como Consentimiento Informado. Usted tiene toda la libertad para preguntar sobre cualquier punto que no le sea claro de tal forma que pueda decidir si permite o no su participación. En caso de aceptar, deberá firmar la carta adjunta, de la cual se le entregará una copia firmada y fechada.

JUSTIFICACIÓN: Este proyecto es relevante porque permitirá de acuerdo a los hallazgos obtenidos, conocer acerca del **Aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla.**

PROCEDIMIENTOS: En caso de aceptar su participación en el presente estudio se procederá a realizar en un grupo de estudiantes de primer semestre unas jornadas de pausas activas para evaluar si o no es perceptible una mejoría en la atención para los aprendizajes significativos de la asignatura de epistemología de la investigación en enfermería, en primer semestre del programa de enfermería en la IES.

BENEFICIOS DEL ESTUDIO: La investigación generará conocimiento transdisciplinar y participativo en relación a **Aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de IES en Barranquilla**.

RIESGOS PARA SALUD: la presente investigación según la resolución 008430 de 1993 del Ministerio de Salud sobre normas científicas técnicas y administrativas para la investigación, en su artículo 11, se clasifica en la categoría de una Investigación b. Investigación con riesgo mínimo: Son estudios prospectivos que emplean el registro de datos a través de procedimientos comunes consistentes en: exámenes físicos o sicológicos de diagnóstico o tratamientos rutinarios, entre los que se consideran: pruebas test de atención y concentración, aplicación de encuesta para ambiente escolar.

ACLARACIONES: su decisión de participar en el presente estudio no tiene ninguna consecuencia negativa hacia usted. En caso de aceptar, ustedes podrán retirarse cuando así lo deseen, informando las razones de su decisión, las cuales serán absolutamente respetadas y aceptadas por los investigadores abajo firmantes.. Al participar en el estudio usted no tendrá que realizar ningún tipo de gasto, éstos serán cubiertos por el presupuesto de la investigación, además, no recibirá ningún tipo de pago por su participación. Durante el transcurso del estudio usted podrá solicitar información sobre el mismo a los estudiantes investigadores responsables. Los resultados obtenidos en el estudio son confidenciales, respetando la identidad de la persona y serán divulgados y publicados a la comunidad respetando su identidad.

Si acepta la participación, debe firmar el instructivo de consentimiento informado que se adjunta en la iniciación del proceso de recogida de datos.

Yo, _____ comprendo que se desarrolla una investigación titulada **"APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO CON EL APOYO DE ESTRATEGIAS LÚDICAS PEDAGÓGICAS DE PAUSAS ACTIVAS EN ESTUDIANTES DE IES EN BARRANQUILLA 2019 - 2020".**". Mi participación consistirá en realizar las actividades que se desarrollen en materia del aprendizaje significativo post ejecución de pausas activas, así como de responder el cuestionario de preguntas en entrevista relacionadas con el tema de investigación. He sido informado(a) que el presente estudio no representa riesgo para mi salud. Que la información obtenida en el estudio puede ser publicada o difundida con fines científicos, siempre respetando mi identidad como sujeto participante y que soy libre de retirarme del estudio en el momento que lo desee.

Por lo tanto, firmo la presente, como evidencia de mi aceptación voluntaria de participar en el presente estudio.

_____

Firma del Participante

C.C. No. _____

ANEXO 2.

ENTREVISTA SEMI ESTRUCTURADA PARA GRUPOS FOCALES

El propósito es: Escuchar, reconocer las propias emociones y aprender a transformarlas para asegurar la atención, el silencio y el aprendizaje significativo que repercute en el ambiente de aprendizaje del aula de clase

OBJETIVO GENERAL: Determinar el aprendizaje significativo con el apoyo de estrategias lúdicas pedagógicas de pausas activas en estudiantes de Institución de Educación Superior en Barranquilla 2019

PREGUNTAS:

1- Por medio de los ejercicios aplicados de pausas activas explique Usted cómo alcanzó un estado de silencio mental?

2- Explique Ud. si por intermedio de los ejercicios aplicados de pausas activas alcanzó un estado de relajación de su lengua?

3- Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas alcanzó a sentir su voz interna?

4- Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas Sintió que soltaba todo su cuerpo?

5- Que se sintió reposado y sin tensiones?

6- Se sintió desconectado del mundo exterior?

7- Describa Ud. si por intermedio de las pausas activas usó sus sentidos de forma pensada – racional?

8- Sintió que su postura expresaba su autenticidad real?

9- Después de los ejercicios se sintió más optimista para afrontar las tareas de su cotidianidad?

10- Después de los ejercicios sintió que su nivel de energía estaba en sintonía con el medio que lo rodeaba?

11- Se sintió energizado para realizar las actividades cotidianas?

12- Ud. experimentó que los ejercicios de respiración los estaba haciendo de manera consciente?

13- Exprese cómo se sintió alineado su cuerpo, mente y sus emociones?

14- Sintió escuchar su voz interior para proseguir a la toma de sus decisiones presentes?

15- Estos ejercicios le ayudaron para que sus aprendizajes fueran más significativos, en pensar que tenían mayor sentido? Por qué?

ANEXO 3. CRONOGRAMA DE GANTT

Fuente: Elaboración propia

	ACTIVIDADES	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				Febrero				Marzo				Abril				Mayo				Agosto	Sept.	Oct.	Nov.	Dic.
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4					
1	ESCOGENCIA DEL TEMA																																					
2	REVISION DE LAS REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS																																					
3	PLANTEAMIENTO Y FORMULACION DEL PROBLEMA																																					
4	JUSTIFICACION Y OBJETIVO																																					
5	MARCO TEORICO -estado del arte -conceptual -legal																																					
6	1ª SUSTENTACION																																					
7	MARCO METODOLOGICO -enfoque , tipo inv. -Población, Muestra, Aplicac. Instrumento																																					
8	ANALISIS DE LA INFORMACION Procesamiento de la Data																																					
9	RESULTADOS Y DISCUSION																																					
10	CONCLUSIONES, RECOMENDACIONES																																					
11	SUSTENTACION FINAL																																					
12	Lineamientos Revista																																					
13	Elaboración Artículo Científico																																					
14	SUSTENTACIÓN																																					

ANEXO 4. PLANEACIÓN DE LOS RECURSOS DE LA INVESTIGACIÓN

Recursos Físicos	Valor por unidad	Valor total
60 hojas tamaño carta Impresiones Carpeta	100 300 600	6000 18000 600
Recursos Tecnológicos		
Computador portátil Llamadas por celular Tiempo de internet	5000 200 1000	40000 150000 150000
Recursos humanos		
Estudiantes investigadores Investigador (Tutor)	Maria Muñoz, Leonardo Contreras, Katty Mora y Yesenia Marchena Edna E. Aldana R.	900.000 900.000
Gran total		**2.164.000**

Fuente: Elaboración propia, 2019-2