



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR "JAPÓN"

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

GUÍA PEDAGÓGICA DE LA NEURÓBICA

APLICACIÓN DE LA NEURÓBICA EN EL DESARROLLO DE LA CONCENTRACIÓN EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS

TEMA: LA NEURÓBICA EN EL DESARROLLO DE LA CONCENTRACIÓN

➤ **PRESENTACIÓN:**

La gimnasia cerebral o ejercicios mentales son actividades que estimulan los hemisferios cerebrales dependiendo la naturaleza de los mismos. La gimnasia mental sirve para activar y potenciar el funcionamiento del cerebro. La gimnasia cerebral hace que los niños puedan aprender en mejores circunstancias, coordinar el cuerpo y activar los dos hemisferios cerebrales. Cada día que pasa la ciencia descubre más acerca del funcionamiento de la mente y del cerebro. La gimnasia cerebral da respuestas prácticas y sencillas para equilibrar los efectos de la tensión y alcanzar el estado óptimo para aprender, pensar y concentrarse en cualquier momento y en cualquier lugar.

Se puede definir la Gimnasia Cerebral como el conjunto de ejercicios físicos y movimientos corporales diseñados por el doctor Paúl Dennison en 1964, con la finalidad de aplicar técnicas prácticas que involucran los hemisferios cerebrales, el cuerpo y los ojos, propiciando el mejoramiento del aprendizaje.

La Gimnasia Cerebral ayuda a lograr la comunicación entre cuerpo y cerebro, lo que significa eliminar del organismo estrés y tensiones al mover la energía bloqueada y permitiendo que la energía fluya fácilmente por el complejo mente cuerpo. Un desarrollo temprano y adecuado de los aspectos motores del niño



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

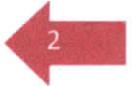
REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

influirá en el desarrollo de otras áreas como el lenguaje, lectura y pensamiento. Un programa de gimnasia cerebral no sólo ayudará a prevenir sino también a remediar ciertas deficiencias motoras y problemas del aprendizaje.

La gimnasia cerebral permite a los niños aprender en mejores circunstancias, coordinar su cuerpo y activar sus dos lóbulos cerebrales. Se recomienda practicar estos ejercicios antes de iniciar clases o de tener una evaluación. De manera inmediata se dará cuenta de los resultados favorables que generan. El aprendizaje, el pensamiento, la creatividad y la inteligencia no son procesos propios del pensamiento únicamente, sino de todo el cuerpo. Los reflejos infantiles se van integrando durante el desarrollo del niño en esquemas de movimientos cada vez más complejos y paralelamente se van formando redes neuronales cada vez más complejas, indica Llaca (2006). Si por alguna razón esta integración no se produce, el niño en el futuro probablemente presentará problemas de aprendizaje o de personalidad. Puede faltar seguridad, autoestima.

Se recomienda realizar los ejercicios de la gimnasia cerebral, antes de iniciar una actividad cognitiva en espacios abiertos, de forma circular, de preferencia en lugares sin ruido, ni contaminación donde los niños y niñas se puedan concentrar y respirar profundamente, todos los ejercicios son sencillos, rápidos, de resultados visibles a corto plazo pues con ellos se logra enviar mensajes del hemisferio cerebral derecho al lado izquierdo del cuerpo y viceversa, aumentar la cantidad de oxígeno en el organismo, incrementar la provisión sanguínea al cerebro, despertar, motivar a los niños y niñas haciendo del aprendizaje algo divertido. Dentro de la jornada escolar se puede trabajar una serie de ritmos y rutinas diarias. Dentro de ellas se incluyen las sesiones de Gimnasia Cerebral.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

De tal manera que a través de esta investigación se ha propuesto la realización de una Guía Pedagógica de aplicación de la neuróbica, mediante la cual se aplicará la neuróbica como una técnica pedagógica de gimnasia cerebral dentro de la educación inicial para el desarrollo de la concentración en los niños de 4 a 5 años, que busca como objetivos: desarrollar la concentración a través de un aprendizaje significativo mediante la aplicación de ejercicios prácticos referentes a la neuróbica; generar en los docentes de educación inicial estrategias pedagógicas que estimulen la concentración en niños a través de la utilización de un instrumento operativo (Guía) y la implementación de la Neuróbica; y trabajar una guía pedagógica para docentes que permita la aplicación de nuevos métodos de enseñanza a través de la Neuróbica y la generación de nuevas experiencias hacia la concentración en los niños.

En lo que respecta al Currículo de Educación Inicial (2014) se trabajará de acuerdo al EJE DE DESCUBRIMIENTO DEL MEDIO NATURAL Y CULTURAL y el desarrollo del ÁMBITO DE RELACIONES LÓGICO/MATEMÁTICAS, cuyo OBJETIVO DEL SUBNIVEL INICIAL 2 es:

Potenciar las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitan establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos, constituyéndose en la base para la comprensión de conceptos matemáticos posteriores.

Este ámbito comprende el desarrollo de los procesos cognitivos con los que el niño explora y comprende su entorno y actúa sobre él para potenciar los diferentes aspectos del pensamiento. Este ámbito debe permitir que los niños adquieran nociones básicas de tiempo, cantidad, espacio, textura, forma, tamaño y color, por medio de la interacción con los elementos del entorno y de





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

experiencias que le permitan la construcción de nociones y relaciones para utilizarlas en la resolución de problemas y en la búsqueda permanente de nuevos aprendizajes.



Mediante lo cual se estimula y desarrolla las siguientes DESTREZAS según lo planteado por el Currículo de Educación Inicial (2014), las cuales son:

Ordenar en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos;

Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después;

Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos;

Asociar las formas de los objetos del entorno con figuras geométricas bidimensionales;

Identificar figuras geométricas básicas: Círculo, cuadrado y triángulo en objetos del entorno y en representaciones gráficas;

Reconocer los colores secundarios en objetos e imágenes del entorno;

Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica;

Establecer la relación de correspondencia entre los elementos de colecciones de objetos;

Comprender la relación de número-cantidad hasta el 10;



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Comprender la relación del numeral (representación simbólica del número) con la cantidad hasta el 5;

Clasificar objetos con dos atributos (tamaño, color o forma);

Comparar y armar colecciones de más, igual y menos objetos;

Identificar semejanzas y diferencias en objetos del entorno con criterios de forma, color y tamaño;

Comparar y ordenar secuencialmente un conjunto pequeño de objetos de acuerdo a su tamaño;

Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.

Para la concentración y la coordinación de los niños de 4 a 5, se plantea el desarrollo como OBJETIVO DE APRENDIZAJE DEL SUBNIVEL respecto a lo planteado en Currículo de Educación Inicial (2014): Potenciar las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitirán establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos, constituyéndose en la base para la comprensión de conceptos matemáticos posteriores. Destrezas que serán desarrolladas con la finalidad de fortalecer la concentración en los niños y niñas de 4 a 5 años. El desafío de la neuróbica es hacer todo aquello que rompa la rutina, obligando al cerebro a un trabajo adicional. Recuerde que cerca del 80% de las rutinas está compuestas por actividades mecánicas que, si bien, permiten trabajar con rapidez y sin mayor esfuerzo, acarrear el peligro de limitar al cerebro paulatinamente, hasta atrofiarlo. Para contrariar esta tendencia, es necesario practicar ejercicios “cerebrales”, que hacen a las personas pensar solamente en lo que están haciendo, concentrándose en esa tarea. El desafío





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

de la Neuróbica, es hacer todo aquello contrario a la rutina, obligando al cerebro a un trabajo adicional.

A partir de esto es de vital importancia las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitirán establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos y así, poder desarrollar LA CONCENTRACIÓN en ellos.

El entorno de un niño está repleto de informaciones, novedades y estímulos. Tal vez, por eso, sea difícil para ellos mantener una atención y una concentración en los estudios y en sus tareas de un modo particular. La atención general que requiere en su vida presenta, en ocasiones, dificultades en el aprendizaje. Con la concentración, una de las habilidades fundamentales en el proceso de conocimiento, mantenemos la atención focalizada sobre un punto de interés, durante el tiempo que sea necesario. Sin concentración es prácticamente imposible aprender algo, por tanto, la concentración es imprescindible para el aprendizaje.

➤ OBJETIVO

Objetivo General:

- Aplicar la neuróbica como una técnica pedagógica de gimnasia cerebral dentro de la educación inicial para el desarrollo de la concentración en los niños de 4 a 5 años.

Objetivo Específico:



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

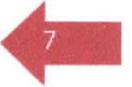
ACUERDO N° 175

- Desarrollar la concentración en los niños de 4 a 5 años a través de un aprendizaje significativo mediante la aplicación de ejercicios prácticos referentes a la neuróbica.
- Generar en los docentes de educación inicial estrategias pedagógicas que estimulen la concentración en niños de 4 a 5 años a través de la utilización de un instrumento operativo (Guía) y la implementación de la Neuróbica.
- Trabajar una guía pedagógica para docentes que permita la aplicación de nuevos métodos de enseñanza a través de la Neuróbica y la generación de nuevas experiencias hacia la concentración en los niños de 4 a 5 años.

➤ LOGROS DE APRENDIZAJE

Por medio de La Neuróbica o Gimnasia Cerebral se pretende:

- La práctica beneficia no sólo al cerebro, sino a todo el ser tanto en el aspecto físico como emocional y psicológico.
- El brain gym ayuda a mejorar la capacidad de atención y concentración, a través del uso de ambos hemisferios cerebrales; también permite un mayor desarrollo de la imaginación y la creatividad.
- Así mismo, optimiza las capacidades de relación e interacción con las personas, aumentando la capacidad de socializar, mayor integración con compañeros de clases y amigos, incluso puede mejorar la relación con los padres, familiares y maestros.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Mejora la capacidad de aprendizaje y retención de información y puede, además, ayudar al cerebro a generar mejores mecanismos de estudio para obtener mejores resultados.

Entre los 5 o 6 años, los ejercicios de brain gym son muy buenos para lograr una mayor seguridad de sí mismos, lo que mejora la autoestima y la autovaloración.

METODOLOGÍA

La Gimnasia Cerebral o Brain GYM según Ibarra (2007) es un conjunto de diversos ejercicios que tienen como objetivo estimular y desarrollar habilidades y capacidades cerebrales creando conexiones entre cerebro/cuerpo a través del movimiento. Según Cepeda, C. (2012): “Gimnasia Cerebral, es un conjunto de estrategias, ejercicios y herramientas que utiliza ejercicios cerebrales para fomentar el uso de ambos hemisferios, mejorando el nivel físico, creativo y lógico en los niños.” (Pág. 43)

La gimnasia cerebral es un conjunto de ejercicios corporales cuyo propósito es despejar la mente y lograr un equilibrio en el proceso de aprendizaje se puede aplicar en diferentes momentos para controlar problemas de dislexia, hiperactividad, déficit de atención y sobre todo el mejoramiento del nivel creativo en los niños. Es importante que estos ejercicios logren atraer la atención total del niño para que los realice sin ningún tipo de dificultad, desarrollando habilidades de concentración, coordinación de movimientos, análisis y resolución de problemas mejorando los niveles de confianza en sus capacidades obteniendo mejores resultados en el campo académico y personal debido a los beneficios que aporta la gimnasia cerebral en la etapa inicial.





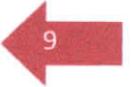
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Brain Gym es la marca registrada de un programa educacional y motor sensorial desarrollado por Paul E. Dennison, Ph.D., un experto en el desarrollo motor de los niños, está basado en más de 25 años de investigación de terapeutas educacionales, optometristas evolucionistas, y otros especialistas de los campos del movimiento, la educación y el desarrollo de los niños, consisten en movimientos simples, similares a los movimientos que los niños realizan naturalmente durante sus primeros 3 años de vida mientras cumplen pasos de desarrollo importantes para la coordinación de los ojos, el oído, las manos, así como de todo el cuerpo. La habilidad de aprender fácilmente es especialmente importante para los niños en los primeros años de escuela, cuando están estableciendo la base para su instrucción futura y su trabajo en la vida adulta. Para complementar los ejercicios físicos de gimnasia cerebral, existe también la neuróbica (aeróbica del cerebro), dicha ciencia revela que el cerebro mantiene la capacidad extraordinaria de crecer y mudar el patrón de sus conexiones. Los autores de este descubrimiento, Lawrence Katz y Manning Rubin (2000), conciben a la neuróbica como una nueva forma de ejercicio cerebral, proyectado a mantener al cerebro ágil y saludable. De acuerdo a las características mencionadas anteriormente, el presente proyecto se basa en las investigaciones científicas del Lawrence Katz y Manning Rubin, quienes fueron pioneros en su laboratorio en el Departamento de Neurobiología en el Centro Médico de la Universidad de Duke en Durham, Carolina del Norte.

Según Ibarra, C (2012), los Objetivos de la gimnasia cerebral son: Aprender mediante el movimiento, Reducir el estrés, Mejorar el aprendizaje, Buen estado físico y mental, Conexión por parte de los dos hemisferios, Crear redes neuronales y la Activación del sistema nervioso. (Pág. 35). Cuando los niños realizan ejercicios que estimulan sus capacidades cognitivas, motoras y socio





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

afectivo incrementa el nivel de confianza y el proceso de enseñanza aprendizaje es más significativo por cuanto desarrollan su potencial creativo.

La gimnasia cerebral contribuye significativamente en el proceso de enseñanza aprendizaje debido a los aportes que se obtiene al momento de ejecutar estos ejercicios en los niños porque despejan la mente liberando todos los miedos que impiden mejorar los niveles de concentración y atención. El ejercicio cerebral es una actividad entretenida porque los niños a tempranas edades despierta la curiosidad por investigar cada aspecto del entorno imita todo lo que observa porque el cerebro capta con facilidad. Según Barriga, F. (2012) los beneficios de la gimnasia cerebral se establecen en: Mejoran la atención, la concentración, pero sobretodo la memoria y creatividad, que ayudan a desarrollar la habilidad de sociabilización, para integrarse mejor con los compañeros de clase, mejora relaciones afectivas con los padres, tutores, profesores o hermanos. También ayuda a elevar el nivel de autoestima.

Es importante desarrollar un ambiente óptimo de trabajo donde el niño disfrute las actividades que realiza logrando que el proceso de aprendizaje sea significativo y constructivista. Al ejecutar estos ejercicios logra reduce el nivel de estrés que el niño puede presentar por diferentes factores, activa al cerebro mejorando el nivel de atención y concentración, y logra un buen estado físico y emocional debido a que estos ejercicios están ligados con el movimiento corporal. Actualmente la educación responde a las necesidades de la sociedad por ello han implementado estrategias que promueven el desarrollo de habilidades en los niños y aceleren el aprendizaje, la importancia de la neuróbica ayuda a mantener un equilibrio en ambos hemisferios.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

El programa de ejercicios engañosamente simple es el primer y único programa basado científicamente en la capacidad del cerebro para producir factores de crecimiento natural llamados neurotrofinas que ayudan a combatir los efectos del envejecimiento mental. Los ejercicios Neuróbicos usan sus cinco sentidos físicos y su sentido emocional de maneras inesperadas y lo alientan a sacudir sus rutinas diarias. Los ejercicios Neuróbicos no requieren papel y bolígrafo ni se aísla con acertijos. La vida cotidiana es el gimnasio. Se pueden hacer en cualquier lugar, en cualquier momento, de manera divertida, y sencilla mientras se levanta, se desplaza, trabaja, come, compra o se relaja.

Investigaciones cerebrales recientes apuntan a nuevos enfoques que pueden incorporarse a las actividades cotidianas para desarrollar y mantener conexiones cerebrales. Al adoptar estas estrategias, que pueden en realidad mejorar la capacidad de su cerebro para hacer frente a disminuciones en agilidad mental. Descubrimientos como estos son la base de una nueva teoría de ejercicio cerebral. Así como el entrenamiento cruzado te ayuda a mantener aptitud física, la Neuróbica puede ayudarlo a hacerse cargo de su estado mental general.

La Neuróbica tiene como objetivo ayudar a mantener un nivel continuo de aptitud mental, fuerza y flexibilidad a medida que se envejece. El programa de ejercicios requiere presentar el cerebro con experiencias no rutinarias o inesperadas usando varias combinaciones de sus sentidos físicos: visión, olfato, tacto, gusto y audición, así como su "sentido" emocional. Estimula los patrones de la actividad neuronal que crea más conexiones entre diferentes áreas del cerebro y hace que las células nerviosas actúen para producir naturales nutrientes cerebrales, llamados neurotrofinas, que pueden aumentar drásticamente el tamaño y la complejidad de las dendritas de las células nerviosas.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

La Neuróbica es muy diferente de otros tipos de ejercicio cerebral, que generalmente implican acertijos lógicos, ejercicios de memoria, y sesiones de práctica solitarias que se parecen a las pruebas. Los ejercicios neuróbicos utilizan los cinco sentidos de maneras novedosas para mejorar el impulso natural del cerebro para formar asociaciones entre diferentes tipos de información.

La Neuróbica puedes hacer crecer tu propia comida para el cerebro, sin drogas ni dieta. La palabra Neuróbica es una alusión deliberada al ejercicio físico. Así como las formas ideales de ejercicio físico enfatizan el uso muchos grupos musculares diferentes para mejorar la coordinación y la flexibilidad, los ejercicios cerebrales ideales implican activación de muchas áreas cerebrales diferentes en formas novedosas para aumentar el rango de movimiento mental.

Teoría Psicológica:

Teoría Genético Cognitiva: Jean Piaget, en su teoría Genético Cognitivo, parte de la convicción de que el desarrollo es el resultado de un proceso de construcción por el que el niño va edificando y corrigiendo activamente, a lo largo de etapas de creciente complejidad, los esquemas a través de los cuales interpreta el medio ambiente y actúa sobre él. El humano nace con la capacidad de acción o con un potencial. (Origen de inteligencia). Este enfoque guarda relación con la Gimnasia Cerebral, debido a que en ésta el desarrollo de la memoria es el resultado de la ejecución de diversos ejercicios cuya finalidad es mejorar la memoria, pues el sujeto también tiene un papel activo, ya que nace con la capacidad de la memoria solo tiene que ejercitarla para desarrollarla, el sujeto se irá entrenando de manera continua para lograr el propósito fundamental de maximizar la capacidad de su memoria que forma parte de nuestras.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N° 17 – 082

ACUERDO N° 175

13

Teoría de Procesamiento de información: Robert Gagné en la teoría de Procesamiento de Información dice que el aprendizaje del ser humano es por adquisición, procesamiento y transferencia de información, como especie de una computadora donde se toma en cuenta procesos internos como: memoria, recuerdo, olvido, almacenamiento, transferencia (Procesamiento de información). El ambiente (un bombardeo externo) influye durante este proceso y seguidamente se almacena en la memoria y luego sale en forma de alguna capacidad aprendida. La persona tiene que sentir cierto dominio del ambiente, lo que lo motivará, comprenderá, y retendrá la información. Aunque en este enfoque la enseñanza es mecánica y rígida, se interesa por procesos internos, como la memoria, el recuerdo, el olvido y busca facilitar un aprendizaje efectivo, captar la atención, provocar el recuerdo de conocimientos previos, aplicar la información, realimentar y reforzar, y; la Gimnasia Cerebral no es nada mecánica, busca precisamente hacer el aprendizaje más efectivo reeducando la atención del alumno, mejorando su memoria natural entre otros, a través de la ejecución de ejercicios.

Teoría Socio cultural: Contraponiendo la teoría anterior, pero de igual forma apoyando el enfoque de este proyecto, se presenta Vigostky con la teoría Socio Cultural, en donde los productos cognitivos son obtenidos de la vida social construidos primero en forma personal y luego internalizado individualmente; el aprendizaje y el desarrollo interactúan entre sí, el medio socio cultural es el que tiene un papel esencial y determinante en el desarrollo del psiquismo del individuo. Pero este no recibe pasivamente la influencia del medio, sino que



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

activamente la reconstruye. Entonces, aunque el aprendizaje se desenvuelve dentro de un medio social de allí la importancia del aspecto sociocultural, el conocimiento es construido por la persona misma. De la misma manera la Gimnasia cerebral desea el desarrollo del órgano más complejo y completo que puede existir, el cerebro, mediante la construcción de conocimientos de forma personal y activa, ya que la práctica de los ejercicios es la que va a conducir a los resultados de potencializar al máximo la memoria e inteligencia.

14

Bases Filosóficas

Dentro de las bases filosóficas, las cuales sirven de apoyo a esta propuesta, se encuentra:

El Humanismo: Carls Rogers y El Humanismo, la cual posibilita el desarrollo personal y el pleno funcionamiento de la persona. Se basa en el respeto a la persona, intereses y necesidades propias. El punto más importante son los sentimientos. Plantea que la educación tiene que ser formación de personas capaces de aprender por sí mismos, y adaptarse a los cambios en un mundo caracterizado por una constante transformación. Esta teoría está muy vinculada con la Gimnasia Cerebral la cual tiene como meta desarrollar plenamente las funciones mentales de la persona y así lograr su desarrollo personal, rompiendo esos hábitos mecanizados, y lograr el fortalecimiento de la concentración mediante ejercicios que reeducan la atención y memoria. En vista de que vivimos en un mundo cambiante y que en la actualidad, tanto el computador, la multimedia y la Internet han revolucionado la informática, cambiando así los parámetros de manejo de transformación de la información, encontrará la Gimnasia Cerebral muy oportuna la cual lleva a la persona a romper esos hábitos



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

mecanizados producto de muchos años de automatismos, durante los cuales la memoria se ha vuelto repetitiva e inconsciente, ocasionando, una baja sensible en la capacidad de registrar y evocar información en términos de cantidad, calidad y duración.

El Realismo Al igual que lo antes expuesto, el realismo forma parte de las bases que sustentan este trabajo; el realismo, sostiene que el hombre es capaz de alcanzar el conocimiento de la realidad con sus facultades cognitivas. La Gimnasia Cerebral se relaciona un poco con este enfoque pues para que se pueda consolidar un aprendizaje de calidad, es necesario mantener en constante uso nuestras facultades cognoscitivas y mentales, como, por ejemplo, la memoria en este caso, y así alcanzar el conocimiento de una manera significativa a través de la ejecución de los ejercicios.

El Funcionalismo: Otro apoyo filosófico para este proyecto, el Funcionalismo, también conocida como psicología funcionalista, es la escuela psicológica que subraya el estudio de la mente como una parte funcional esencialmente útil del organismo humano. La Gimnasia Cerebral está muy vinculada con la Mnemología que se refiere a una serie de ayudas y trucos que permiten apoyar el manejo de la memoria que forma parte de las funciones mentales del ser humano, cosa que es esencialmente útil para el organismo humano pues permite tener un aprendizaje efectivo.

El Empirismo: Por último, se presenta el empirismo, como doctrina filosófica considera la experiencia como la única fuente válida del conocimiento. Como se ha explicado anteriormente la Gimnasia Cerebral busca un papel hecho por el





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

propio sujeto y no que otro haga por él, pues es solo de propia experiencia al ejecutar los ejercicios lo que lo ayudaría a incrementar la capacidad de su memoria inmediata.

16

Bases Pedagógicas.

Teoría de Aprendizaje Significativo: La Teoría del Aprendizaje Significativo, en donde Ausubel plantea que el aprendizaje debe ser significativo, es decir, cuando los contenidos son relacionados de modos no arbitrarios y sustanciales (no al pie de la letra) con lo que el alumno ya sabe, pues ese es el factor más importante que influye en el aprendizaje, lo que el alumno ya sabe. Es interesante que la Gimnasia Cerebral estimule al alumno a aprender de una manera significativa también, al otorgar en el sujeto el papel protagónico para aprender de una manera activa resolviendo ejercicios que lograrán potencializar y maximizar sus funciones mentales entre ellos la memoria inmediata.

LA BASE CIENTÍFICA PARA NEURÓBICA

Neuróbica se basa en mucho más que un solo avance científico. Es una síntesis de nueva información importante sobre la organización del cerebro, cómo adquiere y mantiene recuerdos y cómo ciertas actividades cerebrales producen nutrientes naturales del cerebro.

Estos hallazgos incluyen:



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

1. La corteza cerebral, el asiento del aprendizaje superior en el cerebro. Consiste en un número inesperadamente grande de diferentes áreas, cada una especializada para recibir, interpretar y almacenar información de los sentidos. Lo que se experimenta a través de los sentidos no todo termina en un solo lugar en el cerebro.

2. Conecta las áreas de la corteza cerebral con cientos de diferentes vías neuronales, que pueden almacenar recuerdos en combinaciones casi ilimitadas. Porque el sistema es tan complejo y el número de combinaciones posibles de caminos muy pequeños, se emplea solo una pequeña fracción de las posibles combinaciones.

La Neuróbica hace que el cerebro sea más ágil y flexible en general, por lo que puede asumir cualquier desafío mental, ya sea memoria, tarea rendimiento o creatividad. Eso es porque la Neuróbica usa un enfoque basado en cómo funciona el cerebro, y no simplemente en cómo trabaja el cerebro.

La niñez es una de las etapas más importantes donde el niño adquiere el mayor conocimiento. Es por eso que es muy importante desarrollar su concentración en lo posible aplicando a la Neuróbica, a través de los ejercicios que le permitirán interiorizar el aprendizaje a más de mejorar su coordinación. El desconocimiento de los docentes acerca del tema, no propicia la estimulación de la concentración y la coordinación, por tal razón es visto la necesidad de la elaboración de la Guía de actividades dirigidas a docentes que permita desarrollar en los niños de 4 a 5 años la concentración y la coordinación a través de la aplicación de la técnica Neuróbica.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

La guía pedagógica para la aplicación de la neuróbica en el desarrollo de la concentración en niños de 4 a 5 años es importante porque a través de las estrategias físicas y mentales que ofrece esta práctica estará beneficiándose enormemente, fomentando el uso de ambos de sus hemisferios cerebrales. Para los niños de 4 a 5 años en lo que se respecta al Currículo de Educación Inicial (2014) se trabajará de acuerdo al EJE DE DESCUBRIMIENTO DEL MEDIO NATURAL Y CULTURAL y el desarrollo del ÁMBITO DE RELACIONES LÓGICO/MATEMÁTICAS, cuyo OBJETIVO DEL SUBNIVEL INICIAL 2 es:

Potenciar las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitan establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos, constituyéndose en la base para la comprensión de conceptos matemáticos posteriores. Este ámbito comprende el desarrollo de los procesos cognitivos con los que el niño explora y comprende su entorno y actúa sobre él para potenciar los diferentes aspectos del pensamiento. Este ámbito debe permitir que los niños adquieran nociones básicas de tiempo, cantidad, espacio, textura, forma, tamaño y color, por medio de la interacción con los elementos del entorno y de experiencias que le permitan la construcción de nociones y relaciones para utilizarlas en la resolución de problemas y en la búsqueda permanente de nuevos aprendizajes.

Las DESTREZAS según lo planteado por el currículo de educación Inicial (2014) son:

Ordenar en secuencias lógica sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos; Identificar características de mañana, tarde y noche; Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después;





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos; Identificar en los objetos las nociones de medida: largo/ corto, grueso/ delgado; Asociar las formas de los objetos del entorno con figuras geométricas bidimensionales; Experimentar la mezcla de dos colores primarios para formar colores secundarios; Reconocer los colores secundarios en objetos e imágenes del entorno; Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica; Establecer la relación de correspondencia entre los elementos de colecciones de objetos; Comprender la relación de número-cantidad hasta el 10; Comprender la relación del numeral (representación simbólica del número) con la cantidad hasta el 5; Clasificar objetos con dos atributos (tamaño, color o forma); Identificar semejanzas y diferencias en objetos del entorno con criterios de forma, color y tamaño; Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.

Para la concentración y la coordinación de los niños de 4 a 5, se plantea el desarrollo como OBJETIVO DE APRENDIZAJE DEL SUBNIVEL respecto a lo planteado en Currículo de Educación Inicial (2014):

Potenciar las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitirán establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos, constituyéndose en la base para la comprensión de conceptos matemáticos posteriores, que a su vez presentan DESTREZAS a desarrollar de acuerdo al rango de edad mencionada como:

Ordenar en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos. Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes,





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

ahora y después. Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos. Identificar en los objetos las nociones de medida: largo/ corto, grueso/ delgado. Establecer la relación de correspondencia entre los elementos de colecciones de objetos. Clasificar objetos con dos atributos (tamaño, color o forma). Identificar semejanzas y diferencias en objetos del entorno con criterios de forma, color y tamaño. Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.



La Neuróbica desde la aplicación del Currículo de Educación Inicial 2

El currículo se constituye en un espacio democrático y equitativo que permite el desarrollo de aprendizajes básicos que articulan el conocimiento y los valores locales con aquellos que son patrimonio de la humanidad, y que son requeridos para el desempeño social y el mejoramiento de la calidad de vida. Está dirigido a la formación integral de los niños desde su nacimiento, para que éstos se desenvuelvan competentemente en una sociedad diversa y democrática, siendo capaces de proyectar su identidad personal, social y cultural. El diseño curricular del nivel inicial, siguiendo los principios que lo sustentan, propone el desarrollo de destrezas que permiten al maestro llevar a cabo procesos educativos flexibles en los cuales, a partir de criterios pedagógicos propios y de experiencia previa, puede trabajar con mayor autonomía respondiendo a las necesidades, a los intereses y a las inquietudes de los niños y de las comunidades con las que trabajan.

Las destrezas son el conjunto de capacidades que incorporan conocimientos, actitudes y habilidades que las personas construyen mediante procesos de



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

aprendizaje y que se manifiestan a través de sus desempeños. Un currículo orientado al desarrollo de destrezas busca promover procesos educativos que permitan a las personas desarrollar las capacidades necesarias para enfrentar con autonomía y desde una postura crítica diferentes situaciones, problemas y desafíos. Las destrezas conforman los aprendizajes cuyo desarrollo implica diversos procesos que se basan en los conocimientos previos de los niños, en la nueva información o vivencia, en la reflexión acerca de la información o experiencia y en la aplicación de los conocimientos a nuevas situaciones y desafíos. De esta manera, las destrezas se desarrollan de acuerdo con las características y las experiencias particulares de cada individuo, con el apoyo de las oportunidades de aprendizaje que se le brindan en las instituciones educativas. Las destrezas son acciones efectivas y valiosas a través de las cuales las personas demuestran los resultados de sus procesos de aprendizaje.

Se constituyen en los indicadores para la evaluación de destrezas, por lo que, a partir de ellos, se pueden evaluar la comprensión y la valoración que tienen los niños de los contenidos y de los contextos, así como la pertinencia de sus procesos de aprendizaje.

La educación, como proceso por medio del cual el hombre se forma y define integralmente consiguiendo cambios duraderos y favorables, exige que el docente actual tenga dominio global en la detección de las necesidades del alumno según su edad y etapa evolutiva, la organización de los conocimientos, la motivación y la valoración de todos los aspectos que interactúan en la formación del mismo. Así, el docente, debe convertirse en un profesional con





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

sólidos conocimientos pedagógicos capaz de tomar las decisiones más convenientes para que, mediante el desarrollo de proyectos didácticos, promueva situaciones significativas que afiancen y amplíen los conocimientos de los educandos, genere curiosidad en los mismos mediante la planificación de actividades y valore estos cambios en función de los objetivos trazados. Desde este punto de vista, los educadores requieren profundizar en su conocimiento sobre las diferentes modalidades de planificación, la aplicación de variadas metodologías de enseñanza, el aprovechamiento de diversos recursos, para verificar hasta qué punto, dichas situaciones han sido útiles en la promoción de estos cambios, en sus alumnos.



La Neuróbica como Estrategia de Desarrollo de la Concentración

La “Neuróbica” o “gimnasia mental” es un método desarrollado por el neurólogo Lawrence Katz, que consiste en una serie de técnicas, ejercicios y hábitos destinados a estimular ambos hemisferios del cerebro para que estos trabajen en conjunto. La concentración es uno de los pilares de una buena memoria y del aprendizaje. Las capacidades de atender y mantenerse concentrado son fundamentales para la memoria y para conseguir buenos resultados y aprender de forma eficaz porque se realiza de mejor manera y en menos tiempo. Son ejercicios sencillos que se pueden integrar en la vida cotidiana y facilitan la conexión de redes nerviosas para estimular diferentes áreas del cerebro, integrando tanto la mente como el cuerpo en el aprendizaje. Se trata de realizar actividades que logran acaparar toda la atención de los más pequeños, rompiendo la rutina y obligando al cerebro a hacer un trabajo adicional.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Concentrarse que es el objetivo que se persigue, es centrar toda la atención y enfocarse en un solo estímulo de interés, ignorando y desechando todos los demás que llegan a través de los sentidos y que intentan llamar la atención para cambiar de foco. Estas distracciones disminuyen de forma drástica el rendimiento en diferentes áreas de la vida, como en el trabajo, en los estudios, e incluso en la propia vida personal y familiar.

La concentración es una habilidad que, como un músculo, puede ejercitarse y entrenarse, para mejorar y desarrollar mejor las labores en beneficio del estudiante. Existen muchas técnicas y estrategias para mejorar la concentración. La mayoría de ellas se trata de realizar actividades que se llevan a cabo todos los días, pero con pequeños cambios que las convierten en verdaderos desafíos para la mente y el cuerpo. De esta manera, según afirma Katz, se fortalece tanto la memoria como la concentración.

➤ RESULTADOS

La aplicación de la Neuróbica o la gimnasia cerebral permite la obtención de los siguientes resultados: la estimulación de los centros cerebrales, entre ellos la lateralidad: habilidad para coordinar el hemisferio central derecho con el izquierdo, ésta destreza es fundamental para la lectura, la escritura y la comunicación, esencial para el movimiento fluido del cuerpo entero, la habilidad de moverse y pensar al mismo tiempo; el centraje: habilidad para coordinar las partes superior e inferior del cerebro, destreza relacionada con el sentimiento y la expresión de emociones; y el enfocamiento: influye en la participación y en la comprensión, habilidad para responder a los detalles de una situación mientras se mantiene una perspectiva de sí mismo, y sobre la capacidad de comprender nueva



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR "JAPÓN"

REGISTRO INSTITUCIONAL N° 17 – 082

ACUERDO N° 175

información en el contexto de toda la experiencia previa". De igual manera entre los resultados de su aplicación se tiene:



- • Son pequeños ejercicios físicos que ayudan en la sincronización cerebral produciendo muy buenos resultados a corto y largo plazo.
- • La gimnasia cerebral, logra unir el hemisferio cerebral izquierdo con el derecho apoyando así un mayor nivel de concentración, creatividad, mejorar las habilidades motrices y propiciar el aprendizaje.
- • Esta gimnasia para el cerebro es utilizada también como una herramienta útil para solucionar problemas de lectura, escritura, dislexia e hiperactividad.
- • En personas de edades comprendidas entre 4 a 5 años, la neuróbica ayuda a mejorar la capacidad de atención y concentración, a través del uso de ambos hemisferios cerebrales; también permite un mayor desarrollo de la imaginación y la creatividad.
- • También mejora el rendimiento de las neuronas, aumenta la memoria, la coordinación, e inclusive puede ayudar a generar mayor confianza en el individuo.
- • Activa el cerebro: Indica los movimientos que ayudan a desbloquear el sobre enfoque de niños y niñas que se esfuerzan demasiado.
- • Aplicaciones en la enseñanza: Indica en que área del aprendizaje influye directamente el ejercicio.

➤ CONCLUSIONES



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Luego del desarrollo de la investigación sobre la aplicación de una guía pedagógica referente a la neuróbica como una técnica pedagógica de gimnasia cerebral dentro de la educación inicial para el desarrollo de la concentración en los niños de 4 a 5 años, se establecen las siguientes conclusiones:

- En cuanto al objetivo específico Nro. 1, basado en desarrollar la concentración en los niños de 4 a 5 años a través de un aprendizaje significativo mediante la aplicación de ejercicios prácticos referentes a la neuróbica, se concluye que el cerebro humano, posee una capacidad invaluable para almacenar información, analizar y realizar todas las funciones mentales para la cual está diseñado dicho órgano, sin embargo, al igual que el cuerpo al realizar algún deporte, el cerebro debe ejercitarse, es por ello que el ser humano debe realizar ejercicios cerebrales que le ayuden a desarrollar las capacidades mentales.
- Referente al objetivo específico Nro. 2, que establecía generar en los docentes de educación inicial estrategias pedagógicas que estimulen la concentración en niños de 4 a 5 años a través de la utilización de un instrumento operativo (Guía) y la implementación de la Neuróbica. Bajo este concepto, se concluye que el cerebro como la mayoría de las partes del cuerpo humano funciona en óptimas condiciones si se ejecuta correctamente, por otro lado, si se utiliza solo en labores rutinarias y poco estimulantes, las personas comienzan a experimentar pérdida de la memoria y agilidad, dificultad para expresar ideas o comunicarse, menor creatividad, y otros. Por lo tanto, es imprescindible generar en los docentes de educación inicial esas estrategias pedagógicas que estimulen la concentración.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

- La Gimnasia Cerebral, ayuda a las neuronas a mantenerse vivas, debido a que comprende un conjunto de ejercicios coordinados y combinados que propician y aceleran el aprendizaje; estas actividades son sumamente importantes, debido a que si se aplican diariamente por parte de los docentes se obtendrán resultados muy eficientes y de gran impacto para quienes lo practican, de hecho la Gimnasia Cerebral puede aplicarse en todo tipo de público comenzando por niños de 4 a 5 años, pasando por adolescentes y adultos hasta llegar a trabajar con personas incluso de la tercera edad, permitiendo mantener el cerebro en óptimas condiciones. En el campo laboral, los estudiantes tienen una participación pasiva, lo cual bloquea muchas de sus facultades mentales entre esas la memoria inmediata en vista de las deficiencias que presentan los docentes al momento de propiciar ejercicios que estimulen la concentración inmediata de sus alumnos.
- De igual manera, en referencia al objetivo específico Nro. 3, correspondiente a trabajar una guía pedagógica para docentes que permita la aplicación de nuevos métodos de enseñanza a través de la Neuróbica y la generación de nuevas experiencias hacia la concentración en los niños de 4 a 5 años, este trabajo busca estimular los procesos mentales entre ellos mejorar el funcionamiento de la concentración inmediata a través de la elaboración de una guía de ejercicios basada en la Gimnasia Cerebral dirigida de los alumnos con la finalidad de mejorar el rendimiento escolar a través de la aplicación diaria de ejercicios mentales que comprende la gimnasia cerebral.
- Esta investigación persigue que, con el alcance de los objetivos y misión de la misma a largo plazo, ofrecer a los usuarios, las herramientas idóneas que les permitan lograr obtener de manera integral a través de esta guía,



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

la educación, los principios y alcanzar un crecimiento integral, es decir, amplio, personal, profesional y académico.



Como toda gimnasia, ésta puede practicarse en cualquier momento del día y no necesita de un lugar específico. Sin embargo, se recomienda que los ejercicios relacionados con la activación de las funciones cerebrales se realicen por la mañana para que el cerebro pueda estar listo para reaccionar a lo largo del día. Lo primero que hay que hacer antes de empezar los ejercicios de la gimnasia cerebral es tomar mucha agua, ya que el agua hidrata las células, haciéndolas más flexibles y ayudando a aumentar los niveles de energía del cuerpo. Además, antes de comenzar es necesario mantener una respiración abdominal (no torácica).

La guía incluye ejercicios clasificados con base en los espacios de trabajo diario a nivel escolar, todo ello debido a que se puede observar mayor eficiencia de dichas actividades en espacios concretos, clasificándolos de la siguiente manera:

- **Ejercicios para actividades iniciales:** Estos son ejercicios que permiten despertar el funcionamiento neuronal y predisponerlo al aprendizaje. Estos se pueden realizar en cualquier espacio de trabajo y como su nombre lo dice deben realizarse al inicio del día, antes de comenzar cualquier actividad en el aula.
- **Ejercicios energéticos para mejorar la atención:** Estos ejercicios permiten energizar al estudiante. Centran su atención en actividades específicas y de respuestas claras. Para estos ejercicios se requieren espacios amplios donde los niños y niñas puedan recostarse y sobre todo sentirse libres y relajados, puede ser un espacio de césped, una sala de expresión corporal de preferencia que cuente con espejos para que el niño y niña pueda visualizar lo que realiza.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

- **Ejercicios de la línea central previos a prescritura:** Estos ejercicios permiten preparar al niño en el proceso de lecto-escritura para la coordinación mano-ojo en diferentes campos visuales, relajan el sistema nervioso central para el reconocimiento y discriminación de símbolos y facilitan el desarrollo motriz y su concentración

- **Ejercicios de estiramiento para actividades finales:** Estos ejercicios aumentan la atención visual (integración de las partes anterior y posterior del cerebro) con una respiración más profunda y por lo tanto el incremento de energía, favorecen en la memoria a corto y largo plazo, lenguaje silencioso, capacidad de pensar y en la integración de la vista y el oído con el movimiento de todo el cuerpo. Son indispensables luego del trabajo transcurrido durante el día, porque todo el gasto de energía liberado causa una sensación de cansancio o fatiga, por ello la realización de estos ejercicios permiten que el niño y la niña regresen a casa tranquilos, relajados y sin mayores preocupaciones ni estrés.

La aplicación del programa se lleva a cabo diariamente y los ejercicios se modificaban semanalmente para que los niños y niñas puedan interiorizarlos y posteriormente realizarlos por sí solos, además este ritmo de trabajo permite determinar aquellos ejercicios que muestran respuestas más significativas en momentos específicos.

La Guía Pedagógica toma como referencia la propuesta de Isabel Aguirre Vargas, quien realizó un trabajo de investigación llamado: La gimnasia cerebral para niños de 4 a 5 años como instrumento de estimulación de las capacidades, en la Escuela de Estimulación Temprana e Intervención Precoz, en la Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación de la Universidad del Azuay, en Cuenca, Ecuador durante el año 2010. Se toman los ejercicios que esa investigación propone.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

➤ ACTIVIDADES

EJERCICIOS PARA ACTIVIDADES INICIALES

NOMBRE: TOMO, TOMO, DEJO, DEJO.

Objetivo: Identificar la noción de tiempo en acciones que suceden antes, durante y después.

Recursos:

- Agua
- Grabadora
- Música

Proceso o metodología:

La educadora pide a los niños que se ubiquen de pie alrededor de la salita formando un círculo y explica que se les entregará un vaso con agua a cada uno, el cual lo empezarán a beber cuando escuchen la música y cuando ya no la escuchen se detendrán y se sentarán inmediatamente en el suelo. Luego la docente les presentará imágenes con las acciones que se realizaron en el ejercicio y se pedirá a cada niño que escoja la imagen de la acción que sucedió antes que se apagara la música y la imagen que sucedió después de la misma.



Indicador de logro:

El niño/a identifica, la noción antes y después en la acción de tomar agua

Número de niños: 15 niños



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: El agua es un magnífico conductor de la energía eléctrica, el cuerpo humano se compone de más de 2/3 partes de agua (cerca del 70%). Todas las actividades eléctricas y químicas del cerebro y del sistema nervioso central dependen de la buena conducción de las corrientes eléctricas para transmitir los mensajes entre el cerebro y los órganos sensoriales.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que si la actividad no quiere realizarla el niño no se le obligue ya que es indispensable que el lo ejecute por su propia voluntad y se integre a sus compañeros lo están realizando.

NOMBRE: RESPIRAR CON EL OMBLIGO

Objetivo: Contar oralmente de 5 al 1 con secuencia numérica descendente

Recurso:

- Patio
- Libros

Proceso o metodología:

La educadora saldrá en compañía de los niños al patio, se pedirá que formen un semicírculo y que se acuesten boca arriba mientras la educadora se ubicará al frente de ellos en donde les explicará que se les colocarán un libro en sus barriguitas el cual ellos tendrán que levantarlos mediante la inhalación y bajarlo con la exhalación contando cada una hasta llegar al 15.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N° 17 – 082

ACUERDO N° 175

31

Indicador de logro: El niño/a cuenta oralmente las sesiones de su respiración en forma descendente del 5 al 1.

Número de niños: 12 niños en dos grupos de 6.

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: La respiración debe abrir la cavidad torácica de delante hacia atrás, de izquierda a derecha y de arriba hacia abajo, incluido el abdomen. Cuando la respiración es poco profunda y sólo levanta la caja torácica, el oxígeno llega al cerebro en pequeñas dosis, al respirar con naturalidad oxigenamos más y facilitamos la actividad cerebral.

Recomendaciones: A la docente se le recomienda que los grupos sean máximos de hasta 6 niños para poder observar y escuchar al momento que empiecen a contar.

NOMBRE: GATEO CRUZADO O MARCHA CRUZADA.

Objetivo: Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Imágenes de los ejercicios

Proceso o metodología:

La educadora saldrá en compañía de los niños al patio, se pedirá que formen un semicírculo mientras la educadora se ubicará al frente de ellos en donde les explicará y previa demostración pondrá su mano derecha sobre la rodilla



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N.º. 17 – 082

ACUERDO N.º 175

izquierda, luego mano izquierda sobre la rodilla derecha. Luego se mostrara las imagines con los mismos movimientos que realizaron y se pedirá que los ubiquen según el patrón indicado. Así se activan simultáneamente ambos hemisferios cerebrales.



Indicador de logro: El niño/a mantiene de forma continua el ritmo y reproduce patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas, mientras escucha la música.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: En primer lugar, activa el cerebro para cruzar la línea media visual, auditiva, kinesiológica y táctil. Además, favorece la receptividad para el aprendizaje, mejora los movimientos oculares derecha a izquierda y la visión binocular y mejora la coordinación izquierda/derecha y la visión y audición. Favorece la concentración.

Recomendaciones: Si el niño no desea realizar los ejercicios se recomienda hacer variaciones, como invitar al niño a mover los brazos arriba y abajo con fuerza, explorando todo tipo de movimientos en distintas direcciones. Intentar tocar el pie contrario por detrás del tronco.

NOMBRE: LA ARAÑITA



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

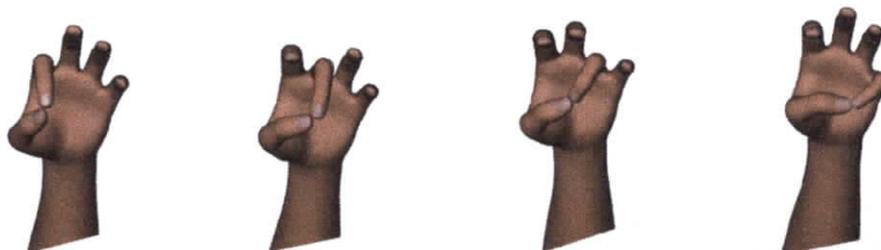
ACUERDO N° 175

Objetivo: Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: La educadora motivara a los niños a Cantar “Witsi araña: ¡Witsi witsi araña tejó su telaraña vino la lluvia y se la llevó!!! Salió el y todo se secó y witsi witsi araña de nuevo se subió” Mientras previa demostración va intercalando el contacto entre el pulgar con el resto de le los demás dedos, este ejercicio debe realizarlo con las dos manos a la misma vez en posición ascendente y luego descendente. Luego presenta las láminas con los movimientos de dedos realizados los cuales ellos deben ubicar según el orden.



Indicador de logro: El niño/a mantiene de forma continua el ritmo y reproduce patrones simples con sus dedos y con representaciones gráficas.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Relajar, calmar y centrar, mejora la atención y concentración.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar con claridad las instrucciones, para cumplir con la secuencia requerida y si el niño lo realiza con facilidad pues realizamos la actividad intercalando el dedo pulgar de la mano izquierda con el meñique de la derecha



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

34

NOMBRE: NUDOS

Objetivo: Ordenar en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: La docente pide a los niños que se ubiquen de pie y los motiva para entonar una canción elaborada por todos como: Miro mis dos pies y los junto como ves, miro mis dos manos y las cruzo como un abrazo, junto mis manitos así son como me saludo y aquí está mi lengüita que sube de alegría. Mientras ella se ubica al frente realizando los movimientos que pide la canción, los niños deberán seguir los ejercicios Cruzar los pies en equilibrio, estirar los brazos hacia el frente separados uno del otro, colocar las palmas de las manos hacia fuera y los pulgares apuntando hacia abajo, luego entrelazar las manos llevándolas hacia el pecho con los hombros hacia abajo y finalmente apoyar la lengua en la zona media del paladar.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Indicador de logro: El niño/a ordena en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria al llevar la secuencia de ejercicios.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Efecto integrador en el cerebro, activa conscientemente la corteza tanto sensorial como motora de cada hemisferio cerebral, apoyar la lengua en el paladar provoca que el cerebro esté atento, conecta las emociones en el sistema límbico cerebral, da una perspectiva integrativa para aprender y responder más efectivamente y disminuye niveles de estrés refocalizando los aprendizajes.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente motivar varias veces al niño con la canción para que realice los ejercicios y si el niño no desea lo haga participe del lugar en donde se pueda realizarlos

NOMBRE: LAS ESCONDIDAS

Objetivo: Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después.

Recursos:

- Cintas de colores

Proceso o metodología: Asociar cada movimiento con los días de la semana mientras se los pronuncia y colocar cintas de dos colores, un color para un dedo meñique y un pulgar y la otra para los otros dos dedos. Mostrar sucesivamente el índice derecho y el meñique de la izquierda y después, el índice izquierdo y el meñique derecho.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082
ACUERDO N° 175



36

Indicador de logro: El niño/a identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después, al asociar los movimientos de sus dedos con los días de la semana.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Relajar, calmar y centrar, mejora la atención y concentración.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que de no contar con cintas puede acudir a las temperas y siempre motivarles ha realizar los jejecicios para que en los niños se conbietan en hábito de vida.

NOMBRE: OCHO IMAGINARIOS

Objetivo: Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: adelante/ atrás.

Recursos:

- Música
- Grabadora
- Patio

Proceso o metodología: La docente y los niños saldrán al patio y se ubique con la mirada hacia pared luego con su dedo índice dibujaran imaginariamente el



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

número ocho grande “acostado”. Con previa demostración de la docente y siguiendo las siguientes instrucciones: dar un paso hacia atrás sin dejar de dibujar el ocho o un paso hacia delante.



Indicador de logro: El niño/a reconoce la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: adelante, atrás mientras dibuja los ocho imaginarios.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Relajación de ojos, cuello y hombros durante la concentración, mejora la percepción de profundidad, mejora la concentración, el equilibrio y la coordinación. Estimula la memoria y la comprensión. Mejora habilidades académicas: reconocimiento de símbolos para decodificar lenguaje escrito. Mejora la percepción de profundidad y la capacidad para centrarse.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente no solo utilizar los brazos o dedos más bien motivar a los niños a utilizar las diferentes partes del cuerpo como la vista, luego con la cabeza, y luego con todo el cuerpo. Se puede hacer lo mismo con los otros números.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

38

NOMBRE: MALABARES

Objetivo: Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos.

Recursos:

- Pelotas u otros objetos
- Disfraces de payasos

Proceso o metodología: La docente y los niños se disfrazan de payasos y simulan un circo. Lanzar un objeto de un lado a otro y cogerlo con la mano opuesta, se lo puede realizar jugando malabares con una sola pelota, realizarlo de derecha a izquierda y viceversa.



Indicador de logro: El niño/a continúa y reproduce patrones simples con objetos concretos al hacer malabares.

Número de niños: 10 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Mejora la atención y seguimiento visual.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que si la actividad no quiere ser realizada por un niño no se le obligue más bien motivarlo con un gesto chistoso para que se anime mientras sus compañeros lo están realizando.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

39

NOMBRE: YEMITAS

Objetivo: Comprender la relación del numeral (representación simbólica del número) con la cantidad hasta el 5.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: La docente animara a los niños a cantar, los deditos de la mano, todos juntos estarán; si los cuentas uno a uno, cinco son y nada más. Los deditos de las manos, estirados los verás; si tú cuentas las dos manos, cinco y cinco ¿qué serán? Con el dedo pulgar, tocar cada yema de los dedos de la mano, sin parar, de manera continua, luego se puede hacerlo con ambas manos al mismo tiempo.



Indicador de logro: El niño/a comprende la relación del numeral (representación simbólica del número) con la cantidad hasta el 5, mientras toca sus dedos.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Relajar, calmar y centrar, mejora la atención y concentración.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente realizar esta actividad en lugares abiertos para que los niños sientan la suficiente libertad para cumplirla o



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

para motivar también puede funcionar poner goma en su pulgar para que los pueda esparcir a los demás dedos con el mismo movimiento.

40

NOMBRE: EL BOSTEZO ENERGÉTICO

Objetivo: Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás,

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: La educadora motiva a los niños a cantar. “A fuera pereza a fuera que quiero trabajar de este cuerpo te vas a marchar”. Y con previa demostración lleva los dedos de ambas manos tocar el área del rostro donde se juntan las mandíbulas (superior e inferior), bostezar profundamente y mientras bosteza con los dedos masajea suavemente, hacia delante y hacia atrás, las juntas de la mandíbula. Ubica la yema de los dedos en las mejillas y simula que bosteza; posteriormente, haz presión con los dedos.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

Indicador de logro: El niño/a reconoce la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: adelante/ atrás al hacer masajes en sus mejillas.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Oxigena el cerebro de una manera profunda, relaja toda el área facial disponiéndola para recibir información sensorial con mayor eficiencia, estimula y activa los grandes nervios craneales localizados en las juntas de la mandíbula, activa todos los músculos de la cara, activa la verbalización y comunicación, ayuda a la lectura, mejora las funciones nerviosas hacia y desde los ojos, los músculos faciales y la boca. Estimula tanto la expresión verbal como la comunicación. Además, mejora la visión.

Recomendaciones: A la docente se le recomienda que la actividad a realizar se la haga en un lugar abierto.

EJERCICIOS ENERGÉTICOS PARA MEJORAR LA ATENCIÓN

NOMBRE: GATEO CRUZADO

Objetivo: Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después.

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Cintas largas

Proceso o metodología: La docente acudirá al patio con los niños/as y dará las instrucciones para realizar el concurso de movimientos lentos y rápidos con





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

punto de partida y de llegada. Los movimientos del “Gateo Cruzado” deben efectuarse en cámara lenta y luego rápida regresando a la postura inicial. Después la docente pregunta que hicimos antes de llegar a la cinta después de la misma.



Indicador de logro: El niño/a identifica las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después, al hacer ejercicios de gateo con movimientos lentos.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Las terminaciones nerviosas de las manos y de los pies se abren alertando al sistema nervioso, permite que corra una nueva corriente eléctrica en el sistema nervioso, prepara el organismo para una mejor respuesta de aprendizaje, maneja el estrés y relaja todo el cuerpo.

Recomendaciones: Se puede realizar en forma grupal o individual como dese el niño.

NOMBRE: EL ESPANTADO

Objetivo: Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes y ahora

Recursos:



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

• Vendas

Proceso o metodología: La docente pedirá a los niños que traten de involucrarse con las vendas utilizando sus dos manos, para realizar el juego de las momias que salen de su tumba, acompañando a cada movimiento con la estrofa “tumbalaca tumba laca tumba la”. Las piernas moderadamente abiertas, abrir totalmente los dedos de las manos y de los pies hasta sentir un poquito de dolor, sobre la punta de los pies estirar los brazos hacia arriba lo más alto que se pueda, al estar muy estirado, tomar aire y guardarlo durante 10 segundos, estirándose más y echando la cabeza hacia atrás, a los 10 segundos expulsar el aire con un pequeño grito y aflojar hasta abajo los brazos y el cuerpo como si se dejara caer. Siguiendo con la actividad se preguntara a los niños como estaba bestido antes de que se vendara y que pasa ahora



Indicador de logro: El niño/a identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes y ahora, al hacer ejercicios del espantado.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: Las terminaciones nerviosas de las manos y de los pies se abren alertando al sistema nervioso, permite que corra una nueva corriente eléctrica en



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

el sistema nervioso, prepara el organismo para una mejor respuesta de aprendizaje, maneja el estrés y relaja todo el cuerpo.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente si no tiene el recurso de las vendas utilizar bufandas o papel higiénico

44

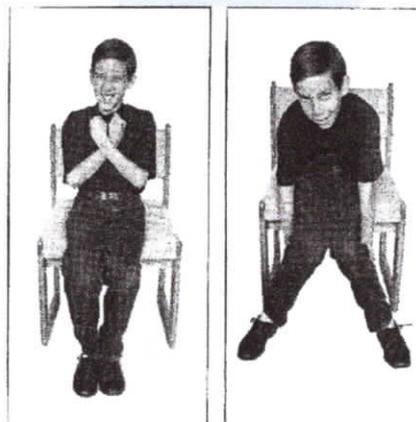
NOMBRE: TENSAR Y DESTENSAR

Objetivo: Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica.

Recursos:

- Silla

Proceso o metodología: Ejercicios de Psicomotricidad I Nivel. El diálogo. Tónico con trabajo en parejas. Tensar los músculos de los pies, juntar los talones, luego las pantorrillas, las rodillas, tensar la parte superior de las piernas, tensar glúteos, el estómago, el pecho, los hombros, apretar los puños, tensar las manos, los brazos y cruzarlos, tensar los músculos del cuello, apretar las mandíbulas, tensar el rostro cerrando los ojos, frunciendo el ceño hasta el cuero cabelludo. Una vez que esté todo el cuerpo en tensión, tomar aire, retenerlo 15 segundos y mientras cuenta, tensar hasta el máximo todo el cuerpo. Después de diez segundos exhalar el aire aflojando totalmente el cuerpo.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Indicador de logro: El niño/a cuenta del 1 al 15 de acuerdo

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Logra la atención cerebral, provoca una alerta en todo el sistema nervioso, maneja el estrés, interioriza relaciones emocionales, mejora la concentración.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar con claridad las instrucciones, para cumplir con la secuencia requerida.

NOMBRE: CUENTA HASTA DIEZ

Objetivo: Comprender la relación de número-cantidad hasta el 10.

Recursos:

- Sillas

Proceso o metodología: Se puede complementar el ejercicio usando una palabra corta como: “Paz”, “Amor”, “Me siento muy bien”; las puede nombrar mientras inhala y después al exhalar. Procurar una posición cómoda, puede ser una silla manteniendo una postura recta en la columna y apoyando los pies sobre el piso. Colocar las palmas de las manos hacia arriba al frente, a la altura de la cintura, apoyándolas sobre las piernas o bien juntándolas enfrente del rostro sosteniendo alguna flor, cerrar por un momento los ojos y prestar atención a la respiración. Tomar aire y contar hasta 10, retener el aire en el interior y contar otra vez hasta 10, exhalar el aire contando hasta 10 y quedarse sin aire mientras cuenta hasta 10 lenta y suavemente. Repetir el ejercicio 3 veces.

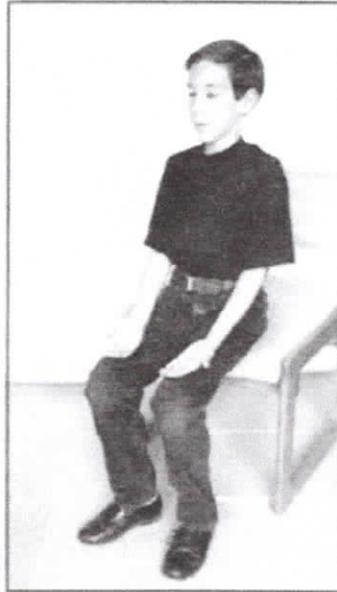




INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175



46

Indicador de logro: El niño/a comprende la relación de número-cantidad hasta el 10, al hacer el ejercicio de relajación.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Cuando el cerebro fija la atención en la respiración todo el sistema nervioso se pone inmediatamente en alerta, el hecho de llevar un ritmo hace que el sistema nervioso adquiera armonía. La calma regresa, en algunas culturas a este ejercicio se le conoce con el nombre de meditación, ayuda al cerebro a tener claridad en el razonamiento y apertura para la creatividad.

Recomendaciones: Por lo cual se le recomienda al docente que para esta actividad lo realice de menos a más para la sealisación de mas conexiones neuronales

NOMBRE: SOMBRERO DEL PENSAMIENTO

Objetivo: Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica.

Recursos:



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: Poner las manos en las orejas y jugar a “desenrollarlas o a quitarles las arrugas” empezando desde el conducto auditivo hacia afuera.



Indicador de logro: El niño/a cuenta oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica, al hacer el ejercicio del sombrero del pensamiento.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Estimula la capacidad de escucha. Ayuda a mejorar la atención, la fluidez verbal y ayuda a mantener el equilibrio.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente realizar el ejercicio hasta 3 veces seguidas brindando el apoyo en contar secuencialmente

NOMBRE: ATENTA A LOS COLRES

Objetivo: Reconocer los colores secundarios en objetos e imágenes del entorno.

Recursos:

- Láminas
- Hojas de colores



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

Proceso o metodología: Dibujos en láminas. Dibujar objetos en una hoja y colocarlas a nivel de los ojos. Los objetos deben estar en hojas de colores: “verde, anaranjado o morado”, al azar, que quieren decir: verde mano derecha; anaranjado mano izquierda, y morado ambas manos juntas. Colocar las hojas en fila y el niño o niña mientras dice en voz alta el objeto, “silla” se fija el color “verde”; entonces señala con mano derecha y lo baja; si está el color “anaranjado” señala con la mano izquierda y si está el color “morado” señala con ambas manos; hasta llegar al último objeto y cuando haya llegado, empieza de nuevo el ejercicio, ahora desde atrás hacia adelante.



A	B	C	D	E	F	G	H	I
d	i	i	d	d	j	i	i	d
J	K	L	M	N	O	P	Q	R
i	i	i	d	j	i	i	d	j
S	T	U	V	W	X	Y	Z	
j	i	d	i	d	d	i	j	

Indicador de logro: El niño/a reconoce los colores secundarios en objetos e imágenes del entorno, con los ejercicios de atención con letras.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 30 minutos

Beneficios: Logra la integración entre el consciente y el inconsciente, permite una múltiple atención entre el movimiento, la visión y la audición, favorece el que, a través del ritmo, la persona se concentre, ayuda a mantener un estado de alerta al cerebro.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que el ejercicio puede empezar con dos colores indistintamente El ejercicio puede aumentar su dificultad paulatinamente, posteriormente se puede trabajar con sopa de letras en donde se solicita al niño o niña encontrar una vocal específica, también se puede



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

trabajar con animales y colores solicitándole que nombre únicamente el color del animal, también se puede realizar el juego de twister utilizando manos y pies de dos colores que puede ser rojo y azul y se le solicita al participante colocar su mano o pie derecho o izquierdo en una mano o un pie de un color específico.

49

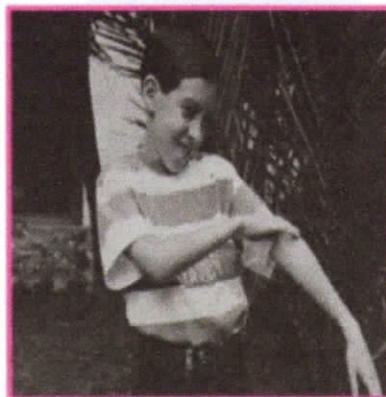
NOMBRE: LA TARÁNTULA

Objetivo: Identificar las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, después.

Recursos:

- Ilustraciones

Proceso o metodología: La docente pedirá a los niños que se imaginen varias tarántulas pegadas en el cuerpo. ¿Qué harían? ¡SACÚDANSELAS! se utilizan las manos para golpear ligeramente, pero rápidamente todo el cuerpo: brazos, piernas, cabeza, etcétera. Hacer el ejercicio a gran velocidad durante dos minutos. Luego la docente preguntaría que paso antes de imaginarse al insecto y que paso después





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Indicador de logro: El niño/a identifica las nociones de tiempo en acciones que suceden antes, ahora y después, al simular la acción de sacudirse al insecto imaginario en el cuerpo.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 20 minutos

Beneficios: Activa todo el sistema nervioso, el cerebro aprende a separar la persona del problema, se producen endorfinas (la hormona de la alegría), circula la energía eléctrica de las terminaciones nerviosas, disminuye el estrés, activa la circulación sanguínea.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar participación a cada niño con cualquier insecto imaginario.

NOMBRE: BOTONES DEL ESPACIO

Objetivo: Contar oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: Dos dedos se colocan encima del labio superior y la otra mano en los últimos huesos de la columna vertebral. Respirar varias veces.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Indicador de logro: El niño/a cuenta oralmente del 1 al 15 con secuencia numérica al realizar el ejercicio de los botones del espacio.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Su principal beneficio es la estimulación de la receptividad para el aprendizaje.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar con claridad las instrucciones, para cumplir con la secuencia requerida.

NOMBRE: BOTONES DE TIERRA

Objetivo: Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: Este sencillo ejercicio es activador y energizante. Estimula el cerebro y alivia la fatiga mental. Se deben colocar dos dedos debajo del labio inferior y dejar la otra mano debajo del ombligo y respirar varias veces. Ambas manos reposan en la parte frontal de la línea central del cuerpo; una bajo el labio inferior, la otra en el final superior del hueso púbico. Aquí se contempla la técnica habitual porque demuestra la intención de tomar conciencia de las líneas centrales correspondientes a cada una de las tres dimensiones. Cualquier modificación seguirá activando la línea lateral.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175



52

Indicador de logro: El niño/a reconoce la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos, al realizar el ejercicio de botones de tierra.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Activa el cerebro: Para la habilidad de trabajar en el campo central, concentración, enraizamiento (mirar hacia abajo para ejercitar la visión cercana), metabolismo básico, adaptación de la visión. Aplicaciones en la enseñanza: Técnicas organizativas (mover los ojos vertical y horizontalmente sin confundirse; columnas en matemáticas y ortografía), habilidades para la visión espacial de cerca de lejos (ej.: desde el papel o del libro a la pizarra), mantener la posición en la línea mientras se está leyendo. Relación postura-comportamiento: Agudeza mental (alivia el cansancio mental), nivel de las caderas (no torcidas), nivel de la cabeza (no ladeada), cabeza arriba y hacia atrás (no agachada), ojos abiertos (mejora el bizqueo y la vista fija), enraizamiento (coordinación del cuerpo inferior), coordinación de todo el cuerpo, enfoque (alivia comportamientos hiperactivos).

Recomendaciones: Deben presionarse los puntos durante 30 segundos o más (cuatro-seis respiraciones complejas). El alumno debe respirar despacio y profundamente, notando la relajación.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

53

NOMBRE: SONRÍE, CANTA, BAILA

Objetivo: Establecer la relación de correspondencia entre los elementos de colecciones de objetos.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: Música infantil, canciones, juegos, chistes y bailoterapia. Brindar un mensaje de sonreír, cantar y bailar siempre que se pueda, empezar a cantar y bailar.



Indicador de logro: El niño/a establece la relación de correspondencia entre los elementos de colecciones de objetos, al cumplir la actividad de baile.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Produce muchas endorfinas, activa la energía en el cerebro y en todo el cuerpo, una sonrisa genera: confianza, esperanza, gozo de vivir, agradecimiento, entusiasmo, fuerza para seguir caminando. Un canto impulsa



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

nuestro ser, expresa el alma, ayuda a expulsar las emociones escondidas. Un baile da: armonía, ritmo, cadencia, acompañamiento, expresión.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente realizar en un lugar amplio para que puedan relajarse y realizar la actividad de manera adecuada.



EJERCICIOS DE LA LÍNEA CENTRAL PREVIOS A PREESCRITURA

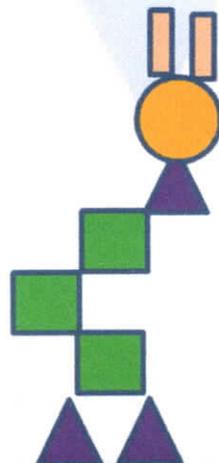
NOMBRE: LA RAYUELA LOCA

Objetivo: Identificar figuras geométricas básicas: Círculo, cuadrado y triángulo en objetos del entorno y en representaciones gráficas.

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: La docente pide a los niños salir al patio. Luego la docente dibujara la rayuela con las formas geométricas pero no la tradicional si no una que este ubicada en posiciones diferentes tanto cuadrados como triángulos y círculos. Se pedirá a los niños que uno a uno juegue y mientras salta tiene que nombrar la figura en donde le toca saltar.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

55

Indicador de logro: El niño/a identifica figuras geométricas básicas: Círculo, cuadrado y triángulo en objetos del entorno y en representaciones gráficas, al realizar el juego de la rayuela

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: Activa el cerebro: Para cruzar la línea central visual, visión binocular (ambos ojos a la vez), integración de los hemisferios izquierdo y derecho, aumentar la visión periférica Relación postura-comportamiento: Relajación de ojos, cuello y hombros durante la concentración, mejora la percepción de profundidad, mejora la concentración, el equilibrio y la coordinación.

Recomendaciones: La docente no puede dirigirse a la figura tradicional de la rayuela puede cambiar de ubicación como ella lo desee, también puede cambiar de dibujo un payaso, un robot, etc.

NOMBRE: DOBLE GARABATEO

Objetivo: Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos.

Recursos:

- Lápices y colores
- Grabadora
- Música
- Láminas de papel
- Tizas
- Pinturas



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N.º. 17 – 082

ACUERDO N.º 175

Proceso o metodología: La docente Ofrecer distintos materiales para realizar el doble garabateo a los niños/as (ej.: tizas, pinturas, crayones, etc.) y hacer el doble garabateo en el aire como una actividad de grupo. Es una actividad de dibujo bilateral que se hace en la línea central para establecer una dirección y una orientación en el espacio relacionado con el cuerpo. Luego siguiendo las instrucciones los niños realizaran el garabateo doble de arriba hacia abajo, adelante atrás, cerca lejos de sus brazos, etc.



Indicador de logro: El niño/a reconoce la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos, al participar en el ejercicio del garabateo.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: Estimula la escritura y la motricidad fina. Experimenta con la musculatura gruesa de los brazos y los hombros. Estimula las habilidades académicas como el seguimiento de instrucciones. Mejora las habilidades deportivas y de movimiento. Consejos de enseñanza: Activa el cerebro: Para la coordinación mano-ojo en diferentes campos visuales, cruzar la línea central kinestésica, percepción espacial, discriminación visual y codificación



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N° 17 – 082

ACUERDO N° 175

símbolo/figura. Aplicaciones en la enseñanza: Seguir directrices, codificación y descodificación de símbolos escritos, escritura, matemáticas. Relación postural-comportamiento: Conciencia de la izquierda y la derecha, visión periférica, conciencia y coordinación del cuerpo, habilidades para los deportes y el movimiento.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que comience dejando garabatear al alumno libremente con ambas manos a la vez, hacer hincapié en el proceso, no en el dibujo en sí. Evitar hacer juicios, ya sean positivos o negativos. Estimular los movimientos de cabeza y ojos, evitar la tensión y la rigidez, ayudarse con ejemplos de figuras ya conocidas por ellos.

NOMBRE: REALIZAR ROMPECABEZAS

Objetivo: Comparar y armar colecciones de más, igual y menos objetos.

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Rompecabezas
- Mesa de trabajo

Proceso o metodología: Es una dinámica fácil de ejecutar y que además mantendrá al estudiante concentrado y lo ayudará a desarrollar su inteligencia espacial: los rompecabezas, atraen la atención del niño desde principio a fin, puede ser que se levante un par de veces, pero luego regresará para terminar lo que en algún momento empezó.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175



58

Indicador de logro: El niño/a compara y arma colecciones de más, igual y menos objetos, al trabajar con la actividad de armar rompecabezas.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 30 minutos

Beneficios: Los rompecabezas contribuirán a solucionar los problemas de atención y mejorar la memoria del niño.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar con claridad las instrucciones, para cumplir con la secuencia requerida.

NOMBRE: LECTURA DE CUENTOS

Objetivo: Ordenar en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos.

Recursos:

- Cuentos

Proceso o metodología: La docente pide a los niños que se sienten y formen un semicírculo, y procederá a contar un cuento. Luego de haber terminado elige a tres niños para que ordene las hojas del cuento según su desenlace.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175



59

Indicador de logro: El niño/a ordena en secuencias lógicas sucesos de hasta cinco eventos en representaciones gráficas de sus actividades de la rutina diaria y en escenas de cuentos.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: El leer cuentos a los niños ayuda a que los mismos desarrollen diferentes habilidades o que se den cuenta de actividades que les guste realizar. Con una lectura constante los talentos de los niños se irán desarrollando, al mismo tiempo que adquieren conocimientos éticos proporcionados por las historias narradas. Con la práctica de los cuentos, se amplía la capacidad de percepción, comprensión y concentración de los niños, la percepción se incrementa por el uso de la imaginación mientras se le está narrando el cuento y la comprensión para entender lo que en sí es el contenido del cuento.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente que contribuya en esta tarea y después puedas hablar con él un poco sobre la historia. Una buena idea sería hacerlo también en la mañana.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

NOMBRE: SEPARAR ELEMENTOS

Objetivo: Clasificar objetos con dos atributos (tamaño, color o forma).

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Objetos de diversos colores y tamaños

Proceso o metodología: Otra excelente dinámica es la separación de elementos, para ello debes reunir una cantidad de objetos con características diferentes: color, tamaño y forma. La tarea que tiene el niño es la de agrupar y clasificar los objetos presentados según sus características comunes. Esto ayuda a que los niños presten atención a cada una de las características de los grupos de objetos y desarrollen su concentración, destreza y salud mental.



Indicador de logro: El niño/a clasifica objetos con dos atributos (tamaño, color o forma).

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 25 minutos

Beneficios: Dentro del pensamiento lógico matemático se encuentra el proceso de la clasificación, que es la capacidad de agrupar objetos haciendo coincidir sus aspectos cualitativos o cuantitativos, combinando pequeños grupos para hacer grupos más grandes y haciendo reversible el proceso y separando de nuevo las





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

partes del todo. El niño es capaz de manejar la lógica de la clasificación. Comprende la inclusión de clase, es decir, entiende que un grupo puede ser incluido en uno más amplio y entiende también, la pertenencia múltiple de los objetos, es decir, que un objeto puede pertenecer a su vez a varios grupos.

Recomendaciones: Se recomienda al docente poner objetos que sean llamativos y coloridos para realizar esta actividad.

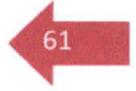
NOMBRE: LABERINTO

Objetivo: Reconocer la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos.

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Lápiz y papel
- Laminas de papel
- Caramelos

Proceso o metodología: Uno de los ejercicios para niños con TDA o TDAH que puedes realizar es un laberinto con cuerdas que se enreden por distintas habitaciones de la casa y que conduzca a una bolsa de dulces o a un premio. Al abandonar la cuerda o al distraerse, será penalizado con un caramelo menos. En esta dinámica se pueden divertir muchísimo y, además pasar una actividad diferente. Se puede aplicar la técnica del laberinto, pero utilizando papel y lápiz.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175



Indicador de logro: El niño/a reconoce la ubicación de objetos en relación a sí mismo y diferentes puntos de referencia según las nociones espaciales de: entre, adelante/ atrás, junto a, cerca/ lejos, al hacer el recorrido en un laberinto.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 15 minutos

Beneficios: Fortalecen la capacidad del niño para prestar atención, favorece las capacidades matemáticas, la resolución de problemas, fomenta las capacidades espaciales, es una herramienta de diagnóstico, es una herramienta ideal para fomentar su persistencia, mantiene al niño ocupado y divertido, y fomenta la mente y el ingenio infantil.

Recomendaciones: Se recomienda al docente que en esta actividad puede realizar según su creatividad y la necesidad de sus niños.

EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO PARA ACTIVIDADES FINALES

NOMBRE: EL BÚHO O LA LECHUZA

Objetivo: Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

Recursos:

- Grabadora
- Música

Proceso o metodología: Utilizar música en los extremos del aula, para que el niño dirija su cabeza hacia el sonido. El Búho es un ejercicio para relajar el estrés producidos en los hombros por la lectura y la coordinación, mano-ojo. Los estiramientos de cuello y de los músculos de los hombros devuelven el movimiento y la circulación de la sangre y la energía hacia el cerebro para mejorar el enfoque, la atención y las habilidades de la memoria. Proceso o metodología: Poner una mano sobre el hombro del lado contrario apretándolo con firmeza, voltear la cabeza de éste lado. Respirar profundamente y liberar el aire girando la cabeza hacia el hombro opuesto. Repetir el ejercicio cambiando de mano.



Indicador de logro: El niño/a continua y reproduce patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas, al hacer el ejercicio del búho.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Estimula el proceso lector. Libera la tensión del cuello y hombros que se acumula con estrés, especialmente cuando se sostiene un libro pesado



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL N°. 17 – 082

ACUERDO N° 175

o cuando se coordinan los ojos durante la lectura y otras habilidades de campo cercano. Activa el cerebro: Para cruzar la línea central auditiva (incluyendo la atención auditiva, el reconocimiento, la percepción, la discriminación y la memoria), escucharse en voz alta, memoria a corto y largo plazo, lenguaje silencioso; capacidad de pensar, integración de la vista y el oído con el movimiento de todo el cuerpo. Aplicaciones en la enseñanza: Comprensión auditiva, lenguaje, ortografía (codificación y decodificación), cálculo matemático expansión digital. Relación postura-comportamiento: Capacidad para girar la cabeza de izquierda a derecha, fuerza y equilibrio de los músculos del cuello posteriores y frontales, relajación del cuello al enfocar.

Recomendaciones: El alumno mueve su cabeza suavemente a través del campo central manteniendo el nivel de su barbilla. La cabeza se mueve cada vez más lejos, hacia las posiciones auditivas de lado izquierdo y derecho con cada relajación. Apretando el hombro se facilita la relajación de los músculos del cuello que pueden ser reactivos a las habilidades auditivas (oído, habla o pensamiento). Por último, la cabeza se ladea hacia adelante durante la exhalación y relajando los músculos posteriores del cuello. Variaciones: Parpadea ligeramente, dejando que la vista se mueva de un lado a otro del horizonte. Añadir una o dos respiraciones completas a cada una de las posiciones de extensión (cabeza a la izquierda, a la derecha, barbilla abajo), relajándose completamente en cada fase. Acentuar la escucha con el oído izquierdo (cabeza a la izquierda), con el oído derecho (cabeza a la derecha) y con ambos oídos a la vez (barbilla abajo). Emitir un sonido, con el (uuuh) de un búho, durante la exhalación.

NOMBRE: BOMBEO DE PANTORRILLA

Objetivo: Continuar y reproducir patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas.



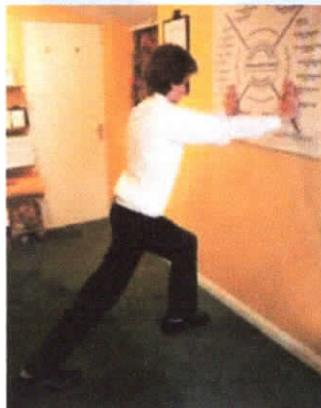
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082
ACUERDO Nº 175

Recursos:

- Grabadora
- Música
- Sillas

Proceso o metodología: Es un movimiento del proceso reeducativo para restablecer la extensión natural de los tendones de los pies y de la parte inferior de las piernas. Los tendones se contraen para proteger al individuo cuando percibe un peligro, esto está provocado por un reflejo del cerebro para retirarse y escapar de la amenaza (reflejo de alerta y huida de los tendones). Si se extiende el tendón de detrás de la pierna mientras se presiona el talón hacia abajo, se consigue relajar este reflejo. El alumno se sitúa de pie frente a una pared o al respaldo de una silla. Apoyándose con sus manos, colocar una pierna hacia atrás e inclinarse hacia delante, flexionando la rodilla de la pierna avanzada. En la posición inicial, el talón de la pierna de atrás está levantado del suelo y el peso se sitúa en la pierna delantera. En la segunda posición, el peso se va pasando a la pierna posterior, mientras se va apretando el talón contra el suelo, espirar mientras aprieta el talón contra el suelo y repetirlo tres veces. La pierna estirada y la espalda están en el mismo plano.





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

Indicador de logro: El niño/a continua y reproduce patrones simples con objetos concretos y representaciones gráficas, al hacer el ejercicio.

Número de niños: 15 niños

Tiempo de la actividad: 10 minutos

Beneficios: Activa el cerebro: Para la integración de cerebro anterior y posterior, expresión oral y habilidades para el lenguaje. Aplicaciones en la enseñanza: Comprensión auditiva, comprensión de la lectura, habilidad para la escritura creativa, habilidad para el seguimiento y la finalización de tareas. Relación postura-comportamiento: Mejora del comportamiento social, prolongación de la atención, capacidad de comunicación y respuesta.

Recomendaciones: Se recomienda a la docente dar con claridad las instrucciones, para cumplir con la secuencia requerida.



Firmas

Abg. Milton Altamirano





INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR "JAPÓN"

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082

ACUERDO Nº 175

Vicerrector



Mgs. Alexis Benavides
Director Académico

Mgs. Lucía Begnini Domínguez
Docente

Tatiana Quinteros
Estudiante

Magali Curillo
Estudiante



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR “JAPÓN”

REGISTRO INSTITUCIONAL Nº. 17 – 082
ACUERDO Nº 175

68

