



**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
NÚCLEO UNIVERSITARIO RAFAEL RANGEL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS
PAMPANITO ESTADO TRUJILLO**

**TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA
PARA ALUMNOS DE PRIMER GRADO**

Trabajo Especial de Grado presentado como requisito parcial para optar al título de
Licenciada en Educación Mención Básica Integral.

www.bdigital.ula.ve

Autores:

Yessiyakel Castro

C.I: V-12.039.325

Raquel Valero

C.I:V-16.533.191

Tutora:

Lic. M^a Guadalupe Maldonado

C. I: V-12.038.670

Trujillo, Septiembre de 201

INTRODUCCIÓN

En Venezuela durante los últimos tiempos, la educación ha presentado cambios relativos a su estructuración pedagógica, entre los cuales resaltan los enfoques curriculares, rol del educador, interacción alumno-educador; así como, la participación e integración de los entes involucrados en el proceso educativo con la finalidad de satisfacer la formación integral de los educandos dentro de un contexto de calidad que fomente su integralidad en la sociedad.

Estableciéndose así, todos los recursos disponibles para que el educando pueda tener garantizado un aprendizaje más eficaz, eficiente, efectivo, con el menor esfuerzo y con el aprovechamiento de todos los avances pedagógicos, didácticos que puedan ser aplicados en dicho proceso de aprendizaje y enfrentar las dificultades que puedan tener en un momento determinado. En tal sentido es necesario destacar que el docente debe innovar, actualizarse en nuevas estrategias que le permitan enseñar de manera dinámica y exitosa.

Por lo anteriormente escrito se puede decir que el docente está en la tarea de promover novedosos procedimientos pedagógicos, así como también aplicar estrategias de enseñanza que propicien el desarrollo del pensamiento, aprender como un proceso global, con visión holística del hombre al operacionalizar dicho proceso, desarrollarlo con variedad de estrategias, modalidades instruccionales que exploten todos los canales o medios por los cuales pueda adquirir información, conocimiento, vivencia, experiencia o forma de captar sensaciones que refuercen los diferentes contenidos curriculares.

Siendo así, se puede deducir que el propósito del aprendizaje está ligado a la capacidad de formar individuos que puedan adquirir su propio conocimiento de manera individual descifrando los significados del mismo mediante su puesta en práctica acorde con la realidad en que se desenvuelve, convirtiendo así la evaluación como parte del proceso, asegurando que se provea a los estudiantes información de calidad.

Asimismo, el presente trabajo, tiene como propósito ofrecer novedosas alternativas de la enseñanza y facilitarle al docente del nuevo siglo, herramientas que le permiten educar a través del Súper aprendizaje, para que así cumplan con el desarrollo integral de los educandos y permitan que cada individuo construya lo que desea aprender significativamente.

Al respecto, el Súper aprendizaje según López de Wills (2009), "es un conjunto de técnicas y estrategias dirigidos a desarrollar el proceso de aprendizaje en forma holística". Es decir permite conocernos más a nosotros mismos, asumir el aprendizaje como compromiso, disciplina y con amplio sentido de lo que es aprender.

De esta manera se busca precisar la calidad de la educación brindando atención al uso y perfeccionamiento de nuevas metodologías de enseñanzas e implementar de las técnicas del Superaprendizaje como estrategias de enseñanza específicamente el Primer Grado, Sección "B" del Colegio Privado República de Venezuela, en el cual se incentiva al desarrollo del aprendizaje acorde con la realidad en que viven los niños y niñas.

En consideración, el presente estudio; se estructura en Seis (06) capítulos, los cuales metodológicamente están distribuidos de la siguiente manera:

Capítulo I: Planteamiento del problema;

Capítulo II: Marco Teórico;

Capítulo III: Marco Metodológico,

Capítulo IV: Análisis de los Resultados,

Capítulo V: Conclusiones y Recomendaciones

Capítulo VI: Propuesta.

Referencias Bibliográficas.

www.bdigital.ula.ve

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del Problema

En los últimos años se han realizado investigaciones sobre el desarrollo de las capacidades cognitivas de las personas, involucrando en ella la influencia que los daños y accidentes cerebrales tienen en la inteligencia. Naciendo así, en el año 1965 el Superaprendizaje, gracias a Gerogi Lozanov, médico psiquiatra; el mismo tiene como objetivo fundamental equilibrar las facultades de los hemisferios. Es relevante mencionar que este ha sido aplicado mayormente en los países más desarrollados.

El superaprendizaje, es también conocido como aprendizaje acelerado según López de Wills. (2001) la define como “un conjunto de técnicas y estrategias dirigidas a desarrollar el proceso de aprendizaje en forma holística” (p.33), en este sentido, permite conocer como debe ser, y como asumir el aprendizaje con compromiso, disciplina, con amplio sentido de lo que es aprender, en otras palabras apunta a mejorar las relaciones entre los sujetos del proceso educativo, partiendo de la necesidad de conocerse con detenimiento, tanto docentes como alumnos; dándole significado a las experiencias personales, estando conscientes de las limitaciones y potencialidades.

En la actualidad un sistema educativo en el que no se apliquen nuevas técnicas, se considera un sistema educativo incompleto que no prepara a las personas para las necesidades del futuro. Por esta razón el hombre se

www.bdigital.ula.ve

mantiene en constante evolución, intentando aprender de sus errores con el propósito de rectificarlos a medida que transcurre el tiempo.

En la educación se vive una época de cambios, donde cada vez más se da lugar a la libre expresión, a la comunicación horizontal. En este sentido, la escuela se halla ante el reto de asumir la responsabilidad de trabajar con estrategias innovadoras (Superaprendizaje), “termino poco conocido en Venezuela, en donde comienza a florecer su uso e implementación en algunas escuelas”, sin olvidar que la efectividad educativa dependerá siempre del buen uso de las diferentes técnicas, de la implicación de la familia y de la sociedad en general.

De allí, que la educación basada en el Súper aprendizaje dentro del currículo (CNB 2007), constituye uno de los fundamentos y finalidades esenciales del subsistema de educación primario bolivariano, la cual apunta a la innovación de los pilares; Aprender a Crear, Aprender a Convivir y Participar, Aprender a Valorar y Aprender a Reflexionar Juntos, promoviendo el pleno desarrollo de la personalidad de los ciudadanos, tanto en sentido individual como social, para que sean capaces de convivir en una sociedad pluralista. Tal capacitación les permitirá contribuir a la integración y a la solidaridad, enfrentando las tendencias a la fragmentación y segmentación social.

Por lo que el Sistema Educativo Bolivariano (SEB), persigue a través del Currículo Nacional Bolivariano (2007), garantizar Los procesos de enseñanza y aprendizaje: Visión interdisciplinaria y transdisciplinaria mediante la estrategia curricular de la contextualización de la educación a toda la población venezolana, ejercida por el Ministerio del Poder Popular para la Educación.

Sin embargo, el Currículo Nacional Bolivariano (2007), ha generado inevitablemente la inquietud acerca de si seguirá siendo igual, más de lo mismo o si generará realmente cambios de conducta tanto en el docente

como en el alumno. De allí que la educación primaria del Subsistema de Educación Básica pretende garantizar la formación integral de los niños y niñas durante 6 (seis), años o hasta su ingreso al siguiente nivel, con nuevas estrategias innovadoras que nos permitan formar a los niños y niñas con espíritu creativo, reflexivos, críticos, con un desarrollo de la comprensión de la realidad y con una conciencia que les permita aprender desde el entorno y ser cada vez más participativos, protagónicos y corresponsables en su actuación.

Sobre la base de lo mencionado se señala que a través de la educación y de las estrategias empleadas por el docente se puede desarrollar la mente y la memoria con el Superaprendizaje. Siendo necesario destacar que algunos actores educativos siguen empleando estrategias tradicionales que no los ubican en la realidad, se apoyan en viejos esquemas rígidos de enseñanza que no permiten el acercamiento de los niños y niñas a su propio aprendizaje, lo que limita el total aprovechamiento de su capacidad cerebral.

Estableciéndose así, como una estrategia innovadora las Técnicas del Superaprendizaje puesto que la misma es determinante en el proceso de aprendizaje; esto significa que la educación a través de cambios debe lograr la libre expresión, adaptando a los niños y niñas al sentido crítico de lo aprendido y contrastado con lo vivido, exigiéndoles opiniones del porqué de las cosas y como suceden en el mundo real.

En este orden de ideas, Materán (1997) describe las estrategias metodológicas como el conjunto de métodos, técnicas y recursos que se planifican de acuerdo con las necesidades de la población a la cual van dirigidas, los objetivos que persiguen y la naturaleza de las áreas y asignaturas; todo esto con la finalidad de hacer más efectivo el proceso de enseñanza – aprendizaje.

En tal sentido, la tarea primordial de la escuela es encargarse de elementos de formación básica, como la conciencia social y moral de los niños y niñas. Ante todo tiene que solicitar el principio de la realidad necesaria para que acepten someterse al esfuerzo del aprendizaje, una disciplina que es previa a la enseñanza misma.

Esta condición se fundamenta en la aplicación de estrategias creativas desde los primeros años de escolaridad. Dichas estrategias y técnicas motivadoras se soportan en procesos constructivos propiciándose la sociabilidad, el desarrollo intelectual y en potencial creativo, lo cual conllevara a romper con prácticas tradicionales en lo referente al aprendizaje significativo. Para esto es necesario un docente comprometido, de esta generación innovador, emprendedor, preparado ante los descubrimientos teóricos y prácticos, que use nuevas metodología que faciliten el aprendizaje de sus estudiantes como un proceso de gozo, disfrute, felicidad y por último de una buena relación personal. Además de comprometido, preparado para aplicar las técnicas de manera ordenada y planificada según los objetivos que desea lograr.

Siendo así que, para el logro de una educación exitosa, una vez determinada la problemática existente, se cree necesario implementar alternativas innovadoras las cuales faciliten el aprendizaje

Formulación del Problema

Frente a la realidad nombrada, surge la siguiente interrogante:

¿Qué impacto tienen en los estudiantes las Técnicas de Superaprendizaje que emplean los docentes como estrategia de enseñanza para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo?

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Analizar el impacto de las Técnicas de Superaprendizaje, como estrategia de enseñanza didáctica para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo.

Objetivos Específicos:

- Diseñar estrategias didácticas basadas en las técnicas de Superaprendizaje para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo.
- Aplicar las estrategias didácticas basadas en las técnicas de Superaprendizaje para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo.

Justificación de la investigación

En esta sección se señalan las razones por las cuales se realiza la investigación; así como los posibles aportes desde el punto de vista teórico, metodológico y práctico.

El presente trabajo de investigación reviste gran importancia, ya que pretende Analizar el impacto que tienen las Técnicas de Superaprendizaje como Estrategia de enseñanza para los alumnos de 1er Grado de Educación

Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo, mediante la teoría y conceptualización del tema, así desarrollar las siguientes dimensiones del tema, a los fines de recabar la información pertinente con el logro de los objetivos planteados. De tal manera que esta investigación recopila una serie de información teórica de gran valor para los interesados en el tema, como lo son las instituciones educativas en el municipio Valera del estado Trujillo.

Por otra parte, desde el punto de vista teórico, en el trabajo se presenta una serie de conceptos basados en la revisión de bibliografías de los Autores que ahondan en el tema que pueden servir para enriquecer las referencias teóricas referentes objeto de estudio. Desde el punto de vista metodológico, las autoras aplican los pasos para la realización de la investigación, lo cual las convierte en investigador científico de las variables, empleando de esta manera como técnica de recolección de datos la entrevista estructurada así como también la ejecución de un plan de acción, diseñado para cumplir con los objetivos específicos planteados.

También desde el punto de vista práctico, se presenta como una herramienta útil para las distintas instituciones educativas bien sean públicas o privadas del municipio Valera del estado Trujillo. Asimismo la investigación contribuirá con nuevos conocimientos, que serán ventajosos en el campo laboral; y antecedente de apoyo para investigaciones futuras.

Igualmente desde el punto de vista social, la investigación permite brindar confianza y credibilidad para los respectivos actores de las instituciones educativas.

Delimitación de la Investigación

El presente estudio está dirigido a los 36 niños y niñas del 1er grado sección “B” del Colegio Privado “República de Venezuela” ubicado en el

Sector las Acacias Avenida Bolivariana del Municipio Valera del estado Trujillo. Se estimó realizarlo en el período escolar 2012-2013.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

El siguiente capítulo expone los aspectos teóricos fundamentales que sustentan la investigación del problema planteado; así como los aspectos históricos que permiten orientarla; basada en investigaciones realizadas con anterioridad y que guardan relación con la misma.

www.bdigital.ula.ve

Antecedentes de la Investigación

En la búsqueda y detección de trabajos que guardan relación con el Superaprendizaje como herramienta para el sector educativo, se toman en consideración algunas investigaciones que están vinculadas al presente estudio, en este aspecto se pueden citar las siguientes:

Villalobos, C. (2012), en su trabajo titulado **“Estrategias Pedagógicas basadas en el Súper aprendizaje para atender las dificultades en matemática de los alumnos de 4to grado de Escuela Básica”** su trabajo tiene como objetivo Proponer Estrategias Pedagógicas basadas en el Súper aprendizaje para atender las dificultades en matemática de los alumnos de 4to grado de Escuela Básica, para cumplir con este propósito fue necesario; diagnosticar las deficiencias en el aprendizaje de la matemática de los alumnos de cuarto grado, conocer las estrategias metodológicas utilizadas

por el docente de aula regular para la enseñanza de la matemática, determinar los efectos del Súper aprendizaje de los alumnos con dificultades en matemáticas y crear las estrategias pedagógicas basadas en el Súper aprendizaje para la enseñanza de la matemática.

www.bdigital.ula.ve

La investigación se justifica debido a la necesidad de aumentar el rendimiento en el aprendizaje de la matemática. Por lo tanto es necesario diseñar estrategias pedagógicas para que el docente pueda aumentar el rendimiento escolar. El trabajo se desarrolló bajo la modalidad de un proyecto factible enmarcado en una investigación de campo de tipo descriptivo y documental. La población seleccionada estuvo constituida por cuatro docentes y diez alumnos, siendo el criterio de selección de la muestra es de tipo no probabilística intencional. Para la recolección de datos la investigadora se apoyó en las siguientes técnicas: observación directa y la encuesta y como instrumentos se utilizó el cuestionario y guión de entrevista.

Con referencia a la tabulación de los datos se elaboraron cuadros de frecuencia, con los cuales se registró la información suministrada y se obtuvo luego datos en términos cuantitativos o porcentuales. Dentro de las conclusiones obtenidas se plantea que los docentes estén conscientes de las mejoras que puede proporcionar el Súper aprendizaje, sin embargo se requiere la experiencia, por lo que se recomienda abordar el uso de estas estrategias.

Hernández, A. (2011), en el trabajo titulado **“Aplicación de un programa de técnicas de Súper aprendizaje en niños cursantes de 2do grado que presentaron dificultades en lecto-escritura”**, en su estudio su objetivo fue la elaboración y aplicación de un programa basado en el Súper aprendizaje; relacionando con este el aprendizaje acelerado y significativo, eliminando cualquier tensión o estrés para determinar el efecto que puede producir en el rendimiento de la lecto-escritura en niños de 2do grado que presentan dificultades de aprendizaje en la U.E.N “Zuata”, ubicada en Zuata Municipio José Félix Ribas Estado Aragua.

Por otra parte, el diseño de la investigación se ubicó en la modalidad de investigación de campo; por ser realizada en forma directa, permitiendo

conocer los procesos relacionados con la elaboración de la propuesta. Estuvo definido bajo estudios etnográficos dentro del enfoque cualitativo, utilizando como técnica de recolección de datos una prueba de rendimiento de lecto-escritura antes y después de aplicar el programa de Súper aprendizaje en el cual se pudo evidenciar el efecto, ya que los niños mejoraron el nivel de lecto-escritura en el cual se encontraban. Se trabajó con 5 niños de la sección “G” pero la propuesta es extensible para otros grados. Esta investigación es un importante aporte a fin de desarrollar actividades basadas en los paradigmas referentes al súper aprendizaje constituyendo una herramienta de una propuesta flexible e innovadora.

Aunado a ello, Torres, J. (2010), en el trabajo titulado: **“Diseño de un Programa de capacitación sobre Superaprendizaje dirigido a los Docentes del Colegio Rafael María Baralt en Maracaibo estado Zulia”**. Señaló en su estudio, bajo la modalidad de investigación tipo proyecto especial, efectuando en su primera fase una indagación diagnóstica, apoyada en una investigación descriptiva de campo que le permitió determinar la necesidad de los Docentes de requerir de un programa de capacitación sobre súper aprendizaje, a fin de continuar fortaleciendo los planes del programa de formación y actualización docente que mantiene esta Institución.

Para lograr esta primera fase tomó la totalidad de la población conformada por 33 Docentes, a quienes se le aplicó un instrumento escrito de 14 ítems estructurado con respuestas tipo escala de Likert. El cual permitió confirmar dicha necesidad. En la segunda fase de este proyecto especial, se presenta el diseño del programa que incluyó las dimensiones de la variable objeto de estudio, y el mismo quedó organizado de acuerdo al esquema modelo que se utiliza en la Institución: objetivo general, específicos, contenidos, estrategia instruccional, actividades del facilitador y

de participantes, técnicas, recursos y la respectiva evaluación. Todo ello de carácter vivencial en la modalidad de un taller, a objeto de que los docentes se capaciten para adquirir destrezas y habilidades para ser puesta en práctica en su actividad docente en el programa de enfermería optimizando así el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Bases Teóricas

Desde el punto de vista teórico la investigación se sustenta en los diferentes argumentos de los autores expertos en el área. Es por ello que; el presente apartado muestra la recolección bibliográfica.

Teoría Constructivista

Para Piaget (1968), la teoría constructivista “es la concepción del aprendizaje como un proceso interno de construcción en el cual, el individuo participa activamente, adquiriendo estructuras cada vez más complejas denominadas estadios”.

Considerándose así la teoría Constructivista como un mecanismo, permite orientar el proceso de enseñanza aprendizaje desde una perspectiva experiencial, en el cual se recomienda menos mensajes verbales del maestro y mayor actividad del alumno.

El constructivismo, según Kilpatrick, basa sus resultados en dos premisas principales:

1. El conocimiento es activamente construido por el sujeto cognoscente, no pasivamente recibido del entorno.

2. Llegar a conocer es un proceso adaptativo que organiza el mundo experiencial de uno; no se descubre un independiente y preexistente mundo fuera de la mente del conocedor."

Mas, como lo menciona Vergnaud, pareciera que la segunda está compuesta por dos ideas independientes y es que durante el proceso del conocimiento el ser humano adapte sus estructuras mentales de acuerdo a los antecedentes de experiencia que tiene y otra cosa es afirmar que todo lo inventamos nosotros. El mundo existe aún sin el ser cognoscente; sólo que para el interés de este ser, sólo existirá el mundo cuando lo conozca. Pero ambas ideas no son equivalentes como dice Moreno Armella: "el constructivismo no estudia 'la realidad' sino *la construcción de la realidad*", aunque sí aclara qué se está entendiendo por ella.

Por otro lado, Pedro Gómez expone en las siguientes ideas que parecen ser comunes a los constructivistas y, que a la sazón, proporciona algunas de las características de esta posición:

- Todo conocimiento es construido. El conocimiento matemático es construido, al menos en parte, a través de un proceso de abstracción reflexiva.
- Existen estructuras cognitivas que se activan en los procesos de construcción.
- Las estructuras cognitivas están en desarrollo continuo. La actividad con propósito induce la transformación de las estructuras existentes.
- Reconocer el constructivismo como una posición cognitiva conduce a adoptar el constructivismo metodológico."

Los nuevos conocimientos son asimilados de acuerdo a lo que ya existe en el individuo y se acomodan en las estructuras de éste, no sólo modificándose los conocimientos, sino también a las estructuras.

Por esta razón resulta que el individuo cambia continuamente, en sus estructuras mentales, pero al mismo tiempo cambia al objeto en el plano del conocimiento. En posteriores acercamientos del sujeto al objeto ambos habrán cambiado desde el punto de vista del sujeto, pues éste modificó su estructuración interna, mientras que el objeto fue "modificado" para los ojos del mismo sujeto.

Este proceso tiene como resultado una descentración progresiva del sujeto. En otras palabras, comienza a reconocer que no es el sujeto el centro del universo al tener la interacción con objetos ajenos a él. Interacción que al mismo tiempo le llevan a realizar abstracciones de los objetos.

En este punto de la abstracción no hay un consenso general, pues para el mismo Piaget existen dos diferentes abstracciones: la física y la reflexiva. Sin embargo existe la dificultad de establecer una diferenciación si no tajante, sí bien diferenciada entre una y otra. Vergnaud opina ligeramente distinto y resulta más convincente: la abstracción de objetos físicos y de operaciones sobre objetos físicos resulta de la acción del sujeto, pues al abstraer los objetos físicos no se establece una "copia" del objeto, sino que se toman en cuenta las propiedades (que son los invariantes) del objeto.

Esto nos lleva también a considerar tres puntos interesantes que plantea el mismo Vergnaud sobre la abstracción:

- La *invarianza de esquemas*, que se refiere al uso de un mismo esquema mental para diversas situaciones semejantes.
- La *dialéctica del objeto-herramienta*, que se refiere a que el uso proporcionado a aquello que abstrae inicialmente lo utiliza como herramienta para resolver algo en particular, pero posteriormente le da un papel de objeto al abstraer sus propiedades. Pero el proceso continúa, pues al obtener el sujeto un objeto a partir de una operación descubre nuevas cosas que, inicialmente, utilizará como herramientas para después abstraer sus

propiedades y convertirlas en objetos, y así sucesivamente. De esta manera el individuo conceptualiza al mundo, y sus objetos, en diferentes niveles.

- El *papel de los símbolos*, que simplifican y conceptualizan los objetos al obtener sus invariantes sin importar el contexto en el que se encuentren.

Además, podemos añadir que según Piaget, que se ocupó de la parte desarrollista, el ser humano presenta un desarrollo de tipo estructural. Esto quiere decir que se pasan por etapas que Piaget fija para aclarar la exposición, pero que en realidad el desarrollo es continuo y sin límites definidos nítidamente. Asimismo, resulta que aunque existen desfases (horizontales y verticales) no hay regresiones a etapas anteriores, es decir, si un sujeto ha logrado llegar a una etapa en particular no regresa a la anterior eliminando todo lo logrado tras realizar su avance y antes de producirse la supuesta regresión. Como expresan Pinto y Martínez: "el paso de una estructura a otra es impulsado por una función de descentramiento (o descentración) y una creciente organización, conforme el niño se adapta dinámicamente a la realidad."

Toda esta manera de explicar cómo el sujeto desarrolla su intelecto, aprehende al mundo y lo interioriza, ha sido utilizada para dar una orientación a la educación escolarizada. En la siguiente parte del trabajo abordaremos esta temática.

La aproximación constructivista del aprendizaje y la enseñanza

La perspectiva **constructivista** del aprendizaje puede situarse en oposición a la instrucción del conocimiento o consciencia. En general, desde la postura constructivista, el aprendizaje puede facilitarse, pero cada persona reconstruye su propia experiencia interna, con lo cual puede decirse que la inteligencia no puede medirse, ya que es única en cada persona, en su propia reconstrucción interna y subjetiva de la realidad. Por el contrario, la instrucción del aprendizaje postula que la enseñanza o los conocimientos

pueden programarse, de modo que pueden fijarse de antemano unos contenidos, método y objetivos en el proceso de aprendizaje, llevando a cabo el desarrollo de esa "inteligencia no medible".

La diferencia puede parecer sutil, pero sustenta grandes implicaciones pedagógicas, biológicas, geográficas y en psicología. Por ejemplo, aplicado a un aula con alumnos, desde el constructivismo puede crearse un contexto favorable al aprendizaje, con un clima motivacional de cooperación, donde cada alumno reconstruye su aprendizaje con el resto del grupo. Así, el proceso del aprendizaje prima sobre el objetivo curricular, no habría notas, sino cooperación. Por el otro lado y también en ejemplo, desde la instrucción se elegiría un contenido a impartir y se optimizaría el aprendizaje de ese contenido mediante un método y objetivos fijados previamente, optimizando dicho proceso. En realidad, hoy en día ambos enfoques se mezclan, si bien la instrucción del aprendizaje toma más presencia en el sistema educativo.

Como figuras claves del constructivismo podemos citar a **Jean William Fritz Piaget** quien fue un epistemólogo, psicólogo y biólogo suizo, creador de la epistemología genética, famoso por sus aportes al estudio de la infancia y por sus teorías del desarrollo cognitivo y de la inteligencia y a Lev Vygotski. El cual fue un psicólogo ruso de origen judío, uno de los más destacados teóricos de la psicología del desarrollo, fundador de la psicología histórico-cultural y claro precursor de la neuropsicología soviética, de la que sería máximo exponente el médico ruso Alexander Luria. Su obra fue descubierta y divulgada por los medios académicos del mundo occidental en la década de 1960. Piaget se centra en cómo se construye el conocimiento partiendo desde la interacción con el medio. Por el contrario, Vigostky se centra en cómo el medio social permite una reconstrucción interna. La instrucción del aprendizaje surge de las aplicaciones de la psicología conductual, donde se especifican los mecanismos conductuales para programar la enseñanza de conocimiento.

Teoría Cognitiva

La Teoría cognitiva, trata del aprendizaje que posee el individuo o ser humano a través del tiempo mediante la práctica, o interacción con los demás seres de su misma u otra especie así mismo esta teoría hace hincapié en que el ser humano utiliza sus propias experiencias para obtener el nuevo aprendizaje.

En su teoría cognitiva, Piaget (1968), descubre los estadios de desarrollo cognitivo desde la infancia a la adolescencia: Las estructuras psicológicas se desarrollan a partir de los reflejos innatos, se organizan en esquemas de conducta, se internalizan como modelos de pensamiento y se desarrollan después en estructuras intelectuales complejas.

De esta forma Piaget (1968), divide el desarrollo cognitivo en cuatro períodos:

1. Sensoriomotor (0-2 años): El conocimiento que se adquiere se basa en la información recibida a través de la exploración física y la estimulación sensorial (aprendizaje acerca de objetos físicos). Utilización de la imitación, la memoria y el pensamiento. Se tiene conciencia de que los objetos no dejan de existir cuando se esconden.

2. Preoperacional (2-7 años): Hay un desarrollo gradual del lenguaje y el pensamiento simbólico, así mismo se tiene la capacidad de pensamiento en operaciones lógicas en una dirección, en esta etapa hay dificultades en la comprensión del punto de vista ajeno.

3. Operaciones concretas (7-11 años): En esta etapa se tiene capacidad para resolver problemas concretos de forma lógica a su vez puede clasificar y hacer seriaciones como también comprende la ley de conservación y reversibilidad. Desarrolla habilidades verbales y comprensión de fenómenos externos.

4. Operaciones formales (11 años en adelante): el pensamiento se hace más científico, se tiene capacidad para resolver problemas abstractos de forma lógica y se desarrolla el interés por la identidad personal y por los temas sociales.

Por lo que el autor afirma que cada individuo debe desarrollarse adecuadamente en un período, antes de superarlo y poder pasar al siguiente, etapas por las cuales pasa el individuo para ir desarrollando su aprendizaje las cuales se deben dar o vivir con efectividad y armonía social para poder obtener un buen resultado de conocimientos.

Por otro lado Vigotsky (1979), parte de considerar al individuo como el resultado del proceso histórico y social. Para él, “el conocimiento es el resultado de la interacción social; en ella se adquiere consciencia de sí mismo, aprendemos el uso de símbolos que nos permiten pensar en formas cada vez más complejas. Incorpora el concepto de: ZDP (zona de desarrollo próximo) o posibilidad de los individuos de aprender en el ambiente social a partir de la interacción con los demás. El conocimiento y la experiencia posibilitan el aprendizaje, por ello el desarrollo cognitivo requiere la interacción social. La herramienta psicológica más importante es el lenguaje; a través de él conocemos, nos desarrollamos, creamos nuestra realidad”.

Por su parte Ausubel (1990), incorpora el concepto de aprendizaje significativo el cual surge cuando el alumno, como constructor de su propio conocimiento, relaciona los conceptos a aprender y les da sentido a partir de la estructura conceptual que ya posee; es decir, construye nuevos conocimientos a partir de los conocimientos que ha adquirido anteriormente. “El alumno es el responsable último de su propio proceso de aprendizaje. Es él quien construye el conocimiento y nadie puede sustituirle en esa tarea. Aprender un contenido es atribuirle significado, construir una representación o un modelo mental. Esta construcción supone un proceso de elaboración en la que el alumno selecciona y organiza informaciones estableciendo relaciones entre ellas. Las condiciones necesarias según Ausubel para que se dé el aprendizaje significativo son:

-El contenido debe ser potencialmente significativo, tanto desde el punto de vista de su estructura interna como de la posibilidad de asimilarlo.

-El alumno debe tener una disposición favorable para aprender significativamente, debe estar motivado.

De esta forma, el acto de aprendizaje se entenderá como un proceso de revisión, modificación, diversificación y construcción de esquemas de conocimiento”.

También Bruner (2001), aporta a la teoría constructivista su concepción del aprendizaje como descubrimiento, en el que el alumno es el eje central del proceso de aprendizaje. “El aprendizaje, consiste esencialmente en la categorización de nuevos conceptos (que ocurre para simplificar la interacción con la realidad y facilitar la acción). La categorización está estrechamente relacionada con procesos como la selección de información, generación de proposiciones, simplificación, toma de decisiones y construcción y verificación de hipótesis. El aprendizaje interacciona con la realidad organizando las entradas según sus propias categorías, posiblemente creando nuevas, o modificando las preexistentes. Las categorías determinan distintos conceptos. Es por todo esto que el aprendizaje es un proceso activo, de asociación y construcción”.

Otra consecuencia es que la estructura cognitiva previa del aprendiz (sus modelos mentales y esquemas) es un factor esencial en el aprendizaje. Ésta da significación y organización a sus experiencias y le permite ir más allá de la información dada, ya que para integrarla a su estructura debe contextualizar y profundizarla. Para formar una categoría se pueden seguir estas reglas: a) definir los atributos esenciales de sus miembros, incluyendo sus componentes esenciales; b) describir cómo deben estar integradas sus

componentes esenciales; c) definir los límites de tolerancia de los distintos atributos para que un miembro pertenezca a la categoría.

Asimismo Novak (1997), incorpora al constructivismo el instrumento que facilita el aprendizaje significativo: el mapa conceptual; que parte de los siguientes principios: “El niño aprende aquello que tiene sentido, es decir, aquello que es interesante para él. Por ello ha de estar motivado y en esta tarea, el maestro debe activar los conocimientos previos del alumno, seleccionar y adecuar la nueva información para que el niño pueda relacionarla con sus ideas. Así, el maestro será un facilitador que mediante preguntas, debates, y un enfoque globalizado, vinculará los contenidos curriculares al contexto”. En esta tarea, los mapas conceptuales serán un instrumento válido para:

- Averiguar los conocimientos previos del alumno y su evolución.
- Para diseñar los módulos instruccionales más lógicos.
- Para hacer que los materiales didácticos sean más claros.

Los mapas conceptuales tienen por objeto representar relaciones significativas entre conceptos en forma de proposiciones. Los conceptos más generales o inclusivos se encuentran representados en la parte superior del mapa y los más específicos en la parte inferior. Los conceptos están incluidos en cajas o círculos y las relaciones entre ellos mediante líneas que tienen palabras asociadas para describir la relación. Las flechas sirven para indicar la subordinación de dichos conceptos.

Es por ello que, Howard Gardner (1998), piensa que “La inteligencia no es una cantidad que se pueda medir con un número como lo es el coeficiente intelectual (CI). La inteligencia es la capacidad de ordenar los pensamientos y coordinarlos con las acciones. La inteligencia no es una sola, sino que existen tipos distintos. El sistema para implementar las IM está

dedicado a estimular las potencialidades en los niños en un clima activo y afectivo como lo exige el siglo XXI”.

Teoría de las inteligencias múltiples.

Así como hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia. Howard Gardner (1998), Señala que no existe una inteligencia única en el ser humano, sino una diversidad de inteligencias que marcan las potencialidades y acentos significativos de cada individuo, trazados por las fortalezas y debilidades en toda una serie de escenarios de expansión de la inteligencia. Se han identificado ocho tipos distintos de inteligencia:

1. **Lingüística.** En los niños se aprecia en su facilidad para escribir, leer, contar cuentos o hacer crucigramas.
2. **Lógica-matemática.** Se aprecia en los menores por su interés en patrones de medida, categorías y relaciones. Facilidad para la resolución de problemas aritméticos, juegos de estrategia y experimentos.
3. **Corporal y Cinética.** Facilidad para procesar el conocimiento a través de las sensaciones corporales. Deportistas, bailarines o manualidades como la costura, los trabajos en madera, etc.
4. **Visual y espacial.** Los niños piensan en imágenes y dibujos. Tienen facilidad para resolver rompecabezas, dedican el tiempo libre a dibujar, prefieren juegos constructivos, etc.
5. **Musical.** Los menores se manifiestan frecuentemente con canciones y sonidos. Identifican con facilidad los sonidos.

6. **Interpersonal.** Se comunican bien y son líderes en sus grupos. Entienden bien los sentimientos de los demás y proyectan con facilidad las relaciones interpersonales.
7. **Intrapersonal.** Relacionada con la capacidad de un sujeto de conocerse a sí mismo: sus reacciones, emociones y vida interior.

A estas siete líneas de inteligencia, inicialmente descritas (1983), Gardner añadió posteriormente una octava, la **inteligencia naturalista** o de facilidad de comunicación con la naturaleza. La diversificación del desarrollo cognitivo que preconiza la teoría de las inteligencias múltiples ha venido a indicar líneas de acción pedagógica adaptadas a las características del individuo, modos de comunicación más eficaces y aplicaciones tecnológicas con un grado de conectividad adecuado al perfil intelectual de sus usuarios.

Para Gardner, la inteligencia natural [IQ] no es un sustrato idéntico de todos los individuos, sino una base biopsicológica singular, formada por combinaciones de potencialidades múltiples que no siempre se despliegan como consecuencia de una educación estandarizada que no distingue los matices diferenciales del individuo.

Bases Conceptuales

A continuación se presenta diversos postulados teóricos referidos a la variable objeto de estudio de la presente investigación, en el marco de sustentar de manera adecuada los propósitos y fines de la misma.

Súper aprendizaje

El Superaprendizaje, es un extraordinario método a través del cual se obtienen resultados de aprendizaje excelentes sin ningún tipo de esfuerzo,

en períodos de tiempo increíblemente cortos y con herramientas que resultan muy agradables y placenteras. Es un sistema que permite utilizar al mismo tiempo cuerpo y mente al máximo nivel de eficacia, se acelera el aprendizaje de cinco a ciento cincuenta veces mediante el mismo podemos aprender a utilizar toda nuestra capacidad cerebral.

Nace en el año 1965, con un médico psiquiatra educador Gerogi Lozanov, este descubrió una serie de técnicas las cuales permiten al mismo tiempo usar el cuerpo y la mente al máximo nivel de eficacia, hasta el punto de desarrollar literalmente una mayor rapidez y facilidad en el aprendizaje. El mismo descubrió a través de sus investigaciones que en cierto modo todas las personas tienen una súper memoria, siendo el problema que no se pueda recordar lo que en ella se almacena.

De esta manera surge el Superaprendizaje como una herramienta de gran utilidad en el medio educativo, no obstante, en Venezuela aún no ha podido abrirse paso en las universidades y demás instituciones de enseñanza. Es un método poco conocido y su aplicación se ha reducido a unas cuantas instituciones privadas donde ha alcanzado notables éxitos. Su implantación en el medio educativo formal podría convertirse en la alternativa ideal para frenar tanto fracaso escolar, producto de la aplicación de métodos tradicionales que agobian al estudiante con un exceso de información la cual igualmente pudieran adquirir mediante el uso de este método.

Para Sambrano (2009), “Es una forma de aprender, más eficiente, amena y rápida que la manera convencional, que resulta luego de la aplicación de diversas técnicas contemporáneas, tales como la Sofrología, la Sugestología, la Desugestología, y la Programación Neurolingüística, entre otras”.

El Superaprendizaje se define como la adquisición acelerada de conocimientos, fluidamente y sin estrés (Sambrano y Stainer, 2003); se trata de un proceso de aprendizaje basado en una presentación sensorial rica, donde, por medio de canciones, dramatizaciones, juegos, imaginación, diálogos, roles, entre otros, se cumplen los objetivos de contenido, de una manera divertida y eficaz al mismo tiempo.

Involucra aprender a aprender con todo el cerebro; quiere decir que las cosas que se tienen que aprender se deben sentir como una necesidad fisiológica, quererlas y, al mismo tiempo, entenderlas; después se crea con ellas, utilizando y aprendiendo con todo el cerebro, empleándolo a plenitud.

Puede decirse que es aprender de una manera más efectiva y que fluye más espontáneamente, sin restricciones de manifestar lo que se quiere o desea decir, se trata de un aprendizaje sin temores o desacuerdo, es hacer más atractivo y comprometedor el vínculo hacia lo que es aprender.

Es importante manifestar que para trabajar con las técnicas de Superaprendizaje se requiere considerar lo aportado en investigaciones sobre el cerebro, la dinámica de grupo, la asertividad e investigaciones relacionadas con la música, el color, la relajación, el juego, el clima apropiado en el aula, el respeto hacia lo individual; elementos éstos que deben relacionarse y aplicarse dentro de un ambiente que reúna condiciones específicas, dada su importancia en el proceso de aprendizaje, debiendo partir de entender el aula como un espacio multidimensional, que puede presentar formas y características asociadas a los intereses y necesidades de los alumnos.

Los fundamentos que rigen al Superaprendizaje, según los estudios realizados por Sambrano (2009), están relacionados con el Aspecto Neurofisiológico, que comprende:

Teoría del Cerebro Triuno: el cerebro está dividido física y químicamente en tres estructuras: la Neocorteza: Es el cerebro más nuevo, está situado por encima del sistema límbico, y está conformado por los Hemisferios Izquierdo y Derecho. Está constituido por una red de conexiones entre axones y dendritas que se comunican por medio de las sinapsis que ocurren en los hemisferios izquierdos y derechos atravesando el cuerpo caloso. Las aperturas son los ojos y los oídos, los cuales son los canales de entrada de información a dicho cerebro.

El cerebro de la Neocorteza tiene como función primordial el pensamiento. El hemisferio izquierdo piensa en palabras/verbal, es un pensamiento convergente y unidireccional, lógico de causa y efecto, analítico, científico, matemático, exacto, piensa en forma secuencial (paso por paso), es racional, lineal, temporal, percibe las partes en lugar del todo, es el cerebro de la conciencia. El hemisferio derecho piensa en imágenes (analógico), es un pensamiento divergente y multidireccional, creativo (fluido, flexible, original), el pensamiento es por asociación, al azar haciendo relaciones, es espacial (crea imágenes tridimensionales), es artístico: musical, poético, dramático, visual, metafórico, es intuitivo (fe, principios, corazonadas, auto-observación), percibe simultáneamente el todo, es atemporal, es el cerebro inconsciente. El Sistema Límbico: está situado envolviendo al reptil y conectado a la Neocorteza. Está constituido por los siguientes elementos: Tálamo (placer, dolor), Amígdala (nutrición, hostilidad, protección, oralidad), Hipotálamo, Bulbos Olfatorios, Región Septal (sexualidad), Hipocampo (memoria de largo plazo), la pituitaria (directora del sistema bioquímico del organismo) es el centro de los Neurotransmisores: Endorfinas (hormona del placer), Noradrenalina (hormona de activación), Dopamina y Serotonina. Las aperturas son la nariz, boca y genitales por medio de las que penetra la información que afecta a este cerebro.

Este cerebro tiene como funciones todas las emociones, sentimientos y afectos que siente nuestro cuerpo: alegría, amor, tristeza, rabia, depresión, culpa, sexo, motivación (preferencias) y regula las funciones metabólicas (regulación endocrina).

Toda información que entra a nuestro organismo es supervisada y controlada por el sistema Límbico lo que constituye una función relevante en el proceso de sobrevivencia y de aprendizaje.

El Cerebro Reptil o Sistema Reptil: es el cerebro más primitivo está situado en la base del cuello, en la parte superior de la médula espinal. Está constituido por los siguientes elementos: Tallo Cerebral, Columna Vertebral, Sistema Reticular

Activador y El Ganglio Basal. La apertura se realiza por medio de la piel y los poros, a través de ella penetran la información que va directamente a este cerebro. Este es el cerebro de la acción y el hacer, del acercarse o alejarse de los rituales, los hábitos, las costumbres, la territorialidad, el espacio vital, los ritmos, los condicionamientos, adicciones, inhibiciones, seguridad, las necesidades básicas, los instintos: hambre, sed, sueño, sexo (copulación) , conductas automáticas.

Su acción es involuntaria e inconsciente, actúa sin la intervención del pensamiento y las emociones, su función es actuar. Es el cerebro de las conductas programadas y automáticas como la preservación de la especie y los cambios fisiológicos para sobrevivir, como por ejemplo la reacción de lucha o huida, los cambios fisiológicos que le ocurren al cuerpo ante el estrés y la amenaza. Otra función importante de este cerebro es que aquí se procesan las experiencias primarias, no verbales, ya sean de aceptación o de rechazo.

La teoría del Cerebro Triuno, ofrece aportes valiosos para entender que el proceso de aprendizaje debe realizarse con la totalidad del cerebro, en primer lugar porque lo que se aprenderá se debe sentir como una necesidad fisiológica, en segundo lugar, querer y amar lo que aprende, en tercer lugar, entender y finalmente, transformar ese conocimiento o crear a partir de él. De esta manera se puede afirmar que lo que se ha aprendido, se ha quedado en los cuatro cerebros

Es necesario aclarar que el cerebro funciona como una totalidad, por supuesto sabiendo que existen partes que realizan funciones especializadas, pero que dichas partes están interconectadas y se comunican entre sí. Las divisiones tienen una finalidad científica y didáctica para poder comprender el funcionamiento del cerebro.

Ante esta afirmación, se considera que el cerebro necesita armonizarse, sincronizarse, integrarse para lograr una coherencia entre sus distintas funciones que van a repercutir en la vida diaria, en el pensar, sentir y actuar; en este sentido se dirigen las técnicas estimulantes del Superaprendizaje entre cuyos objetivos está lograr una integración y coherencia en las funciones involucradas en el aprendizaje y en la realización de una vida plena y feliz.

Para entrar a la complejidad del Superaprendizaje es necesario tomar en cuenta otras corrientes que se relaciona a dicha complejidad. Durante mucho tiempo se consideró que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, esto, porque dominó una perspectiva conductista de la labor educativa; sin embargo, se puede afirmar con certeza que el aprendizaje humano va más allá de un simple cambio de conducta, conduce a un cambio en el significado de la experiencia.

Al respecto, Sambrano (2009), explica que para la experiencia humana no solo implica el pensamiento, sino también afectividad y únicamente cuando se consideran en conjunto se capacita al individuo para enriquecer el significado de su experiencia.

Para entender la labor educativa, es necesario tener en consideración otros tres elementos del proceso educativo: los profesores y su manera de enseñar; la estructura de los conocimientos que conforman el currículo y el modo en que éste se produce y el entramado social en el que se desarrolla el proceso educativo.

Lo anterior se desarrolla dentro de un marco psicoeducativo, puesto que la psicología educativa trata de explicar la naturaleza del aprendizaje en el salón de clases y los factores que lo influyen, estos fundamentos psicológicos proporcionan los principios para que los profesores descubran por si mismos los métodos de enseñanza más eficaces, puesto que intentar descubrir métodos por "Ensayo y error" es un procedimiento ciego y, por tanto innecesariamente difícil y antieconómico (AUSUBEL: 1983).

Técnicas y Estrategias del Súper aprendizaje:

Las técnicas y Estrategias del Súper aprendizaje sirven de instrumento para moldear el comportamiento, las actitudes, la capacidad de comprensión de los educandos y de esta forma tender un puente de armonía en las interrelaciones diarias entre docentes y alumnos, orientados a promover interpretaciones de la realidad.

Aunado a esto Holanda (2004, p.62) describe que las técnicas del aprendizaje acelerado estimulan en el cerebro nuevos circuitos neuronales que potencian las facultades mentales superiores y que aumenta la capacidad de retención de cinco a cincuenta veces.

Por otra parte Oliveira y Meireles (2004, p.10) opinan que las técnicas son los medios que utilizamos para desarrollar algo, una tarea. Es el conjunto de métodos esenciales para la perfecta ejecución de una profesión, arte o dinámica. La técnica es el medio, es el estilo que se usa para hacer algo es el mecanismo empleado para llegar a un resultado final.

Los autores Holanda (2004) y Reza (2006) opinan que las técnicas del aprendizaje acelerado son esos medios para lograr la capacidad efectiva de retención de conocimientos en el ser humano. Demostrando con esto coincidencias entre ellos.

Partiendo de lo antes planteado se recomienda a los docentes que apliquen los pilares básicos del Súper aprendizaje que según Sambrano J. (2009), Son:

a) **Relajación:** La relajación es una de las disciplinas que debe practicar a diario si queremos alejar de nuestro entorno la tensión, irritación y angustias de la vida cotidiana. Si logramos hacer una buena relajación, tendremos el equilibrio psicológico necesario para obtener la armonía y mantener dentro de nuestro ser la energía que requerimos. La relajación es un proceso mediante el cual podemos soltar, relajar, ablandar y suavizar músculo por músculo, todo nuestro cuerpo, de las tensiones acumuladas esto permitirá que fluya la energía de nuestros centros energéticos bloqueados por los malos hábitos de vida que llevamos. Al dedicarle a nuestro cuerpo un pequeños espacio para hacer algo que va a mejorar nuestro ritmo de vida, es decir, que va a despertar nuestra conciencia y sabiduría interior, ayudándonos a combatir las angustias y temores que tenemos almacenados en nuestro subconsciente, nos estaremos dando un maravilloso regalo.

La relajación y la concentración son los dos primeros pasos que se deben dar para entrar en el camino de la meditación. Sin una relajación adecuada no podemos transitar nunca por las rutas maravillosas de esa disciplina mística-esotérica como lo es la meditación.

Si deseamos hacer una buena relajación debemos manejar adecuadamente el aire que respiramos, que es la energía vital que nos alimenta. Hay diferentes maneras de hacer una relajación profunda y productiva. Cada cual debe buscar el método que mejor le guste y acomode, porque “cada maestrillo tiene su librillo” y se deben experimentar diferentes técnicas hasta encontrar la mejor manera de practicarla. Podemos hacer los ejercicios con sonidos de la naturaleza, con los colores, con la música, con las sensaciones, con lo que sea, lo importante es liberar el cuerpo de tensiones. Relajarse no es dormirse, es descansar concentrándose, sin pensar, sin perder la conciencia. Es estar y no estar aquí. No es fácil al principio, pero tampoco imposible. Es cuestión de constancia y disciplina.

b) **Respiración:** Para lograr el Súper aprendizaje la respiración es esencial, pues se aprende a respirar rítmicamente, lo cual nos dota de mejor oxigenación, mejor vida; cuanto mejor oxigenado tengamos nuestro cerebro, nos conservaremos más claros, más lúcidos, más eficientes y por tanto más inteligentes. Aprender a respirar es básico, y al coordinar la entrada y la salida del aire, con contenidos a aprender, tendremos resuelta una de las claves del Superaprendizaje.

Al respirar nos nutrimos de energía. La respiración es el primer acto de comunicación con la vida que tiene el ser humano. Al nacer nos encontramos desprotegidos de esa cosa cálida y plácida que es el vientre de la madre. Al sentirnos abandonados a nuestra propia suerte, la reacción natural del organismo es tomar la energía del aire y respirar. La respiración es símbolo de vida. Es la energía del cosmos lo que hace que vivamos, pero

el miedo inicial se lleva en el inconsciente por el resto de la vida, y es el temor que tuvimos en ese instante, lo que nos lleva a no respirar profunda, ni conscientemente.

La respiración como parte de apoyo al Superaprendizaje, debe ser utilizada por los docentes, dado que permite que el cerebro sea irrigado en forma continua y pareja ayudando a una oxigenación del mismo, incidiendo esto en la utilización del potencial memorístico y la inteligencia de las personas para realizar sus actividades cognitivas, como relacionar los conceptos y generar conocimientos.

La respiración es esencial para lograr el aprendizaje, ya que, cuanto mejor esté oxigenado el cerebro se armoniza su funcionamiento provocado que nos conservemos más lúcidos, más despiertos, más eficientes, aprender a respirar rítmicamente influye favorablemente en el aprendizaje, ya que los músculos están relajados, lo cual permite descargar excitaciones nerviosas innecesarias, ayudando a concentrarse y a fijar la atención. La respiración rítmica es el estado fisiológico más favorable para la actividad mental.

c) **Música** La influencia de la música está presente en todas las situaciones que le toca vivir al hombre a lo largo de su vida, desde que nace, hasta que muere; de allí mi aseveración de que la vida del hombre está escrita con música, porque ella ha estado presente desde las culturas más primitivas. Como instrumento pedagógico, ya es conocido de los docentes que los elementos de la música van dirigidos al estímulo integral del niño. El ritmo más primitivo o primario actúa sobre la parte motriz, la melodía sobre la parte emotiva y la armonía sobre la parte intelectual. Educar el ritmo en una persona, equivale a hacer un individuo más equilibrado, ya que el equilibrio corporal, la sincronización de movimientos, la adecuada reacción a estímulos externos, tienen equivalente en el plano emocional.

Según López (2004) afirma que la música implica una herramienta fundamental para crear un aprendizaje. La misma es útil en el aprendizaje de los estudiantes en todos los niveles, siendo un método fundamental para la incorporación cognoscitiva.

La importancia de la música en el aprendizaje también es sustentada por Trotter (2005) quien afirma que ésta es una herramienta esencial para la incorporación de aprendizajes por cuanto crea un ambiente de bienestar psicológico y físico, al causar el surgimiento de emociones positivas, por lo cual puede ser utilizada con fines pedagógicos.

El autor Oropeza (2005) agrega que la música es un instrumento de alta efectividad en los estudiantes, por cuanto facilita la recordación de contenidos, crea un estado de relajación, un ambiente de diversión y un estado de tranquilidad que favorece tanto individual como en forma grupal. Por tanto la música crea un ambiente propicio para el aprendizaje.

Educar la sensibilidad del niño, es formar un ser atento a lo que ocurre a su alrededor, un ente capaz de alegrarse y de llorar, de preocuparse ante determinadas situaciones y buscarle soluciones.

Educar la parte musical que todos llevamos dentro, es canalizar la sensibilidad, es desarrollar la atención, es estimular la concentración y la capacidad de análisis, en fin, si nos tomamos el trabajo de analizar la música, saber cuál nos alegra, y cuál nos relaja, cuál nos estimula a trabajar y cuál nos pone melancólicos, haremos un gran descubrimiento sobre nosotros mismos. Así que, ¡vamos a intentarlo! Vamos a cantar, a reírnos, a bailar, para reforzar nuestro sistema inmunológico.

La música constituye una herramienta fundamental para la aplicación de la técnica del Superaprendizaje, ya que de acuerdo a Sambrano “Contribuye a facilitar la producción de ondas alfa en nuestra actividad

cerebral". Pero no todo tipo de música contribuye a ello, la música ideal es la producida en la época o periodo barroco, la hindú y la música contemporánea conocida como nueva era aplicable a este efecto (música instrumental que ayuda a la producción de ondas alfa). La música entona al cerebro y al mismo tiempo le dispone para introducirse en el proceso de enseñanza.

Los niños excepcionales se benefician inmensamente con la música. El hiperkinético, el autista, al ser tratados con música, logran grandes avances en su rehabilitación y aprendizaje. Igualmente el niño sordo recibe la armonía de la música, porque aun en su mundo de silencio, le llega el sonido a través de vibraciones que percibe en su cuerpo, en la frente, el abdomen o el pecho.

Por lo antes mencionado, se deduce que la música es importante como Técnica para el Superaprendizaje, a través de ella se logra un mejor desempeño académico entre los estudiantes, por lo tanto su uso y beneficios es que no solo fortalecen la creatividad, sino además la armonía interna y la alegría, demostrando la capacidad propia de los fenómenos de transformación fisiológica que todas las personas sienten mediante la música.

d) **Programación Mental Positiva:** constituye un modelo, formal y dinámico de cómo funciona la mente y la percepción humana, cómo procesa la información y la experiencia y las diversas implicaciones que esto tiene para el éxito personal. Con base en este conocimiento es posible identificar las estrategias internas que utilizan las personas de éxito, aprenderlas y enseñarlas a otros (modelar); para facilitar un cambio evolutivo y positivo. La Programación Neurolingüística, por analogía con el ordenador, utiliza los patrones universales de comunicación y percepción que tenemos para reconocer e intervenir en procesos diversos (aprendizaje, terapia,

afrontamiento del estrés, negociación, gestión de conflictos, superación de fobias, etc...). El campo de trabajo es tan amplio como lo es el de las relaciones interpersonales.

Por lo tanto tuvo su origen en las investigaciones de Richard Bandler y John Grinder, auténticos padres de la PNL, que trataban de averiguar por qué determinados tratamientos de tres terapeutas en Estados Unidos (Satir, Erickson y Perls) conseguían mayor éxito que el resto de sus colegas.

La PNL es el estudio de lo que percibimos a través de nuestros sentidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto), cómo organizamos el mundo tal como lo percibimos y cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos.

Además, la PNL investiga los procesos que hacen que transmitamos nuestra representación del mundo a través del lenguaje. Es por tanto una aplicación práctica que nos permite, mediante técnicas y herramientas precisas, reconocer y desarrollar habilidades para el crecimiento personal y la mejora de las relaciones interpersonales. Pero sobre todo, nos permite conocer de manera objetiva la percepción de los demás y la de nosotros mismos. Es como si tuviéramos incorporado una "Máquina de la verdad" que podemos manejar de manera infalible en un 99% de los casos.

Sambrano (2003), expresa que "La Programación Neurolingüística (PNL) es una herramienta de trabajo para todas las personas que trabajan con o para las personas. Consiste en una serie de técnicas destinadas a analizar, codificar y modificar conductas, por medio del estudio del lenguaje, tanto verbal, como gestual y corporal".

Sus principales representantes se han dedicado a enseñar cómo se mejora la comunicación, en especial, en el área de la educación, la psicoterapia y las organizaciones.

A través de **PNL** podemos:

- ✓ Lograr una actividad mental positiva.
- ✓ Aumentar nuestra autoestima.
- ✓ Ampliar nuestras relaciones interpersonales.
- ✓ Organizar nuestras metas y trabajar de manera eficaz para alcanzarlas.

Las afirmaciones positivas tienen un poder muy grande para cambiar la forma de ver la vida y de igual manera de programar para el éxito en lugar del fracaso, para la felicidad en lugar de la tristeza, para la bondad en lugar de la maldad, para la fe en lugar de la duda. Cualquier problema que tengas en este momento en tu vida puede ser cambiado con mucha facilidad si primero lo analizas y observas que te has estado diciendo a ti mismo muchas afirmaciones negativas con respecto a ese mismo problema.

Si se desea cambiar el ritmo de vida o salir de algún apuro es necesario comenzar a decirse afirmaciones nuevas, empezar a darle un nuevo régimen alimenticio a la mente para apoyarse en lugar de hundirse. Una forma muy fácil de hacer esto es analizar lo que se dice a sí mismo y después convertirlo en una afirmación positiva, por ejemplo si el dinero no alcanza y se encuentra en apuros económicos se debe tomar un papel y poner por escrito todo lo que se piensas sobre sí, sobre su situación y comenzar a convertirlo en afirmaciones positivas.

El poder del pensamiento positivo es una reconocida fuerza sanadora, incluso dentro de la comunidad médica. Quizás te parezca imposible que un pensamiento positivo pueda cambiar la vida; pero, ¿cuántas veces has afirmado repetidamente un pensamiento negativo hasta que al final se ha

hecho realidad? ¿Por qué no cambiar esos pensamientos negativos por positivos? Las afirmaciones positivas son como la siembra de una semilla.

Pues no se planta una semilla y se obtiene una hermosa flor al día siguiente, lleva tiempo, primero hay que regar la semilla, cuidarla y protegerla. Lo mismo ocurre con las afirmaciones positivas. Tal vez no se vean los cambios inmediatamente, pero si los alimentas y estimulas lo suficiente, puedes cambiar tu manera de pensar negativa y mirar las cosas bajo una luz nueva y positiva.

Cada uno puede crear sus propias afirmaciones, de acuerdo a las necesidades personales. Las afirmaciones son siempre palabras positivas, en tiempo presente y personales. Recuerden que las palabras solas y sueltas no son suficientes. Cuando repiten una afirmación, sientan y visualicen que es real lo que están diciendo, que ya es un hecho. Si eventualmente se bloquean en algún área, escriban la afirmación y noten cual es el sentimiento negativo que aflora, escríbanlo y continúen repitiendo la afirmación hasta que el sentimiento negativo no tenga lugar en su mente, pues la afirmación positiva toma su lugar. Para cambiar los pensamientos es necesario comprometerse y practicar.

e) **Ambientación:** buscar un lugar tranquilo que sea preferiblemente siempre el mismo, que sea personal, particular, propio, único, eso te ayudara a mantener un ritual para el estudio y estimulara más tus ganas de estudiar. Con relación a la hora para estudiar, se debe investigar el rendimiento, cual es el horario más productivo, aquel en el que se entiende mejor, se capta más rápido y se retiene, con más fluidez, ese es el horario. Se debe descansar tres minutos después de cada 20 minutos de repasar o estudiar, si se está estudiando, se debe preparar la música. Tener a la mano creyones o marcadores de colores, hojas en blanco o cualquier otro material que permita

subrayar, colorear, dibujar, resaltar, motivar el sentido de la vista, haz que tu material de estudio sea agradable y divertido.

Decorar con buen gusto y sencillez, se puede colocar flores, olores, fotos de gente agradable, probar algún dulce como premio por haber comprendido algo complicado, guardar todos los útiles en un lugar seguro y ordenado por materias o temas, de este modo se tendrán a mano para otra sesión. Es importante que la habitación este bien ventilada, que tenga luz suficiente y que no haya a la vista objetos que puedan dispersar la atención. Para estudiar es preciso la tranquilidad y hasta el silencio, para evitar perder la concentración con ruidos externos podemos escuchar música instrumental con volumen bajo. El clima influye a la hora de estudiar y puede aumentar o disminuir el nivel de concentración.

El clima en el aula no sólo está conformado por las relaciones y tipo de comunicación que se establezcan entre los sujetos del proceso educativo, es también determinante, la forma en que está organizada el aula de clase, no puede darse un proceso de comunicación si se está viendo la parte trasera de la cabeza, ¿Cómo nos comunicamos, sino podemos ver los ojos, ni la expresión del rostro? ¿Es que acaso solo podemos ver el rostro del docente? ¿Por qué deben sentarse los jóvenes en el aula de clase uno detrás del otro? Definitivamente, si un docente quiere crear un clima de apertura y dialogo, a través de una comunicación asertiva, debe organizar el aula, en pequeños grupos, en forma de U o en círculos, pero nunca en líneas.

El color se puede describir como luz –energía radiante y visible- de ciertas longitudes de onda. Los fotorreceptores de la retina, llamados conos, convierten esta energía en colores. La retina contiene tres clases de conos: una para el azul, otra para el verde y la tercera para el rojo. La combinación de los tres es lo que permite percibir los demás colores.

La energía del color entra en el organismo y estimula las glándulas pituitaria y pineal. Esto redundará en la producción de algunas hormonas, lo que, a su vez, influye en varios procesos fisiológicos. Ésta es la razón por la cual el color influye de manera tan directa en los pensamientos, en el estado de ánimo y en el comportamiento.

Otro color que abunda en la naturaleza es el verde, induce la pasividad, infunde seguridad, produce efectos calmantes en el organismo y en la mente. A las personas deprimidas o ansiosas las beneficia un entorno verde, ayuda a combatir los trastornos nerviosos y el agotamiento.

Al igual que el azul y el verde, el violeta crea un ambiente pacífico. El rojo estimula y calienta el organismo, acelera la respiración y aumenta la frecuencia cardíaca.

El rosa expresa la ternura y los afectos espontáneos, atempera la agresividad. Simboliza la timidez y la amabilidad. Tiene efectos calmantes en el organismo, porque relaja los músculos, se suele utilizar en prisiones, hospitales, escuelas y centros de rehabilitación para jóvenes y drogadictos. También es beneficioso para las personas que padecen ansiedad.

El violeta simboliza la espiritualidad, promueve belleza, creatividad e inspiración. La energía violeta aumenta los talentos artístico y creativo, potenciando la inspiración. Este color tiene que ver con la inteligencia y la capacidad cognitiva.

El naranja es un color estimulante para el trabajo en equipo, ideal para aquellas personas que tengan dificultades para relacionarse con otros, ya que propicia la recuperación y la unión. Es un estimulante emocional. Nos ayuda a ser independientes y sociales, reduce la fatiga y eleva el nivel de energía.

El amarillo es el más llamativo de todos los colores. Estimula la alegría, la curiosidad y el interés, incentiva la claridad del pensamiento, aumenta la atención, lo cual facilita el aprendizaje y la adquisición de conocimientos. Cuando quiera recordar algo, anótelos en un papel amarillo. Eleva la presión arterial. Es el color del sol, proporciona energía y puede ayudar a aliviar la depresión.

El celeste es un color ideal para mejorar la memoria, las facultades intelectuales y artísticas así como la relajación.

El blanco es la fusión de todos los colores y la absoluta presencia de la luz.

El negro se equipara con el poder, si desea sentirse fuerte y seguro es el color ideal.

El color es una herramienta que a la vez puede ser un instrumento fácil o difícil de utilizar de acuerdo al objetivo que se tenga en mente, pero si aceptamos como cierto que sentimos agrado por ciertos colores y desagrado por otros, se podría aceptar que dependiendo del color que tengamos en el entorno, estos pueden influir en el comportamiento produciendo relajación o irritación, serenidad o estimulación.

En función a este planteamiento, se debería estudiar los colores a utilizar para decorar las aulas si se pretende estimular aspectos como la creatividad, buscar un ambiente sereno y tranquilo, si se trabaja un grupo con características de indisciplina, pero es conveniente considerar en el uso del color en los ambientes escolares que existen contrastes y combinaciones que en su conjunto también pueden generar determinadas reacciones, debiendo por lo tanto determinarse cuál puede ser la combinación más válida, para ello existen una serie de normas que pueden ayudar,

entendiendo que nunca serán rígidas, sino que se utilizaran siempre dependiendo de la situación, características del grupo, clima, entre otros.

Como seres humanos nuestro sistema de aprendizaje no está solamente en la mente, aprendemos con todo el cuerpo. Nuestra capacidad de aprender se va desarrollando de acuerdo a cómo y qué, experimentemos en el diario vivir. El Superaprendizaje consiste en sistematizar y optimizar la manera en que aprendemos.

Para optimizar nuestra experiencia de aprendizaje requerimos alcanzar el mejor estado mental y corporal, haciendo uso de la música para expandir la memoria y suministrando energía al cerebro de manera que se absorba la información de una forma pausada y rítmica. Con el ambiente adecuado para estar motivado, relacionando la respiración controlada y consciente, la relajación, la sugestión, la visualización, la alimentación, la música y la conciencia sobre el funcionamiento del cerebro, a través de la aplicación de estrategias destinadas a aumentar al máximo la memoria, la construcción y relación de conocimientos e información, liberando al individuo del exceso de estrés, mejorando su salud y su creatividad para realzar toda su personalidad e inteligencias.

De esta manera se aprenderá a programar la mente, a controlar las emociones, a alimentar el cuerpo y mente sanamente, a ejercitar el cuerpo y mente, a descubrir diferentes formas de aprender, incluidas las subliminales, todo ello con el fin de despertar el talento natural y el Superaprendizaje

Sugestopedia

Para Luzardo (2005), “La palabra Sugestopedia significa la aplicación de la Sugestología a la Pedagogía. El doctor Georgi Lozanov (1975,1978 y 1988), define la sugestión como la llave que abre las reservas de la mente para hacer posible la aceleración del aprendizaje”

Por otra parte Sambrano (2009), define la Sugestopedia como “la aplicación de los diversos estados de conciencia al aprendizaje y al desarrollo intuitivo”.

Lozanov al igual que otros científicos, descubrió que los seres humanos poseen capacidades superiores a las que realmente emplean; por lo tanto, si aprenden a manejar su potencial, todas las personas pueden llegar a rendir por lo menos diez veces más de cómo lo hacen normalmente”.

De acuerdo a las citas anteriormente expuestas se puede afirmar que la Sugestopedia es mucho más que un conjunto de técnicas. La cual se encarga no sólo de qué se hace, sino cómo se hace, cuándo y con qué objetivo. De esta forma es excelente comunicación entre el profesor y el alumno siendo imprescindible la veracidad de tal comunicación, es decir, el profesor debe creer realmente en lo que hace y sentir un afecto real por ello, sin ser algo simulado, sin artificialidad.

La Sofrología

La Sofrología es una Fundación médica Internacional fundada en 1960 por el Profesor Dr. Alfonso Caycedo, en Madrid-España. Es una disciplina Científica que investiga como potenciar las dimensiones positivas, de las capacidades de la consciencia humana: Concentración, memoria, manejo de emociones, aprendizaje, voluntad, creatividad, sentimientos, sensaciones,

La Sofrología es una disciplina que utiliza técnicas de relajación y de imaginación como medio para el desarrollo del bienestar psicofísico del ser.

La palabra Sofrología viene de las raíces griegas: SOS (equilibrio), PHREN (psique) y LOGOS (estudio). Etimológicamente significa el estudio de la consciencia en equilibrio.

Una de las ramas de la Sofrología es la Sofrología del Aprendizaje. Término que designa la utilización de las diferentes técnicas o procedimientos Sofrológicos para favorecer el aprendizaje en muy diversos sentidos y en todas las etapas de la vida, mediante la adaptación de dichos procedimientos, bien sea para los estudios en sus diferentes niveles: primaria, secundaria, universidad.

También recibe dicha denominación, la adaptación de la enseñanza en general para las distintas ciencias y artes, cuando su aprendizaje y programación se efectúa durante la Sofronización.

La Sofrología para el aprendizaje aplicado a estudiantes tiene la gran ventaja de poder utilizarse, no solo individualmente sino en forma grupal. Un curso o grado completo. También se puede trabajar con grupos heterogéneos; junto con padres, representantes, Profesores, entrenadores deportivos y con grandes grupos que en Sofrología se llama Entrenamiento Colectivo.

Esta metodología contribuye además a fortalecer la relación entre alumnos, profesores y representantes.

Por ejemplo en La Academia Militar de Venezuela, durante muchos años tuvimos la oportunidad de poner en práctica, con motivo de la preparación para los Juegos Deportivos Inter Institutos Militares, las Técnicas Sofrológicas en sus diversas posibilidades, con resultados extraordinarios que revisaremos y explicaremos detalladamente en una próxima oportunidad.

La Relajación Dinámica y La Relajación Colectiva de Caycedo permiten lograr fácilmente estados especiales de consciencia psíquica y corporal, caracterizados por una gran concentración.

Durante dichos estados, se aprovechara para impartir los métodos de Supermemoria, para potenciarla positivamente, educar los sentidos, reforzar las capacidades y las estructuras vitales de la persona.

En Sofrología la preparación Integral del estudiante incluye una Preparación Psicofísica, Psíquica y Psicofisiológica. Las tres son inseparables y están entrelazadas.

La preparación Integral; Psíquica, a través de la orientación por un equipo interdisciplinario contentivo de Psicólogos, educadores, psicopedagogos, Sofrologos y tiene como función desarraigar dudas inseguridades, frustraciones, sobreprotecciones, fallas en la autoestima, confusiones, control sobre las emociones alteradoras, miedo escénico, abulia, flojera, falta de motivación; así como la conducción de una orientación familiar, enseñanza practica de Hábitos de estudio, técnicas de estudio, programas Mentales (Sofro aceptación positiva).

La preparación psicofísica tiende principalmente a desarrollar la Atención, Concentración, la percepción de las sensaciones corporales estimuladas por el Ejercicio Psicofísico que es una gimnasia corporal bajo estado de suma concentración.

Estrategias de Aprendizaje

Las estrategias de aprendizaje son la forma en que se enseña y la forma en que los alumnos aprenden a aprender por ellos mismos.

Para Barriga y Hernández (2002), “las estrategias de aprendizaje son procedimientos que un aprendiz emplea en forma consciente, controlada e intencional como instrumentos flexibles para aprender significativamente y solucionar problemas”.

En definitiva, son tres los rasgos más característicos de las estrategias de aprendizaje:

a) La aplicación de las estrategias es controlada y no automática; requieren necesariamente de una toma de decisiones, de una actividad previa de planificación más un control de su ejecución.

b) La aplicación experta de las estrategias de aprendizaje requiere de una reflexión profunda sobre el modo de emplearlas. Es necesario que se dominen las secuencias de acciones e incluso las técnicas que las constituyen y que se sepa además cómo y cuándo aplicarlas flexiblemente.

c) La aplicación de las mismas implica que el aprendiz las sepa seleccionar inteligentemente de entre varios recursos y capacidades que tenga a su disposición; se utiliza una actividad estratégica en función de demandas contextuales determinadas y de la consecución de ciertas metas de aprendizaje.

Sin embargo para Weinstein y Mayer (1985), las estrategias cognitivas de aprendizaje se pueden clasificar en ocho categorías generales:

1. Estrategias de ensayo para tareas básicas de aprendizaje
Existe un número de tareas educativas diferentes que requieren de un recuerdo simple. Un ejemplo de estrategia en esta categoría lo constituye la repetición de cada nombre de los colores del espectro, en un orden serial correcto. Estas tareas simples ocurren particularmente en un nivel educacional menor o en cursos introductorios. Una diferencia importante entre expertos (quienes utilizan la información de manera efectiva) y novatos (quienes aún no dominan las estrategias efectivas para recuperar y utilizar la información), parece estar relacionada con la base de conocimientos que poseen. La estructura, la organización y la integración de esta base de conocimientos es importante para la experta toma de decisiones, aun para los alumnos más inteligentes, con formas profundas de procesamiento de la información.

2. Estrategias de ensayo para tareas complejas de aprendizaje:

Tienden a involucrar el conocimiento que se extiende más allá del aprendizaje superficial de listas de palabras o segmentos aislados de información. Las estrategias en esta categoría incluyen copiado y subrayado del material de lectura. Generalmente involucran la repetición dirigida hacia la reproducción literal. Estas actividades parecen ser particularmente efectivas cuando se ejercitan conjuntamente con otras estrategias que conducen a un procesamiento significativo de la información, tales como el uso de la elaboración, la organización o el monitoreo de la comprensión.

3. Estrategias de elaboración para tareas básicas de aprendizaje:

La elaboración involucra el aumento de algún tipo de construcción simbólica a lo que uno está tratando de aprender, de manera que sea más significativo. Esto se puede lograr utilizando construcciones verbales o imaginales. Por ejemplo, el uso de imaginación mental puede ayudar a recordar las secuencias de acción descritas en una obra, y el uso de oraciones para relacionar un país y sus mayores productos industriales. La creación de elaboraciones efectivas requiere que el alumno esté involucrado activamente en el procesamiento de la información a ser aprendida. Numerosos estudios han demostrado que esto es un prerrequisito importante para el aprendizaje significativo versus la codificación superficial para el recuerdo.

4. Estrategias de elaboración para tareas complejas de aprendizaje:

Las actividades de esta categoría incluyen la creación de analogías, parafraseo, la utilización de conocimientos previos, experiencias, actitudes y creencias, que ayudan a hacer la nueva información más significativa. Una vez más, la meta principal de cada una de estas actividades es hacer que el alumno esté activamente involucrado en la construcción de puentes entre lo que ya conoce y lo que está tratando de aprender. Las diferentes maneras de elaborar incluyen el tratar de aplicar un principio a la experiencia cotidiana, relacionar el contenido de un curso al contenido de otro, relacionar

lo que se presentó anteriormente en una lectura a la discusión actual, tratar de utilizar una estrategia de solución de problemas a una situación nueva y resumir un argumento.

5. Estrategias organizacionales para tareas básicas de aprendizaje: Las estrategias en esta categoría se enfocan a métodos utilizados para traducir información en otra forma que la hará más fácil de entender. En esta categoría se incluyen, por ejemplo, el agrupamiento de las batallas de la Segunda Guerra Mundial por localización geográfica, la organización de animales por su categoría taxonómica, etc. En este tipo de estrategias, un esquema existente o creado se usa para imponer organización en un conjunto desordenado de elementos. Nótese que las estrategias organizacionales, como las de elaboración, requieren un rol más activo por parte del alumno que las simples estrategias de ensayo.

6. Estrategias organizacionales para tareas complejas de aprendizaje: Son también muy útiles para tareas más complejas. Ejemplos comunes del uso de este método con tareas complejas incluyen el esbozo de un capítulo de un libro de texto, la creación de un diagrama conceptual de interrelaciones causa-efecto, y la creación de una jerarquía de recursos para ser usados al escribir un trabajo final. Parecen contribuir a la efectividad de este método tanto el proceso como el producto.

7. Estrategias de monitoreo de comprensión: La metacognición se refiere tanto al conocimiento del individuo acerca de sus propios procesos cognoscitivos, como también a sus habilidades para controlar estos procesos mediante su organización, monitoreo y modificación, como una función de los resultados del aprendizaje y la realimentación.

Una sub área dentro de la metacognición que es particularmente relevante, se llama monitoreo de comprensión. Operacionalmente, el

monitoreo de la comprensión involucra el establecimiento de metas de aprendizaje, la medición del grado en que las metas se alcanzan y, si es necesario, la modificación de las estrategias utilizadas para facilitar el logro de las metas. El monitoreo de la comprensión requiere de varios tipos de conocimiento por parte de los alumnos. Por ejemplo, ¿cuáles son sus estilos preferidos de aprendizaje?, ¿cuáles son las materias más fáciles o más difíciles de entender?, ¿cuáles son los mejores y los peores tiempos del día? Este tipo de conocimiento ayuda a los individuos a saber cómo programar sus horarios de actividades de estudio y los tipos de recursos o asistencia que necesitarán para una ejecución eficiente y efectiva.

Los alumnos también necesitan tener algo del conocimiento acerca de la naturaleza de la tarea que van a ejecutar, así como de los resultados anticipados o deseados. Es difícil lograr una meta si no se sabe lo que es. Por ejemplo, muchos estudiantes experimentan gran dificultad para leer un libro de texto, a pesar de la cantidad de tiempo y esfuerzo que le dedican a la tarea. Muchos estudiantes no saben seleccionar las ideas principales y detalles importantes para estudios posteriores. Tratan cada oración como si fuera tan importante como las demás. El no saber acerca de las diferentes estructuras del texto, o cómo identificar la información importante, puede hacer que la lectura de un texto sea una tarea casi imposible.

8. Estrategias afectivas: ayudan a crear y mantener climas internos y externos adecuados para el aprendizaje. Aunque estas estrategias pueden no ser directamente responsables de conocimientos o actividades, ayudan a crear un contexto en el cual el aprendizaje efectivo puede llevarse a cabo. Ejemplos de estrategias afectivas incluyen ejercicios de relajación y auto-comunicación o auto-hablado positivo para reducir la ansiedad de ejecución; encontrar un lugar silencioso para estudiar para así reducir distracciones externas; establecer prioridades, y programar un horario de estudio. Cada

uno de estos métodos está diseñado para ayudar a enfocar la capacidad (generalmente limitada) del procesamiento humano sobre la meta a aprender. Eliminando las distracciones internas y externas se contribuye a mejorar la atención y lograr la concentración.

Estrategias didácticas:

La profesión docente requiere del dominio de una serie de elementos y procedimientos pertenecientes a la diversidad conformada por el contexto escolar, entre ellos se encuentra el eje didáctico, el cual está conformado por la planificación y la evaluación de los aprendizajes, así como también las estrategias de enseñanza que permiten consumir los dos procedimientos anteriormente nombrados.

Estas afirmaciones resaltan la importancia de las estrategias didácticas en el hecho educativo; las estrategias didácticas están conformadas por los procesos afectivos, cognitivos y procedimentales que permiten construir el aprendizaje por parte del estudiante y llevar a cabo la instrucción por parte del docente; se afirma, en consecuencia que las estrategias didácticas son fundamentalmente procedimientos deliberados por el ente de enseñanza o aprendizaje con una intencionalidad y motivaciones definidas, esto acarrea una diversidad de definiciones encontradas donde la complejidad de sus elementos se ha diversificado al depender de la subjetividad, los recursos existentes y del propio contexto donde se dan las acciones didácticas. La diversidad en el uso y la definición de los elementos de una estrategia didáctica por parte del profesorado se transforma, en la mayoría de los casos, en una complicación al momento del diseño y posterior implementación de la misma.

Al respecto, Díaz y Hernández (2003), señalan:

Las estrategias didácticas son los procedimientos que el agente de enseñanza utiliza de forma reflexiva y flexible para promover el logro de los aprendizajes significativos en los alumnos. Asimismo se define como los medios o recursos para prestar ayuda pedagógica a los alumnos (p. 70)

Este tipo de estrategias en el ejercicio de la docencia, actualmente debe enfocarse en el rompimiento de la enseñanza tradicional, dando lugar al proceso enseñanza y aprendizaje que logre la conformación de un alumno autónomo, crítico, capaz de transformar su realidad, es decir la gestación a través de la educación de un ser dinámico.

Cabe destacar, que las estrategias didácticas que se utilizan en la formación de los estudiantes, deben cubrir las expectativas del educando, y promover el aprendizaje significativo en el aula de clase. Al respecto, se está planteando en la actualidad, estrategias educativas que le permiten al estudiante reflexionar y analizar sobre la comprensión del mundo que los rodea, Todas estas estrategias deben estar sujetas al constructivismo, siendo el marco teórico más relevante para el aprendizaje significativo.

Perfil del Docente del siglo XXI

Según Calderón (2006):

“un perfil, no es una medida o una receta, un perfil es un contorno de la figura, de tal modo que se debe tratar de dar forma a lo que en nuestra mente se tiene esbozado acerca de los rasgos más importantes del maestro. No pretende ser un análisis crítico, ni idealista, solamente una propuesta y no se refiere al perfil profesional del maestro”.

Indudablemente el maestro debe poseer dotes intelectuales, siendo un comunicador que habla y escucha, y el cual deba poseer la gran cualidad de

ser menos resistente al cambio; siendo una persona que esté a gusto con todos y también a solas, no ocupa de muchas palabras para expresar lo que piensa.

Sin lugar a dudas, debe ser capaz de hablar con muchos, y de igual manera poseer un agudo sentido de observación, debe cuidarse del sueño de omnipotencia el cual los seduce a creer que tienen la solución a todos los problemas. Debe pretender ser una persona cargada de ilusiones deseando cambiar al mundo y tropezándose con él; así como también derrochando sabiduría y caminando despacio.

Para ello, es necesario concebir el docente bajo otro paradigma, diferente al tradicionalmente utilizado. No se trata de definir mecánicamente, a través de un listado, las competencias del docente, es preciso desentrañar qué elementos cognitivos, actitudinales, valorativos y de destrezas favorecen la resolución de los problemas educativos, desde todos los niveles de desempeño del docente, para de esta manera, sea posible identificar y analizar aquellas capacidades requeridas por un grupo social determinado, en un contexto específica, lo cual le dará pertinencia social a este nuevo perfil del educador.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

La metodología de la investigación incluye el tipo y diseño de investigación, las técnicas y procedimientos que fueron utilizados para llevar a cabo la indagación de la información, así como los procedimientos para el tratamiento y presentación de la misma.

Tipo de Investigación

Para Méndez (2007, p. 228), al desarrollar el tipo de investigación se debe considerar “el nivel de conocimiento científico (observación, descripción, explicación) al que espera llegar el investigador. Se debe formular el tipo de estudio”.

En tal sentido, este estudio se ubica dentro de la modalidad de Investigación Proyectiva. Este tipo de investigación, consiste en la elaboración de una propuesta, un plan, un programa o un modelo, como solución a un problema o necesidad de tipo práctico, ya sea de un grupo social, de una institución, o de una región geográfica, en un área particular del conocimiento, Según Hurtado (2004), tiene por objeto diseñar alternativa o una propuesta dirigidas a resolver específicamente determinadas situaciones.

Diseño de la Investigación

La presente investigación se encuentra dentro del diseño de Campo según Arias, (2012). Es aquella que consiste en la recolección de datos directamente de los sujetos investigados, o de la realidad donde ocurren los hechos.

Población y Muestra

Población

Según Tamayo, (2006). “Población es la totalidad del fenómeno a estudiar, donde las unidades de población poseen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación”.

Con esto el autor quiere decir, que se toma como población un todo, en donde se observan características en común, y se da inicio a la investigación.

Por lo tanto la población objeto de estudio, estará constituida por las tres (03) secciones del primer grado del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo.

Muestra

Hernández, Fernández y Baptista (2006), explican que una muestra “Es un subgrupo de la población. Se dice que es un subconjunto de elementos que pertenece a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población”.

Por lo anterior expuesto se define la muestra como una porción de la población para estudiar sus características.

Para efectos de la investigación, se aplicó la técnica de muestreo al azar simple. Según Arias (2012) El muestreo al azar simple es el procedimiento en el cual todos los elementos tienen la misma probabilidad de ser seleccionados. Por lo tanto se seleccionó al azar el primer grado, sección “B” del Colegio Privado “República de Venezuela, cuenta con una matrícula de 36 niños y niñas de los cuales 15 son varones y 21 son hembras con edades comprendidas entre los 6 a 7 años de edad.

Técnica e instrumentos para la recolección de los Datos

Según Tamayo (2001, p 34) las técnicas se refieren desde sus orígenes a la producción de cosas, hacer algo, a la habilidad para hacer cosas que implican un conocimiento empírico de cómo hacerlas. Bavaresco (2001), manifiesta que la investigación no tiene significado sin las técnicas de recolección de datos. Estas técnicas conducen a la verificación del problema planteado.

Se entenderá por técnica de investigación el procedimiento o forma particular de obtener datos o información. La técnica que se utilizó fue la entrevista estructurada a través de una guía de 4 preguntas cerradas

Según Arias (2004) “la entrevista más que un simple interrogatorio, es una técnica basada en un diálogo o conversación “cara a cara” entre el investigador y el entrevistado acerca de un tema previamente determinado, de tal manera que el investigador pueda obtener la información requerida

Con respecto a la entrevista, podemos decir, que es una comunicación acerca de un tema específico, donde se busca información para dar inicio a una investigación.

Según Arias (2012) entrevista estructurada es la que se realiza a partir de una guía prediseñada que contiene las preguntas que serán formuladas al entrevistado.

Plan de Acción

Blake (1978): define el Plan de Acción como el conjunto coordinado de objetivos, metas y acciones que relacionadas con las estrategias y programas jerarquizan una serie de políticas e instrumentos en el tiempo y el espacio, para alcanzar una imagen objetiva propuesta.

En este sentido, el plan de acción se constituye en un instrumento de

desarrollo, innovación y coordinación de trabajo educativo del docente donde se plasman todas las estrategias a desarrollarse para lograr los propósitos educacionales.

Un plan de acción es un tipo de plan que prioriza las iniciativas más importantes para cumplir con ciertos objetivos y metas. De esta manera, un plan de acción se constituye como una especie de guía que brinda un marco o una estructura a la hora de llevar a cabo un proyecto.

El plan de acción se elaboró a través de un cronograma de actividades por semanas seguidas por unas actividades a desarrollar.

Técnica de procesamiento de información.

De acuerdo a los resultados obtenidos de la entrevista se procedió al análisis de la triangulación de las repuestas de los entrevistados.

Según Ariel, A (1999) Consiste en la recogida de datos en los distintos ángulos para compararlos y contrastarlo entre sí. En este caso entre los docentes del primer grado del “Colegio Privado “República de Venezuela” Municipio Valera.

Tipos de Triangulación

Triangulación de fuente o recogida de información de diversas procedencias en este caso los docentes del primer grado Colegio Privado “República de Venezuela” Municipio Valera.

CAPITULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS
TRIANGULACIÓN DE LOS RESULTADOS

Cuadro N° 1

ENTREVISTAS	PREGUNTAS Y RESPUESTAS
<p>Entrevistado Número I. Grado: 1 Sección: "A" TITULO: Lic. En Educación Mención Básica Integral. Años de Servicios: 3 años</p>	<p>1- ¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? De conocerlas, si se de ellas porque una vez hice un curso de estas técnicas para ampliar mi currículo, pero realmente las pongo en práctica con poca frecuencia porque son tantos estudiantes que de verdad se hace un poco complicado llevarlas a la práctica de manera que a todos les agrade trabajar con ellas.</p> <p>2.- ¿HA APLICADO USTED EN ALGUN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Como te acabo de decir en ocasiones las he aplicado mas no frecuentemente lo hago.</p> <p>3.- EN SUS CLASES SE LOGRA EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO? QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? Como todo docente me propongo que el aprendizaje llegue para ponerlo en práctica a diario, pero recordemos que es un nivel donde apenas están empezando, por eso Yo procuro cumplir con el plan de acción que tengo planificado a cabalidad en base a los contenidos programáticos, con respecto al avance no todos logran progresar con el mismo ritmo pero se trabaja para tratar de nivelarlos antes de pasar a otro contenido.</p> <p>4.-ESTÁ USTED DISPUESTO A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS</p>

	<p>DELSUPERAPRENDIZAJE? MÁS que implementarlas diría yo que debería ponerlas en práctica de manera más frecuente porque como te vengo diciendo desde la primera pregunta algunas veces la utilizó, pero entendiendo tu pregunta lo ideal sería usarlas diariamente en los contenidos y pues no tendría ningún problema en hacerlo.</p>
<p>Entrevista Número II. Grado: 1 Sección: "B" TÍTULO: Lic. En Educación Mención Básica Integral. Años de Servicios: 1 año</p>	<p>1- ¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Realmente no recuerdo cuales son, pero a lo mejor las he utilizado y no me he dado cuenta. Si usted me las refresca o las recuerda le sabré decir si las utilizó o no.</p> <p>2.- ¿HA APLICADO USTED EN ALGUN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Pues si son las que usted me menciona si he usado una que otra para algunos temas dentro del aula.</p> <p>3.- SUS CLASES PROCURAN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO? QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? En este particular sí, siempre me esmero en traer recursos para dar la clase que les sirva y les motive a mis niños a estar atentos y de esta manera logro que aprendan con respecto al tema que se está dando no para el momento sino para que les quede la y lo pongan en práctica en alguna ocasión de su vida.</p> <p>4.-ESTÁ USTED DISPUESTO A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DELSUPERAPRENDIZAJE? Por supuesto, todo que tenga que ver con el mejoramiento de la enseñanza aprendizaje en el aula de clases a favor</p>

	<p>de los niños y niñas es bueno ponerlo en práctica, recuerde que en nuestra manos está el futuro de Venezuela, si no usamos estrategias innovadoras no tendremos futuro porque estarías brindando una educación mecanicista más que transformadora</p>
<p>Entrevistado Número III. Grado: 1 Sección: "C" TITULO: Lic. En Educación Mención Básica Integral. Años de Servicios: 1 año</p>	<p>1- ¿CONOCE USTED LAS TECNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Si las conozco porque he asistido a talleres que hablan de ellas.</p> <p>2.- ¿HA APLICADO USTED EN ALGUN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TECNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Considero que para el primer grado es bueno aplicarlas pero en realidad no me he propuesto a ponerlas en práctica en mi salón de clases</p> <p>3.- EN SUS CLASES SE LOGRA EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO? QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? Claro, esos los lineamientos que emana el Ministerio del Poder Popular para la Educación, por tanto busco la manera de aplicar estrategias didácticas divertidas que realmente les dejen una enseñanza para la vida a mis estudiantes.</p> <p>4.-ESTÁ USTED DISPUESTO A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE? Realmente si me lo propongo sí, es más voy a comenzar a hacerlo porque estoy segura que daría muy buenos resultados.</p>

Fuente: Castro y Valero (2014)

Preguntas	Entrevistados	Entrevistados	Entrevistados
-----------	---------------	---------------	---------------

	Nº1	Nº2	Nº3
¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?	SI: X NO	SI: NO: X	SI: X NO
¿HA APLICADO USTED EN ALGUN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE	SI: X NO	SI: X NO	SI NO: X
SUS CLASES PROCURAN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO? QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA?	SI: X NO	SI: X NO	SI: X NO
.-ESTÁ USTED DISPUESTO A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?	SI: X NO	SI: X NO	SI: X NO

ANÁLISIS DEL GUIÓN DE ENTREVISTA APLICADO

De acuerdo a los resultados descritos anteriormente en la triangulación de los entrevistados se tiene que en su mayoría los mismos conocen lo que es Superaprendizaje y sus técnicas, aplicándolas para algunos contenidos, asimismo, reconocen haber obtenidos resultados satisfactorios al aplicarlas en los educando. De igual manera, se dio a conocer el interés por parte de los docentes de recibir talleres y conversatorio para lograr un aprendizaje significativo duradero.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

A continuación se dan las conclusiones pertinentes para dar respuesta a los objetivos planteados en la Investigación realizada

Conclusiones

El Superaprendizaje es una forma de aprendizaje holística que permite acelerar el proceso en cuanto a conocimiento se refiere de un determinado tema o contenido en específico logrando relacionarla con el entorno del estudiante para su formación integral con respecto al medio donde se desenvuelve. Para ello es necesario que el docente se integre o interactúe de una mejor manera con sus estudiantes con el objeto de que pueda brindarles las herramientas básicas desde su rol como facilitador en ese proceso de enseñanza-aprendizaje con sus educandos, para de esta manera lograr obtener un individuo capaz de desarrollarse en su ámbito biopsicosocial.

En tal sentido, es necesario que el docente reflexione con respecto a la importancia de la puesta en práctica de las técnicas del Superaprendizaje como una herramienta innovadora y didáctica para lograr de manera eficiente y eficaz un aprendizaje significativo en los niños y niñas del Primer Grado secciones “A, B y C” del Colegio República de Venezuela.

Por lo tanto es necesario dar cumplimiento al primer objetivo planteado que consiste en “Diseñar estrategias didácticas basadas en las técnicas de Superaprendizaje para los alumnos de 1er Grado de Educación

Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo”, con el fin de incentivar a los docentes del este grado en la puesta en práctica de las mismas (técnicas del Superaprendizaje) para obtener resultados óptimos o mejorables en cuanto al aprendizaje se refiere, es decir, lograr un verdadero aprendizaje significativo donde los niños y niñas puedan reflejar en la realidad o en su entorno lo aprendido en las aulas de clases, para de esta manera propiciar espacios donde los mismos sea tratados y oídos como sujetos de derecho y no objeto de la educación o la sociedad donde hacen vida activa.

Una vez diseñada la propuesta fue necesario ser mostrada a la Dirección del Plantel y a la docente del aula (1° B) con el fin de unificar criterios y contar con la aprobación de los mismos para de esta manera desarrollar el segundo objetivo planteado que consta de “Aplicar las estrategias didácticas basadas en las técnicas de Superaprendizaje para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado “República de Venezuela”, del municipio Valera del estado Trujillo”. Con respecto a la aplicación se quiere poner en práctica las técnicas de Superaprendizaje en el aula del Primer Grado Sección “B” con el fin de dar a conocer la importancia de las mismas como herramienta dentro de las aulas de clases.

RECOMENDACIONES

- Concienciar a los docentes del Primer Grado del Colegio Privado “República de Venezuela” en la puesta en práctica de las Técnicas del Superaprendizaje como estrategia innovadora para el aprendizaje significativo de los temas a desarrollar en los niños y niñas de la Institución y grado mencionado
- Dar a conocer la Propuesta como herramienta importante de enseñanza para el aprendizaje significativo de los niños y niñas en las diferentes Instituciones Educativas del Municipio Escolar “Valera”, Estado Trujillo.
- Fomentar en el Colegio República de Venezuela charlas, talleres, conversatorios sobre las Técnicas de Superaprendizaje y su utilidad como herramienta didáctica en el desarrollo de las clases que el docente planifica para un eficaz aprendizaje en sus estudiantes.

www.digitabula.ve

CAPÍTULO VI

PROPUESTA



**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
NÚCLEO UNIVERSITARIO "RAFAEL RANGEL"
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
MENCIÓN BÁSICA INTEGRAL
TRUJILLO – VENEZUELA**



Autoras:

Yessiyakel Castro

C.I: V-12.039.325

Raquel Valero

C.I: V-16.533.191

Tutora: Lic. M^a Guadalupe Maldonado

C. I: V-12.038.670

Trujillo, 2013

Presentación

El Superaprendizaje, es una herramienta neurolingüística innovadora en la educación que contiene técnicas fundamentales como la respiración, relajación, musicología, visualización creativa, uso de colores y programación mental. Ellos son empleados como un método de educación holística, donde los educandos asumirán nuevas experiencias didácticas de enseñanza y éste será valorado íntegramente por los docentes como una unidad biopsicosocial, la cual se debe atender de forma conjunta y equilibrada, desarrollando así en cada educando las dimensiones del ser, hacer, aprender y convivir, permitiendo de este modo un proceso de aprendizaje duradero y significativo en él. Además de facilitar la adquisición de los contenidos académicos, lo cual permite cubrir las exigencias actuales de la educación venezolana y así elevar la calidad del proceso educativo en los estudiantes

Las Técnicas del Superaprendizaje, se orienta a dar aportes enriquecedores que solventen una necesidad existente en la educación venezolana, como es el bajo rendimiento académico y la falta de calidad en el proceso enseñanza –aprendizaje. La misma será cubierta con la aplicación de estrategias didácticas basadas en las técnicas de Superaprendizaje y así acelerar el aprendizaje significativo y duradero para la construcción de conocimientos, en estudiantes de Educación Básica.

La referida sistematización se desarrolla en función de los elementos filosóficos que la sustentan, considerando los recursos necesarios para implantarla en el ámbito educativo, tomando como población objeto de estudio a los estudiantes y docente de primer grado, sección “B”, perteneciente a la Unidad Educativa Privada “República de Venezuela” del municipio Valera del estado Trujillo.

La presente propuesta está orientada a, la incorporación de estas técnicas servirá para que tanto el maestro como el estudiante puedan realizar las tareas de una manera más fácil y comprensiva. Durante el desarrollo de la propuesta se presenta un plan de acción, como herramienta de apoyo al programa de estudios de Educación Básica, de primera etapa, basado en las Técnicas del Superaprendizaje como estrategia de enseñanza.

El plan de acción a seguir permitirá a los docentes conocer y aplicar las Técnicas del Superaprendizaje y los beneficios que genera no solo a nivel intelectual. Según Sambrano (2009) se estimula la memoria, mediante el pensamiento con imágenes mentales, ya que el sentido de la vista es el que forma las impresiones más duraderas en la memoria. Es importante que se convierta en imagen todo aquello que se desea recordar y esto se hará a través de visualizaciones, es decir ver con los ojos de la mente, la relajación, respiración, la música, afirmaciones positivas y programación neurolingüística.

Justificación

El sistema educativo no puede permanecer aislado de los cambios que la sociedad experimenta día a día, por el contrario estos deben estar al servicio de los requerimientos del avance social, tecnológico, científico y cultural de la humanidad. La educación contemporánea actualmente es considerada como una empresa que marcha a la par de los avances sociales, económicos y tecnológicos; en consecuencia, es generadora de grandes transformaciones que ameritan dejar a un lado las prácticas tradicionales obsoletas e implementar acciones para la transformación de este nuevo milenio.

Por lo antes expuesto el nivel de Educación primaria en particular debe responder a esta demanda con métodos de enseñanza holística para alcanzar las metas propuestas en este nivel, como es la formación integral de los educandos, que por encima de todo, implique un nuevo sentido de sí mismos, de las potencialidades del ser, es decir, una perspectiva diferente que promueva el crecimiento personal e intelectual a la vez.

Por consiguiente, el docente de hoy debe prepararse constantemente para actualizar su función mediadora, revisando y evaluando exhaustivamente los métodos de enseñanza a fin de incorporar estrategias novedosas en la práctica pedagógica, que permitan desarrollar al máximo el talento individual de cada uno de sus alumnos para asegurarles el éxito integral.

En este sentido, la propuesta se justifica puesto que con la aplicación de las estrategias basadas en las Técnicas del Superaprendizaje se aspira que los docentes reflexionen acerca de las enriquecedoras maneras de percibir, procesar y transmitir conocimientos de modo significativo y duradero. Asimismo, se espera que convierta las aulas de clase en centros de trabajos productivos donde se apliquen diferentes técnicas de Superaprendizaje acordes a cada situación, nivel y campo de aprendizaje, dinamizando y sincronizando a la vez tanto el pensamiento crítico como el pensamiento creativo que lejos de ser dos fuentes antagónicas y diferentes puedan acoplarse para maximizar la capacidad de adquirir conocimientos en el menor tiempo y de manera espontánea.

La propuesta es importante porque con estas Técnicas del Superaprendizaje como estrategias se pretende motivar, incentivar a los estudiantes y mejorar la práctica docente. Se espera que la propuesta planteada sea vista en un marco de flexibilidad dispuesta a ser utilizada con confianza, que motive al educando-docente (facilitador), para cumplir un papel más acorde con la realidad del alumno-educador quien por diferentes motivos acude con ciertas limitaciones académicas y emocionales para abordar la actividad de investigación académica.

Con base en lo anterior, la propuesta planteada toma en cuenta la necesidad y la forma de aprender, la manera cómo se memoriza, se piensa y actúa, para estimular y motivar cerebral, física, espiritual y emocionalmente a aprender con efectividad.

Fundamentación teórica

Definir el éxito escolar ha sido una tarea compleja y ardua de los diferentes enfoques de la corriente pedagógica, los cuales concuerdan en señalar la importancia de aplicar técnicas que aceleren los procesos mentales responsables del aprendizaje.

Desde la concepción del aprendizaje definida por el Ministerio del Poder Popular para la Educación en el Currículo Nacional Bolivariano (2007), se acentúa en el “aprender a aprender” como respuesta a los cambios rápidos en el terreno del saber. En atención a esto, es pertinente señalar que la propuesta se fundamenta, en analizar e interpretación de conceptos, definiciones y opiniones de autores que permitan explicar la relevancia de aplicar técnicas de Superaprendizaje, así como también en los estudios realizados por la neurociencia en relación a la naturaleza del aprendizaje, y por otro, en los postulados de los diversos teóricos de la corriente cognitiva como: Ausubel, Piaget, Novak, Bruner, entre otros, quienes convergen en el desarrollo de una didáctica centrada en facilitar a los estudiantes técnicas y estrategias como condiciones favorables que los lleven al aprendizaje.

El Superaprendizaje es un aprendizaje placentero, está ligado al placer de aprender en el aula de clase, es decir, a un conjunto de elementos internos (motivación, interés, atención, autoestima, sentimientos, creatividad, comprensión, desarrollo de capacidades) y externos (ambiente, materiales, docente, estrategias, comunicación, evaluación), ambos controlables, los cuales influyen profundamente en el cerebro y en consecuencia en su funcionamiento. Según Martínez (2001, p. 8), el docente no sólo debe planificar sus clases, presentar materiales y medios adecuados para el aprendizaje, utilizar el pensamiento omnocerebral, desarrollar estrategias novedosas y usar una evaluación constructivista sino también acompañar estas actividades con ejercicios de relajación y respiración, respetar los estilos de aprendizaje, favorecer el pensamiento positivo, manejar las

emociones negativas, disminuir los niveles de ansiedad, mejorar la motivación y la autoestima de los estudiantes para lograr el aprendizaje placentero.

Para que pueda operar esta técnica del Superaprendizaje, se hace necesario que el estudiante disponga de una relajación consciente lograda a través de la respiración, la música, la programación mental positiva, un material didáctico estimulante motivado y capaz de motivar.

La respiración:

Constituye para el ser humano unos de los actos vitales más importante, aunque muchas personas lo hacen de manera inconsciente, es decir de una forma tan biológicamente natural que no son capaces de captar la relevancia que este acto tan sencillo tiene, no solo para la vida, sino también para el aprendizaje, a través de una respiración pausada, consciente podemos lograr la unión entre todos los miembros de nuestro ser. Con cada respiración llevamos hasta nosotros mismos nuevas fuerzas vitales y nos liberamos de desechos al expulsar el aliento. Respirar es renovar continuamente nuestra vida.

Beneficios de la respiración:

Cuando se realiza una respiración completa, con todo el cuerpo, se le brindan a este una serie de beneficios tales como:

- ✓ Liberación de cargas inútiles.
- ✓ Purificación del organismo.
- ✓ Revitalización de todas nuestras fuerzas.
- ✓ Expulsión de todo aquello que nos oprime, nos intranquiliza, nos deprime, nos enferma.
- ✓ Ayuda a concentrarse y a fijar la atención.

Importancia de la respiración dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

La respiración constituye una exigencia primaria para desarrollar la súper memoria. Controlarla es fundamental para el logro de un aprendizaje óptimo. Al respecto Jazmín Sambrano en su libro Superaprendizaje afirma: para lograr el Superaprendizaje la respiración es esencial, pues se aprende a respirar rítmicamente, lo cual nos dota de mejor oxigenación, mejor vida, cuando mejor oxigenado tengamos nuestro cerebro, nos conservaremos más claros, más lúcidos, más eficientes y por tanto más inteligentes. Aprender a respirar es básico y al aprender a coordinar la entrada y la salida del aire, con contenidos a aprender, tendremos resuelta una de las claves del Superaprendizaje.

La relajación:

Es un estado del cuerpo y de la mente en el que nos encontramos sin estrés, por lo tanto nos da un estado de conciencia y la energía del cerebro es empleada en la función que está desempeñando en un momento determinado, sin desperdiciarla, lo cual dota al individuo de un gran potencial para aprender lo que él desea.

Cuando estamos relajados podemos:

- ✓ Eliminar tensiones innecesarias.
- ✓ Mejorar el funcionamiento fisiológico.
- ✓ Aumentar la sensación de tranquilidad y paz.

La Música:

La música constituye una herramienta fundamental, para la aplicación de las técnicas del Superaprendizaje, ya que de acuerdo a Sambrano en su obra ya citada: constituye a facilitar las ondas alfa en nuestra actividad

cerebral, pero no todo tipo de música contribuye a ello, la música ideal es la producida en la época o periodo barroco, la hindú y la música contemporánea conocida como new age aplicable a este efecto (Música instrumental que ayuda a la producción de ondas alfa).

La música ayuda al cerebro y al mismo tiempo le dispone para introducirse en el proceso de enseñanza.

Programación Mental positiva:

Consiste en la programación positiva de nuestro cerebro, a través de un conjunto de instrucciones sistematizadas adecuadamente para lograr que nuestro cerebro realice lo que queramos. Se trata de poner nuestro cerebro a trabajar en nuestro favor, entrenándolo a través de afirmaciones positivas para ello.

Ejemplo de estas afirmaciones:

- ✓ Me libero a mí mismo de mi funcionamiento pasado.
- ✓ Puedo hacerlo.
- ✓ El aprendizaje es fácil para mí.
- ✓ Aprender es fácil...

Cabe destacar que para obtener resultados escolares excelentes, intensificar la motivación y las expectativas de éxito en los estudiantes, el docente debe preparar la clase empleando las técnicas del método. Para ello debe programar previamente un período de entrenamiento donde se incluya, en primera instancia, la “desugestión” que no es otra cosa que la terapia de autoimagen mediante la cual se induce al estudiante a superar las limitaciones mentales que posee: los “frenadores” que le condicionan a creer

que sólo puede aprender determinada cantidad con determinada rapidez, que está condenado a enfermar, que ciertos límites marcan lo que puede hacer y lograr. (Ostraender y Schroeder, 1987).

Superadas estas limitaciones, se sugestionan al alumno con mensajes orientados a crear expectativas positivas, estimular el entusiasmo por aprender y despertar la fe en la eficacia del método (Sherz, 1999).

Posteriormente, se siguen los pasos del método o las técnicas de Superaprendizaje y en el caso de la música se cambia el uso de audio por la recitación del contenido que se desea enseñar a un ritmo lento y sostenido por parte del docente. Evidentemente la actitud del docente es clave importante en este proceso, los gestos, las expresiones faciales y el tono de voz deben ir encaminadas a aumentar la confianza de los estudiantes en sí mismos. Él debe crear un ambiente agradable, positivo y cálido que garantice el éxito del proceso, es decir crear una armonización

Objetivos de la Propuesta:

General:

- Proponer la Aplicación de estrategias didácticas basadas en la Técnica del Superaprendizaje para los niños y niñas de primer grado de la Unidad Educativa Privada “República de Venezuela” del municipio Valera del estado Trujillo.

Específicos:

- Sensibilizar al docente y estudiantes a través de un conversatorio sobre las Técnicas de Superaprendizaje.

- Diseñar las actividades relacionadas con las operaciones básicas (números naturales, seriación y adiciones) por medio de juegos que faciliten la adquisición de destrezas.
- Aplicar actividades de lectura y escritura teniendo en cuenta los valores.

Estructura de la Propuesta

La propuesta “Aplicamos juntos las técnicas del Superaprendizaje como herramienta del conocimiento” permitirá a los docentes implementar en sus clases estas estrategias innovadoras en los alumnos de primer grado, sección “B” de la Unidad Educativa Privada “República de Venezuela” del municipio Valera del estado Trujillo, está enmarcada dentro de los planteamientos de un plan de acción, que contiene los elementos siguientes: actividades, recursos, estrategias y técnicas.

Este plan de acción, utilizará como estrategias las técnicas del Superaprendizaje herramienta de apoyo el programa de estudios de Educación Básica.

Por lo consiguiente, el Superaprendizaje como método de enseñanza – aprendizaje ofrece un nuevo horizonte en la práctica pedagógica puesto que permite explorar y aprovechar al máximo la capacidad cerebral de las personas involucradas en este proceso (facilitador – alumno). Con el Superaprendizaje se garantiza que en cada situación pedagógica el aprendizaje sea global, haciendo que todos los sentidos, deseos, ideas y potencial participen de manera equilibrada para adquirir, procesar y transferir conocimientos duraderos, exitosos de manera rápida y sin presiones.

Las Técnicas de Superaprendizaje son ejercicios cerebrales que empleados diariamente como actividades preliminares en cada sesión de

clase, sirven para sintonizar, equilibrar y balancear el cuerpo y la mente de los estudiantes, haciendo que estos aprendan con mayor autonomía, con alto rendimiento y visión global de las situaciones diarias. Cuando se entrena con técnicas de Superaprendizaje la práctica educativa se torna fácil y divertida, puesto que se prescinde de metodologías tradicionales y pasivas por aprendizajes multisensoriales que permite a los estudiantes adquirir conocimientos con todos los sentidos, ahorrándoles tiempo, esfuerzo y de manera activa

El cronograma se inicio en la primera semana 1 al 05 del 2013 explicando a los alumnos del primer grado, sección "B" lo que es Superaprendizaje y los beneficios que genera no solo a nivel intelectual sino a nivel emocional, para ello se estimulará la memoria, mediante el pensamiento con imágenes mentales, ya que el sentido de la vista es el que forma las impresiones más duraderas en la memoria. Es importante que se convierta en imagen todo aquello que se desea recordar y esto se hará a través de visualizaciones, es decir ver con los ojos de la mente.

Otro aspecto que se debe enseñar es el control de la respiración de una manera rítmica para así lograr la relajación que induce a un cambio de estado de conciencia en el que no existe tensión y por último la música que acompaña todas las técnicas anteriores y que contribuye a facilitar la reproducción de las ondas alfas en nuestra actividad cerebral, ayudando a centrar la atención produciendo un estado de ensueño muy placido debido al carácter sumamente estructurado de la misma que mantiene a la persona con un control completo, súper alerta, lúcido y consciente de todo lo que pasa.

Después de explicar a través de la práctica a los alumnos de primer grado las técnicas de Superaprendizaje que se utilizarán para mejorar el

rendimiento académico, se reflejarán en el plan de acción previa aplicación de las técnicas de Superaprendizaje, estrategias y actividades.

www.bdigital.ula.ve

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Sensibilizar al docente y estudiantes a través de un conversatorio sobre las técnicas de Superaprendizaje.

Cuadro N° 2

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
Primera Semana 1 al 5 de abril 2013.	_Sensibilización al docente y alumnos con las técnicas de Superaprendizaje. _ Dar orientaciones para el desarrollo de la actividad a realizar. _Lectura de instrucción o pasos a seguir para los ejercicios de relajación y respiración.(ver anexo C) _Fondo musical. _Ejercicios de visualizaciones creativas. _Familiarización con la estrategia del Superaprendizaje _Comentario de los participantes de cómo se sintieron con las actividades aplicadas. _Dinámicas de grupos como: Rompehielos(ayayay), el pañuelo, La madeja de lana	_Conversatorio sobre la importancia y los resultados que genera las técnicas de Superaprendizaje. _Visualización “Futuro Perfecto “y “Los problemas y las mariposas” _Lluvia de ideas. _Familiarización de las técnicas. _Lectura de instrucciones y ejercicios a realizar. _Intercambio oral. _Aplicación de las técnicas. _Selección de la música. _Ejercicio de respiración rítmica de 4 tiempos: inhalar, retener, exhalar y descansar, 4 segundos para cada momento. _Ejercicios de relajación tensor y relajar músculos. _Visualizaciones creativas _Participación de docente y alumnos en cuanto a las técnicas.	2 horas 8:00am a 10:00am Cada día. (lunes a viernes)	Interacción Docente Alumno. Música instrumental (sonidos de la naturaleza) Música instrumental relajante. Música (Mozart) Respiración Rítmica Relajación (Cuerpo/ mente) Visualizaciones creativas. Afirmaciones positivas.	Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: -Equipo de sonido - Cd	Registro continuo de las experiencias de los alumnos.

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Sensibilizar al docente y estudiantes a través de un conversatorio sobre las técnicas de Superaprendizaje.

Cuadro N° 3

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
Segunda Semana 08 al 10 de abril 2013	_Familiarización con las técnicas de Superaprendizaje. _Aplicación de las estrategias fundamentadas en las técnicas de Superaprendizaje. _Ejercicios de lateralidad. _Trabajar con rompecabeza, historietas creativas, actividades lúdicas entre otras. _Comentarios de los participantes de cómo se sintieron con las actividades aplicadas. _lecturas recreativas, reflexivas, interactivas. Dinámicas de grupo: "El Arco iris". " Cariñito al peluche" _Contenidos programados: sobre los Aspectos formales de la escritura.	_Acondicionar el aula: ventilación e iluminación, _Explorar los aprendizajes previos _Orientación en cuanto a la realización de las técnicas _Aplicación de los ejercicios antes practicados como: _Selección de la música. _Ejercicios de respiración rítmica de 4 tiempos: inhalar, retener, exhalar y descansar, 4 segundos para cada momento. _Ejercicios de relajación tensor y relajar músculos. _Visualizaciones creativas _Afirmaciones positivas. _Motivar al grupo. _Dinámicas de grupo: " Cariñito al peluche" _Presentar variedad de recursos para el aprendizaje significativo. _Dibujar el lugar que visualizaron usando los colores. _Realizar lecturas silenciosas y en voz alta. _Trabajar con los contenidos programados por la docente.	3 horas 8:00am a 11:00am Cada día. (lunes a viernes)	Interacción Docente Alumno. Música instrumental (sonidos de la naturaleza) Música instrumental relajante. Música (Mozart) Respiración Rítmica Relajación (Cuerpo/ mente) Visualizaciones creativas. Afirmaciones positivas.	Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: -Equipo de sonido - Cd	Registro continuo de las experiencias de los alumnos.

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Sensibilizar al docente y estudiantes a través de un conversatorio sobre las técnicas de Superaprendizaje.

Cuadro N° 4

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
Tercera Semana 15 al 19 de abril 2013	_Familiarización con la estrategia del Superaprendizaje. _Conversación sobre los números naturales. _ Dar ejemplos de los números en la vida cotidiana. _ Participación del grupo con relación a los números. _Identificar los números. _Escribir números naturales. _ Formar cantidades con números dados. _Entregar material fotocopiado sobre los números para realizar. _A través de carteles identificar números, cantidades. _Dinámicas de grupo. "Tempestad", "Arco Iris"	_Selección de la música de fondo. _Motivar al grupo. _Aplicar las técnicas: _Ejercicios de respiración. 7 repeticiones de 4 segundos en cada proceso, con una visualización, escogiendo un color al inhalar. _Ejercicios de relajación. (Cuerpo/mente). _Lectura sobre la importancia de los números en la vida cotidiana. ¿Porque son importantes los números? _Expresar libremente las ideas. _Escritura de números. _ Resolver ejercicios de números en material fotocopiado. _ Identificar los números en el cartel. _Asesorar al estudiante y estimular logros	3 horas 8:00am a 11:00am Cada día. (lunes a viernes)	Interacción Docente Alumno. Música instrumental (sonidos de la naturaleza) Música instrumental relajante. Música (Mozart) Respiración Rítmica Relajación (Cuerpo/ mente) Visualizaciones creativas. Afirmaciones positivas.	Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: -Equipo de sonido - Cd	Registro continuo de las experiencias de los alumnos.

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Diseñar las actividades relacionadas con las operaciones básicas (números naturales, seriación y adiciones) por medio de juegos que faciliten la adquisición de destrezas.

Cuadro N° 5

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
Cuarta Semana 22 al 26 de abril 2013	_Se inicia con música instrumental para realizar ejercicios de respiración y relajación. _Aprender y entonar canciones donde se representan los números naturales. _Realizar juego como estrategia para continuar conociendo los números naturales. Juego: "Lograr Cien" _Realizar un dibujo libre _Imágenes creativas realizadas por los alumnos sobre los números _Explicación de Seriación _Elaborar carteles con dibujos relacionados con la seriación. _Realización de actividad serpiente de números. _Juegos didácticos de seriación. _Material fotocopiados con actividades relacionadas con números.	_Acondicionar el salón y colocar los pupitres en semi círculo. _Selección de la música. _Ejercicios de respiración estabilizadora. _Ejercicios de relajación. _Entonar la canciones relacionadas con los números naturales. _Dinámicas de grupo utilizando la música clásica. _Participar, en forma crítica y cooperativa, en conversaciones y discusiones sobre temas de interés los números naturales. _Elaboración de imágenes sobre los números. Dar a conocer por medio de ejemplos la seriación. _Trabajar con juegos. _ Realizar actividad del material entregado.	4 horas 8:00 a 12:00m	_Interacción: Docente Alumno. _Respiración _Relajación _Visualización Creativa. _Afirmaciones positivas. _Construcción	Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: _Equipo de sonido _Cd _Láminas bond _Creyones. _Papel _Pinturas _Temperas. _Juguete didáctico con alimentos _Carteles _Material fotocopiado _Marcador _Fichas _Bolsa plástica	Registro continuo de los avances y dificultades confrontadas por los alumnos durante su proceso de formación integral

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Diseñar las actividades relacionadas con las operaciones básicas (números naturales, seriación y adiciones) por medio de juegos que faciliten la adquisición de destrezas.

Cuadro N° 6

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
<p>Quinta Semana 29 al 3 de mayo 2013</p>	<p>_ Selección de música instrumental para realizar ejercicios de respiración y relajación, _ Entonar la canción titulada "conociendo los números naturales." _ Explicación del proceso de operaciones de adición y sustracción. Dinámicas grupales. Juegos : "Batalla de sumas" "Lotería de sumas" _ Entrega de material fotocopiado con actividades de adición y sustracción. _ Completar números naturales. _ Dialogar sobre la importancia de las operaciones básicas de matemáticas. _ juego de bingo. _ Dinámicas de grupo: Canciones, "Carga eléctrica".</p>	<p>_ Selección de la música. _ Ejercicios de respiración estabilizadora. _ Ejercicios de relajación. _ Entonar la canción "Conociendo los números naturales." _ Dinámicas de grupo utilizando la música clásica _ Trabajar con material fotocopiado: _ Observar y completar los números. _ Escritura de números. _ Jugar a la "Batalla de Sumas". _ Demostrar tolerancia y respeto por la opinión y trabajos ajenos. _ Entrega de hojas a cada niño contenidas de operaciones de adición para que la resuelvan _ Juego "Lotería de sumas" el alumno que llene su cartón.</p>	<p>4 horas 8:00 a 12:00m</p>	<p>_ Interacción: Docente Alumno. _ Respiración _ Relajación _ Visualización Creativa. _ Afirmaciones positivas. _ Construcción. _ Juegos recreativos. _ Juegos didácticos.</p>	<p>Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: _ Equipo de sonido _ Cd _ Láminas bond _ Creyones. _ Papel _ Pinturas _ Temperas. _ Juguete didáctico con alimentos _ Carteles _ Material fotocopiado _ Marcador _ Fichas _ Bolsa plástica</p>	<p>Registro continuo de los avances y dificultades confrontadas por los alumnos durante su proceso de formación integral</p>

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Aplicar actividades de lectura y escritura teniendo como referencia los valores.
Cuadro N° 7

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
<p style="text-align: center;">Quinta Semana 29 de Mayo al 3 de Junio 2013</p>	<p>_Aplicar las técnicas de Superaprendizaje iniciando con música instrumental para realizar ejercicios de respiración, relajación.</p> <p>_Lectura por el docente de un cuento.</p> <p>_Contar la historia leída, identificando personajes y lugar de los hechos.</p> <p>_Reconocer el inicio, desarrollo y final del cuento y expresarlos verbalmente.</p> <p>_Crear el final adecuado para el cuento de manera escrita.</p> <p>_ Lecturas silenciosas.</p> <p>_ Identificar los signos de puntuación en la lectura.</p> <p>_Lectura en voz alta.</p> <p>_ Escritura de un cuento, identificando los aspectos formales de la escritura.</p> <p>_ Lecturas e interpretación.</p>	<p>_Selección de la música.</p> <p>_Ejercicios de respiración estabilizadora de 4 tiempos: inhalar, retener, exhalar y descansar, 4 segundos para cada momento</p> <p>_Ejercicios de relajación cuerpo y mente.” tensar y relajar músculos”.</p> <p>_Visualizaciones creativas.</p> <p>_Afirmaciones positivas.</p> <p>_Lectura en voz alta del cuento titulado: “”</p> <p>_Dinámicas de grupo utilizando la música como estrategia para una mejor comprensión del objetivo y su contenido</p> <p>_La narración Oral de Cuentos.</p> <p>_crear cuentos usando adecuadamente los aspectos formales de la escritura.</p>	<p style="text-align: center;">4 horas</p> <p style="text-align: center;">8:00 a 12:00m</p>	<p>Interacción Docente Alumno.</p> <p>Música instrumental (sonidos de la naturaleza)</p> <p>Música instrumental relajante.</p> <p>Música (Mozart)</p> <p>Respiración Rítmica</p> <p>Relajación (Cuerpo/ mente)</p> <p>Visualizaciones creativas.</p> <p>Afirmaciones positivas.</p> <p>Lecturas e interpretación.</p>	<p>Humanos:</p> <p>Docentes Alumnos Colaboradoras.</p> <p>Materiales:</p> <p>Equipo de sonido</p> <p>Cd Hojas blancas Periódico Revistas Láminas bond Pega Tijera Creyones Libros Cuentos Fabulas. Hojas blancas Material fotocopiado.</p>	<p>. Registro continuo de los avances y dificultades confrontadas por los alumnos durante su proceso de formación integral</p>

PLAN DE ACCIÓN

Objetivo Específico: Aplicar actividades de lectura y escritura teniendo como referencia los valores.

Cuadro N° 8

SEMANAS	Actividad	Estrategia	Tiempo	Técnica	Recursos	Evaluación
<p>Sexta Semana 06 al 10 de mayo 2013</p>	<p>_ Se inicia Con las técnicas de superaprendizaje, respiración y relajación. _ Realizar visualizaciones creativas _ Afirmaciones positivas. _ Dar a conocer el significado de la palabra: "Valores" _ Participación espontánea del grupo. _ Ejemplos de la vida cotidiana donde se reflejen los valores. Lectura del cuento "La isla de los sentimientos" _ Interpretación de la lectura por parte de los alumnos. _ Explicar su interés, delimitar el objetivo de la lectura (para qué se va a leer, qué actividades concretas se plantean...) _ Elaboración de libros de cuentos por los alumnos. _ Construcción de mensajes en cartulina sobre los valores _ Formar grupos de trabajos _ Participación espontánea.</p>	<p>_ Aplicación de las técnicas del superaprendizaje _ Preparar y motivar al alumnado para la lectura: presentar el texto _ La lectura dramatizada de cuentos _ Propiciar un ambiente de dialogo entre los estudiantes en torno a la búsqueda de elementos dados para vivir la lectura. _ Hacer de la lectura un juego _ Fábulas e ilustraciones _ Cuentos e ilustraciones _ Creaciones de cuentos. _ Dinámicas de Grupo _ Mesas de Trabajo. _ Explicación de cómo se elaboran la sopa de letras. _ Lectura diaria de un valor. _ Realizar dibujos sobre las lecturas de valores. _ Identificar el valor en la lectura. _ Practicar los valores. _ Exposición individual de un valor asignado. _ Formación de grupos. _ Preguntas y respuesta</p>	<p>3 horas 8:00am a 11:00am Cada día. (lunes a viernes)</p>	<p>_ Interacción Docente Alumno. Música instrumental (sonidos de la naturaleza) (Mozart) (Barroca) Respiración Rítmica Relajación (Cuerpo/ mente) Visualizaciones creativas. Afirmaciones positivas. Juegos Lecturas Dramatizaciones Exposiciones</p>	<p>Humanos: Docentes Alumnos Colaboradoras. Materiales: -Equipo de sonido - Cd</p>	<p>Registro continuo de los avances y dificultades confrontadas por los alumnos durante su proceso de formación integral</p>

Cuadro N° 9

CRONOGRAMA DE APLICACIÓN DE ACTIVIDADES

SEMANAS	ACTIVIDADES A DESARROLLAR
Primera Semana 1 al 5 de abril 2013	Familiarización con las técnicas de Superaprendizaje
Segunda Semana 08 al 10 de abril 2013	Familiarización con las técnicas de Superaprendizaje
Tercera Semana 15 al 19 de abril 2013	Familiarización con las técnicas de Superaprendizaje
Cuarta Semana 22 al 26 de abril 2013	Diseñar de las técnicas de Superaprendizaje actividades relacionadas con las operaciones básicas y juegos relacionados con los números naturales.
Quinta Semana 29 al 3 de mayo 2013	Diseñar de las técnicas de Superaprendizaje actividades relacionadas con las operaciones básicas y juegos relacionados con los números naturales.
Sexta Semana 06 al 10 de mayo 2013	Aplicación de las técnicas de Superaprendizaje y juegos relacionados con las seriaciones y operaciones de la adición

Descripción de las actividades del plan de acción.

A través de la aplicación de la técnica entrevista realizado al personal docente de primer grado del colegio “República de Venezuela” y una vez empleada las técnicas se procedió a presentar la misma, de acuerdo al orden cronológico de los objetivos específicos. El día lunes, 01-04-2013 se dio inicio a la aplicación del Plan de Acción con las Técnicas del Superaprendizaje a los niños, niñas y ala docente de aula del Primer grado, sección “B” del Colegio República de Venezuela.

En esta primera sesión, se realizó la respectiva presentación y explicación de la intención de la propuesta, así mismo, se les explicó la dinámica de trabajo que se realizaría en el plan de acción. Luego se procedió a sensibilizar a la docente y a los alumnos del primer grado, sección “B” a través de conversatorios, explicando todo lo relacionado con el Superaprendizaje, su importancia y beneficios, dentro de las actividades realizadas en esta jornada se dio la técnica de visualizaciones que consistía en que los estudiantes se imaginaran un mundo sin problemas, al mismo se le dio el nombre de futuro perfecto, por lo que los niños y niñas expresaron después de realizada la actividad su punto de vista en cuanto al mundo que le gustaría vivir según lo imaginado. Dentro de la misma, con el fin de obtener los mejores resultados posibles durante la concentración de los niños y niñas, se les pidió que desarrollaran un ejercicio de relajación planteado por las investigadoras donde consistía en inhalar y exhalar suavemente siguiendo las pautas de los facilitadores (ejercicios de respiración). Como segunda actividad de desarrolló una dinámica llamada “Los problemas y las mariposas”. (Ver anexos C) donde se abrió paso a que se realizara una lluvia de ideas, con la participación de los estudiantes para su familiarización con una de las Técnicas de Superaprendizaje, orientándoles en cada procedimiento para la aplicación de las mismas. De

esta manera se inició las actividades con sus respectivas estrategias del Superaprendizaje, dando la explicación de cada una de las técnicas para lograr así el objetivo esperado.

Luego de esta primera fase, se procedió con la integración continúa de las técnicas del Superaprendizaje como son: relajación, respiración, ambientación, música, visualizaciones creativas, programaciones neurolingüística, afirmaciones positivas, entre otras, para poder adaptar al grupo a las técnicas propuestas.

Por lo tanto, para llevar a cabo la propuesta fue fundamental la aplicación de estas técnicas en cada clase. Antes de iniciar con las actividades en primer lugar, se les orientó a la docente y a los educandos la importancia de trabajar en un ambiente adecuado, limpio, ventilado, con buena iluminación, y materiales acordes para motivar e incentivar a los estudiantes, en el caso del docente. Organizando el salón y colocando los pupitres en forma de semicírculo se procedió con los ejercicios para así, lograr la atención y la comunicación entre el grupo. Seguidamente se les sugirió la colaboración del grupo de alumnos en cuanto a mantener el orden, disciplina y atención para aplicar de manera exitosa las técnicas del Superaprendizaje.

Dando inicio a las actividades, se les incentivó a los niños y niñas realizarlas con entusiasmo y de manera alegre. Se comenzaba la clase con la selección de la música de fondo, música instrumental con sonido de la naturaleza, música barroca, Mozart entre otras, permitiendo la participación de los alumnos en ocasiones para seleccionar el tipo de música deseado, con el fin de estimular los dos hemisferios cerebrales y de manera de disminuir el grado de tensión en que se encontraban los educandos, para así aplicar los ejercicios de respiración, relajación, seguido de visualizaciones creativas y afirmaciones positivas, explicándoles de manera pausada como lo deberían realizar. Ejemplo: se dividía la respiración en cuatro partes,

contando cuatro segundos en cada parte. En una de las clases se invitó a los niños y niñas tocar con sus manos su estómago y que visualizaran un globo que se infla cuando toma aire y que se desinfla cuando bota el aire. Otro ejemplo: Inhala (tomando el aire). Contando cuatro segundos para inhalar 1...2...3...4. Retener (el aire circula por el cuerpo). Contando cuatro segundos para retener. 1...2...3...4. Exhalar (sale las toxinas). Contando cuatro segundos para exhalar 1...2...3...4. Esperar (el cuerpo descansa). Contando cuatro segundos para esperar 1...2...3...4.

Los ejercicios de relajación, consistían en tensar y relajar alternativamente todos los grupos musculares principales, eliminando posibles focos de tensión, tomando conciencia de: pie, tobillo, pantorrillas, muslos, músculos, torso, cintura, estómago, pecho hombro, nuca, brazo, antebrazo, manos, cuello y cabeza acompañado de la formación de imágenes mentales de situaciones o lugares agradables que permitieran en ellos tranquilidad, serenidad y sosiego para calmar la mente. Sugiriendo una respiración lenta y profunda.

Al culminar estos ejercicios, diariamente a cada uno de los niños y las niñas que tenían el deseo de expresar su experiencia se les otorgaba el turno de intervención. Estos ejercicios se realizaban diariamente para poder lograr la familiarización y aprendizaje significativo de los contenidos de manera rápida y eficiente. Con respecto a la fatiga física o mental disminuye la capacidad de concentración, memorización, entre otras. En efecto el aprender técnicas de relajación, visualización y respiración, favorece el logro de una buena salud física y mental manteniendo la armonía mente-cuerpo.

Aprender a percibir el patrón de respiración y ser capaz de modificarlo para que en lugar de producir tensión produzca relajación, es una de las habilidades más sencillas del cuerpo y de la mente. Si en vez de respirar al azar lo hacemos a ritmo regular, la inteligencia se agudiza automáticamente.

Así mismo, cuando entre inspiración y espiración se retiene el aire unos segundos, se estabiliza la actividad mental y el pensamiento puede concentrarse mucho mejor en una sola cuestión o idea. Por lo tanto los beneficios de una adecuada respiración son:

- La sangre que llega al cerebro es más rica en oxígeno, por lo que hay mejores condiciones físicas y químicas para el funcionamiento del cuerpo.
- Los músculos están relajados, lo cual descarga excitaciones nerviosas innecesarias.
- Ayuda a concentrarse y fijar la atención.
- La respiración rítmica es el estado fisiológico más favorable para la actividad mental.
- Mejora la circulación del cerebro.

Y para una relajación los beneficios son:

- La relajación prepara al estudiante para estudiar con óptimos resultados.
- Protege al organismo del agotamiento total.
- Desarrolla el potencial mental.
- Ayuda a concentrarse y fijar la atención.

La visualización se puede utilizar de manera muy eficaz para alejarse de las preocupaciones y entregarse a una nueva experiencia que cautiva la atención. Esto produce la respuesta de relajación. Por esta razón, muchas grabaciones de visualización empiezan con una secuencia de imágenes que desplazan a la persona a un lugar muy confortable, luego se les pide que presten atención a los detalles de cada uno de los sentidos. De esta manera, la persona puede alejar el pensamiento perturbador, concentrándose en algo agradable.

Los beneficios de la visualización:

- Llevar a cabo nuestros proyectos.
- Aumentar el grado de percepción de todos nuestros sentidos.
- Desarrollar el potencial mental.
- Percibir nuestra realidad corporal, mental y espiritual.

El efecto general de la música en el Superaprendizaje, es el de un "masaje sónico", al eliminar la tensión del trabajo mental intenso. La música ayuda a centrar la atención hacia dentro, en vez de hacia afuera. La música que se usa en el Superaprendizaje es un elemento muy importante. Si no tiene el ritmo preciso, los estados alterados de consciencia deseados no se producirán y los resultados son pobres.

No es una elección personal y no tiene nada que ver con gustos musicales personales. Es una música específica para un objetivo específico.

Los beneficios de la Música para el Superaprendizaje

- Música para el aprendizaje activo.
- Música para revitalizar el cerebro

La música barroca logra estados y condiciones propicios para el aprendizaje, pues tiene un ritmo de sesenta golpes, que equivale a los latidos del corazón cuando estamos tranquilos y reposados. Por eso sincroniza su ritmo al de nuestros latidos de forma inmediata y el cerebro al registrarla manda una señal al cuerpo para mantenerlo tranquilo y alerta.

Con respecto a lo antes planteado estas técnicas es un sistema de aprendizaje óptimo que consiste en ubicarse en el mejor estado mental y corporal relajado a través de respiraciones, con el uso de la música para expandir la memoria y suministrarle energía al cerebro de manera que se absorba la información de una forma pausada y rítmica, con el estrés

necesario para estar motivado, relacionando la respiración controlada y consciente, la relajación, la visualización, la alimentación, la música y el estudio del funcionamiento del cerebro, a través de la aplicación de estrategias destinadas a aumentar al máximo la memoria y la construcción de conocimiento e información, liberando al individuo del exceso de estrés, mejorando su salud y su creatividad para realzar toda su personalidad e inteligencias de manera global.

Teniendo claro lo importante y los beneficios que aportan estas técnicas se seguían motivando cada día al grupo y a la docente para lograr los objetivos propuestos. Por lo consiguiente se llevó tiempo para que la mayoría se adaptara al procedimiento y logaran realizarlas adecuadamente. Se realizaron dinámicas de grupo como: Rompe hielos (ayayay), el pañuelo, La madeja de lana, Cariñito al peluche, El Arco iris”, **“Tempestad”**, La Canasta de frutas, canciones y música infantiles donde sus movimientos corporales, se realizaron al ritmo de la música. Ver anexos “B”

Las tres primeras semanas se sensibilizó y familiarizó en cuanto a las técnicas del Superaprendizaje, a medida que se trabajaba con estas técnicas se observaba satisfacción por parte de los educandos y docente, luego de cada sección de técnicas, la docente Isabel, continuaba con los contenidos programados en su planificación, para ese entonces se trabajó con:

El bloque de contenido: Aspectos formales de la escritura, donde los educandos después de aplicar las técnicas, con mente más clara y cuerpo relajados realizaba las actividades con más atención y dominio, con la técnica de la música se realizaron las actividades de lecturas e interpretación, se trabajó con texto donde los niños debían identificar los aspectos de la escritura, usando los colores, otra de las técnicas del Superaprendizaje, aplicada fue el uso de los colores en donde tenían que encerrar en círculos de colores los aspectos exigido, por ejemplo, los signos

de puntuación, letras mayúsculas, minúsculas, sangría entre otros. También se trabajó con ejercicios de lateralidad, rompecabezas, historietas creativas, lecturas recreativas, reflexivas, interactivas, actividades lúdicas entre otras.

Lo importante de esto, que a la segunda semana se podía observar cambios positivos a la hora de impartir los conocimientos en los alumnos(as). Por lo tanto eran clases divertidas, participativas, motivadoras. Se apreció en estas primeras semanas de aplicada las técnicas de Superaprendizaje, seguridad, confianza y más interés en realizarlas.

Como resultado de la aplicación de las técnicas en estas semanas con los alumnos del primer grado sección “B” del Colegio República de Venezuela”, los primeros días, un grupo de alumnos no mostraban interés en realizar las técnicas, de tal manera que mostraban un comportamiento desordenado, buscando llamar la atención del grupo, por lo que se les prestó más atención y se les orientó para que llevaran a cabo las actividades, motivándoles para el logro significativo del aprendizaje. No obstante, en la siguiente semana ya se observaba otro ambiente más dinámico y participativo.

En la tercera semana se procedió a dar el tema de números naturales luego de realizar las técnicas. Se trabajó con los números, donde escribían los números naturales en láminas de papel bond con los materiales. Ejemplo: pintura, hojas, papel de colores y otros. Para ello se asoció estas actividades de los números con la técnica de la respiración, donde tenían que contar en cada paso. De igual manera, la relajación y el uso del color. Evidentemente se apreciaron clases divertidas, participativas donde los alumnos demostraron sus habilidades y destrezas. Así que juntos disfrutaron de las actividades prevista logrando el propósito establecido con muy buenos resultado como: el convivir, participar, crear y conocer entre otros.

Actividades satisfactorias donde nos motiva a seguir en una tarea tan hermosa como lo es enseñar a aprender.

Ya para la cuarta semana, los educandos y docente estaban familiarizados con las técnicas de Superaprendizaje como son: ambientación, la música, ejercicios de relajación, respiración rítmica, visualización creativa y por ultimo afirmaciones positivas como:

- ✓ Soy inteligente
- ✓ Puedo hacerlo
- ✓ Me gusta aprender
- ✓ Soy importante.
- ✓ Cada vez lo hago mejor
- ✓ Aprender es un placer

Se continuó reforzando el contenido del área matemática sobre los números, seriación, adición y sustracción para seguir afianzando el conocimiento en el área, no dejando de aplicar y asociar las técnicas con cada actividad.

Los temas tratados para esta cuarta semana fueron: la continuación de los números naturales y seriación. Donde se realizó el repaso de los números naturales, el entonar canciones relacionadas con los números naturales como: “Los esqueletos”, “Yo tenía 10 perritos”, “Los números”. De igual manera se realizaron juegos como estrategia para continuar conociendo los números naturales ejemplo: el Juego: “Lograr Cien”, Realización de dibujos libres, Imágenes creativas realizadas por los alumnos sobre los números, Explicación de Seriación, Elaboración de carteles con dibujos relacionados con la seriación, Realización de la actividad titulada serpiente de números y Juegos didácticos de seriación. Cada una de estas actividades fueron consolidadas, ya que con las técnicas empleadas de Superaprendizaje motivo al educando, generando en ellos interés por la

clases y cumplimiento de las actividades, estas fueron asociadas a las técnicas logrando así el aprendizaje esperado. Las actividades multigráficas aplicadas ver anexos “C”

En cuanto a la quinta semana de igual manera se aplicaba las técnicas de Superaprendizaje y se asociaban con los contenidos programados para la semana como: reforzamiento de números, seriación y el tema de operaciones básicas de matemática como adición y sustracción. Para estos contenidos se realizaron actividades como: Entonar canciones, la explicación del proceso de operaciones de adición y sustracción, Dinámicas grupales. Juegos: “Batalla de sumas”, “Lotería de sumas”, se entregó material fotocopiado con actividades de adición y sustracción, Resolver una serie de ejercicios y problemas de adición, sustracción, de números naturales, revisárselos y evaluárselos en el cuaderno u hojas blancas y pasarlos al pizarrón Completar números naturales y el dialogo sobre la importancia de las operaciones básicas de matemáticas, en esta misma semana se trabajó con el área de lengua sobre lectura y escritura. Lectura por el docente, colaboradoras y alumnos de cuentos, narración de historias leída, identificando personajes y lugar de los hechos. Reconocimiento del inicio, desarrollo y final de los cuentos y expresarlos verbalmente, Escritura de cuentos usando la imaginación, actividades donde identificarían los aspectos formales de la escritura como: letras mayúsculas, minúsculas, sangría, márgenes, signos de puntuación, creación del final de cuentos, lecturas silenciosas, en voz alta, participación en dramatizaciones asignándole a cada niño un personaje del cuento y se realiza la lectura dramatizada del mismo. Encontrar palabras en sopas de letras sinónimas y antónimas, Completar palabras, Realizar sopa de letras, apoyadas con ilustraciones

Finalmente en la sexta semana se procedió a dar un repaso de los conocimientos adquiridos por medio de juegos, lecturas y dinámicas grupales

así como también se trabajó con los valores aplicando las técnicas con las siguientes actividades:

Dar a conocer el significado de la palabra: “Valores, Participación espontanea del grupo, Ejemplos de la vida cotidiana donde se reflejen los valores, Lectura del cuento “La isla de los sentimientos” Interpretación de la lectura por parte de los alumnos, en esta semana se trabajó con los valores aplicando cuentos y fábulas donde se reflejan los valores como: el amor, la amistad, honestidad, honradez, compasión, bondad, el respeto, la responsabilidad, para esta actividad, se tomó en cuenta la lectura como base fundamental, se realizó lectura grupales, en voz alta, silenciosa, donde se ponía en práctica la participación espontánea. Elaboración de libros de cuentos o fábulas por los alumnos, Lograr un estado de motivación, con la música, algunas palabras, unas dinámicas. Se les proporcionó a los alumnos fotocopias con cuentos o reflexiones para que realizaran lecturas comprensivas en voz silenciosa y oral considerando la entonación, la pronunciación y la fluidez, a la vez expresaran oralmente lo entendido. Se realizó parafraseo y resúmenes escritos considerando la ortografía, coherencia, legibilidad. Ilustración de las actividades de las lecturas de valores. Selección de la idea principal y secundaria de algún párrafo de los leídos. Redacción de historietas y cuentos a partir de situaciones reales o imaginarias donde visualizaran los valores, después se compartían con los demás compañeros.

Finalmente el trabajar con estas Técnicas de Superaprendizaje con los estudiantes del primer grado sección “B” del colegio República de Venezuela, durante estas semanas, se determinó los efectos del Superaprendizaje en los alumnos.

No obstante el lograr familiarizarse con estas técnicas permitió obtener resultados positivos en los niños, como la incorporación paulatinamente a los

distintos ejercicios, participación de forma intermitente y generando en ellos un estado de bienestar, motivación, atención, concentración, respeto a las normas. De la misma manera, se estimuló la imaginación, la integración grupal y la comunicación armónica. Según lo expuesto, se puede acotar que se logró determinar los efectos del Superaprendizaje, en la medida que se produjo un alto nivel de satisfacción, estado de tranquilidad y mejoramiento del proceso de atención-concentración.

Así mismo se determinó la satisfacción de la docente participante en cuanto a los logros alcanzados en la misma. Con la evaluación hecha a la propuesta se concluye que la docente asumió la responsabilidad de actualizar su labor pedagógica con técnicas de aprendizaje acelerado, que proporcionan el desarrollo holístico de los educandos al adquirir, procesar y transferir conocimientos de manera divertida, duradera y placentera al sincronizar ambos pensamientos de manera equilibrada. En cuanto a los niños se apreció el interés en cumplir con las actividades, y el consolidar los conocimientos adquirido, logrando así el rendimiento esperado, el cual es el haber alcanzado las competencias prevista para ese lapso.

Si bien es cierto el Superaprendizaje establece líneas de comunicación: Líneas que comunican cuerpo mente, líneas que comunican consciente- inconsciente, hemisferio izquierdo- hemisferio derecho.

Es una forma global y holística de aprender, nos enseña aprender a aprender, mejor y sin esfuerzo, a gozar aprendiendo. Lo holístico viene de ver al individuo como un todo. Estos sistemas se basan en que el individuo posee mente lógica, cuerpo y mente creadora. Dicho de otro modo utiliza el hemisferio izquierdo del cerebro, el cuerpo y el hemisferio cerebral derecho al mismo tiempo.

Este método modernizado y occidentalizado de aprendizaje recurre a las reservas de la mente para liberar aptitudes mentales superiores, cómo son: la supermemoria, sacar los conocimientos de nuestro subconsciente, control mental, capacidad de logros superiores a los que se consideran normales actualmente, movilizar el 90% del potencial del cerebro que raras veces utilizamos.

Análisis de los resultados obtenidos en la aplicación de las técnicas de Superaprendizaje.

Como resultado de la aplicación de las técnicas a los alumnos del primer grado sección "B" del Colegio República de Venezuela", las tres primeras semanas donde el objetivo era sensibilizar tanto a los alumnos como el docente de aula y así familiarizarse con las técnicas de Superaprendizaje, que son relajación, respiración, musicología, afirmaciones positivas, visualizaciones creativas, entre otras, en cuanto a las dos primeras que son respiración y la relajación, el lograrla adecuadamente se les hacía un poco difícil por lo tanto se les prestó más atención y se les orientó para que llevaran a cabo las actividades, motivándoles para el logro significativo del aprendizaje. No obstante, en la siguiente semana ya se observaba otro ambiente más dinámico y participativo.

A medida que se trabajaba con estas técnicas se observaba satisfacción por parte de los educandos y docente al trabajar con los objetivos planificados, los educandos después de aplicar las técnicas de Superaprendizaje, con mente más clara y cuerpo relajados realizaba las actividades con más atención y dominio, Lo importante de esto, que se podía observar cambios positivos a la hora de impartir los conocimientos en los alumnos(as). Por lo tanto eran clases divertidas, participativas, motivadoras.

Se apreció en estas primeras semanas de aplicada las técnicas de Superaprendizaje, seguridad, confianza y más interés en realizarlas.

Evidentemente se apreciaron clases divertidas, participativas donde los alumnos demostraron sus habilidades y destrezas. Así que juntos disfrutaron de las actividades prevista logrando el propósito establecido con muy buenos resultado como: el convivir, participar, crear y conocer entre otros. Actividades satisfactorias donde nos motiva a seguir en una tarea tan hermosa como lo es enseñar a aprender.

Cada una de estas actividades fueron consolidadas, ya que con las técnicas empleadas de Superaprendizaje facilitaba de manera agradable el aprendizaje en los educandos, logrando así el aprendizaje esperado.

Finalmente el trabajar con estas Técnicas de Superaprendizaje en el primer grado sección “B” del Colegio República de Venezuela, durante estas semanas, se determinó los efectos del Superaprendizaje en los alumnos. No obstante el lograr familiarizarse con estas técnicas permitió obtener resultados positivos en los niños, como la incorporación paulatinamente a los distintos ejercicios, participación de forma intermitente y generando en ellos un estado de bienestar, motivación, atención, concentración, respeto a las normas. De la misma manera, se estimuló la imaginación, la integración grupal y la comunicación armónica. Según lo expuesto, se puede acotar que se logró determinar los efectos del Superaprendizaje, en la medida que se produjo un alto nivel de satisfacción, estado de tranquilidad.

Así mismo se determinó la satisfacción de la docente participante en cuanto a los logros alcanzados en la misma. Con la evaluación hecha a la propuesta se concluye que la docente asumió la responsabilidad de poner en practica diariamente las técnicas de aprendizaje acelerado, que proporcionan el desarrollo holístico de los educandos al adquirir, procesar y transferir

conocimientos de manera divertida, duradera y placentera al sincronizar ambos pensamientos de manera equilibrada. En cuanto a los niños se apreció el interés en cumplir con las actividades, y el consolidar los conocimientos adquiridos, logrando así el rendimiento esperado, el cual es el haber alcanzado las competencias previstas para ese lapso.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ariel A. (1999) "Metodología de la investigación educativa" Editorial Grip Chapecó. Bra.

Adam, L. (2002). "**El gran laboratorio de la naturaleza**". Editora Luisa Arreaza. Caracas- Venezuela.

Arias, F. (2006). "**El proyecto de investigación. Introducción a la Metodología Científica**". 5Ta Edición Editorial Espíteme. Caracas- Venezuela.

Ausubel, D. (1990). "**La Educación y Estructuras del Conocimiento**". Editorial Ateneo. Buenos Aires Argentina.

Barriga y Hernández. (2002). "**Estrategias Docentes para un aprendizaje Significativo**". Una interpretación constructivista. 2Da Edición McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A de C.V.

Calderón, K. (2006). "**La Didáctica Hoy. Concepciones y Aplicaciones**". Editorial Universidad Estatal a Distancia (EUNED) San José Costa Rica.

Chávez, N. (2001). "**Introducción a la Investigación Educativa**". Maracaibo Venezuela.

- Gardner, E. (1998). **“Estructuras de la Mente”**. Editorial GEDISA. España.
- Heller, M. (s.f.). **“El Arte de Enseñar con todo el Cerebro”**. Distribuidora Estudios Caracas-Venezuela.
- Hernández, A. (2011), en el trabajo titulado **“Aplicación de un programa de técnicas de Súper aprendizaje en niños cursantes de 2do grado que presentaron dificultades en lecto-escritura”**.
- Hernández y otros (1998). **“Metodología de la Investigación”**. Editorial Mc Graw Hill. México.
- Jerome, B. (2001). **“El Proceso Mental en el Aprendizaje”**. Editorial Morata.
- Jerome, B. (2001). **“Desarrollo Cognitivo”**. Editorial Morata.
- Jiménez, E. (2006). **“La Importancia del Juego, Revista digital Investigación y Educación”**. Editorial Sevilla.
- Ley Orgánica de Educación (2009). Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela.
- Luzardo, L. (2005). **“El Arte de Enseñar con Clase”**. Tiempo para Guille. Editorial SIAP, C.A. Caracas-Venezuela.
- Ministerio del Poder Popular para la Educación (2013). **“Currículo Nacional Bolivariano”**. Edición Fundación Centro Nacional para el Mejoramiento de la Enseñanza de Ciencia, CENAMEC. Caracas-Venezuela.
- Novak, J. (1997). **“El Constructivismo Humano”**. Un consenso emergente. Editorial Alianza Madrid.
- Ostrander, Sh y Schraeder, L. (2001). **“Superaprendizaje”**. 2000. Barcelona: Grijaldo.
- Piaget, J. (1968). **“Seis Estudios de Psicología”**. Editorial Ariel Barcelona

España.

Sabino, C. (1992). **“El Proceso de Investigación”**. Editorial. Panapo, Caracas, Ed. Panamericana, Bogotá y Lumen-Humanitas, Buenos Aires.

Sambrano, J. (2001). **“Cerebro: manual de uso”**. Ediciones Alfadil. Caracas Venezuela.

Sambrano, J. (2003). **“Programación Neurolingüística: El Modelo de la Excelencia”**. Alfadil Ediciones. Caracas-Venezuela.

Sambrano, J. (2003). **“Los Mapas Mentales, agenda para el éxito”**. Ediciones Alfadil. Caracas-Venezuela.

Sambrano, J. (2009) **“Superaprendizaje”**. *El Placer de Aprender*. Editorial Alfa Caracas-Venezuela.

Torres, J. (2010), en el trabajo titulado: **“Diseño de un Programa de capacitación sobre Superaprendizaje dirigido a los Docentes del Colegio Rafael María Baralt en Maracaibo estado Zulia”**.

Vigotsky, L. (1979). **“Pensamiento y Lenguaje”**. Editorial La Plegade Buenos Aires Argentina.

Villalobos, C. (2012), en su trabajo titulado **“Estrategias Pedagógicas basadas en el Súper aprendizaje para atender las dificultades en matemática de los alumnos de 4to grado de Escuela Básica”**.

www.bdigital.ula.ve

www.docdigital.ula.ve **ANEXOS**

www.bdigital.ula.ve
Anexos A
Constancia de Validación.



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, _____, Titular de la Cédula de Identidad N° _____, luego de haber revisado el instrumento de recolección de información denominado **TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA PRIMER GRADO**, presentada por las bachilleres Castro Yessiyakel y Valero Raquel, se pudo observar que el mismo satisface las expectativas de la investigación, encontrándose en condiciones aptas para ser validados.

Constancia que se expide en Trujillo _____ a los _____ de 2013.

C.I.: _____



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, _____, Titular de la Cédula de Identidad N° _____, luego de haber revisado el instrumento de recolección de información denominado **TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA PRIMER GRADO**, presentada por las bachilleres Castro Yessiyakel y Valero Raquel, se pudo observar que el mismo satisface las expectativas de la investigación, encontrándose en condiciones aptas para ser validados.

Constancia que se expide en Trujillo _____ a los _____ de 2013.

C.I.: _____



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, _____, Titular de la Cédula de Identidad N° _____, luego de haber revisado el instrumento de recolección de información denominado **TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA PRIMER GRADO**, presentada por las bachilleres Castro Yessiyakel y Valero Raquel, se pudo observar que el mismo satisface las expectativas de la investigación, encontrándose en condiciones aptas para ser validados.

Constancia que se expide en Trujillo _____ a los _____ de 2013.

C.I.: _____

Anexos B

La entrevista

www.bdigital.ula.ve

Anexo 1

DATOS DEL ENTREVISTADO

Entrevistado "A"

Grado que atiende: Primer grado, sección "A"

Tiempo de servicio: 3 años

Título: Licenciada en Educación Integral

Años de experiencia: 4 años

Años en el cargo actual: 2010/2013

Fecha de la entrevista: 27/03/2013

Hora de inicio: 08:00 am

Culminación: 09:00 am

Preguntas

1- ¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

2- ¿HA APLICADO USTED EN ALGÚN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

3- ¿EN SUS CLASES SE LOGRAN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO, QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? ¿HA LOGRADO LAS METAS?

www.bdigital.ula.ve

4- ¿ESTÁ USTED DISPUESTO(A) A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

Anexo 2
DATOS DEL ENTREVISTADO

Entrevistado “B”

Grado que atiende: Primer grado, sección “B”

Tiempo de servicio: Un años

Título: Licenciada en Educación Integral

Años de experiencia: 1 años

Años en el cargo actual: 2012/2013

Fecha de la entrevista: 27/03/2013

Hora de inicio: 09:00 am

Culminación: 10:00 am

Preguntas

1- ¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

2 ¿HA APLICADO USTED EN ALGÚN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

3 ¿EN SUS CLASES SE LOGRAN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO, QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? HA LOGRADO LAS METAS?

www.bdigital.ula.ve

4 ¿ESTÁ USTED DISPUESTO(A) A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

Anexo 3
DATOS DEL ENTREVISTADO

Entrevistado "C"

Grado que atiende: Primer grado, sección "C"

Tiempo de servicio: Un años

Título: Licenciada en Educación Integral

Años de experiencia: 1 años

Años en el cargo actual: 2012/2013

Fecha de la entrevista: 27/03/2013

Hora de inicio: 10:00 am

Culminación: 11:00 am

Preguntas

1. **¿CONOCE USTED LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?**

2. **¿HA APLICADO USTED EN ALGÚN MOMENTO ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?**

3. ¿EN SUS CLASES SE LOGRAN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO? QUE TANTO HAN AVANZADO LOS NIÑOS HASTA AHORA? HA LOGRADO LAS METAS?

www.bdigital.ula.ve

4.- ¿ESTÁ USTED DISPUESTO A IMPLEMENTAR LAS TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE?

Anexo C
Lecturas realizadas
www.bdigital.ula.ve

TÉCNICAS PARA SUPERAPRENDER

Las tensiones, el estrés, las preocupaciones y el ajetreo han pasado a formar parte integrante de nuestra vida en esta sociedad en la que vivimos. El ruido, la excitación y el caos de nuestras grandes ciudades y nuestra vida profesional, no nos dejan en paz ni un solo momento. A consecuencia de esto, la mayoría de la gente ha perdido la facultad de desconectarse. Nuestro organismo se encuentra sometido constantemente a un estrés, tanto interno como externo, capaz de lesionarlo mental o físicamente.

Relajarse significa resistir el equilibrio natural entre las contracciones y distensiones, por lo tanto, la relajación sirve para limpiar el espíritu de la misma forma en que uno se baña para mantener el cuerpo limpio, liberándose de la suciedad psíquica que haya podido ir acumulando. Existen experiencias científicas que demuestran que el organismo humano se regenera mejor y más profundamente mediante ejercicios de relajación y meditación que durmiendo profundamente.

Cuando el hombre se encuentra física y espiritualmente bien, aprende con mayor facilidad, los ejercicios de la relajación también ayudan a una mejor concentración.

Mucha gente desarrolla su propio sistema para relajarse, mediante la práctica de algún deporte, pintando, oyendo música, leyendo, tocando algún instrumento, entre otros. Estas actividades sólo sirven para eliminar las tensiones recientes y superficiales, pero no contribuyen a destruir los bloqueos de energía profundamente arraigados.

Es conveniente conocer algunas nociones básicas acerca de la relajación antes de comenzar a practicarla. Después que usted aprenda a relajarse podrá asociar esta relajación con algunos ejercicios prácticos:

Requisito para Conseguir una Buena Relajación

1. **Posición:** En primer lugar para que la relajación sea adecuada, es necesario elegir una posición correcta. Es conveniente sentarse en una silla con los pies apoyados en el suelo, las manos sobre el regazo, volteadas hacia abajo y manteniendo los dedos separados.
2. **Mantenerse consciente:** Es necesario aprender a relajarse conscientemente para practicar la meditación dinámica.

3. **Cerrar los ojos:** El cierre de los ojos es un paso importante para reducir la frecuencia cerebral. El ambiente debe ser tranquilo con el objeto de eliminar los eventuales motivos de la distracción.

4. **Relajar los párpados:** Esta actividad elimina las preocupaciones porque se produce la relajación física y mental que no puede existir con las preocupaciones.

RESPIRACION

La respiración es la base de la vida, respirar es vivir. Durante la constante inhalación y exhalación, proporcionamos al organismo de energía vital que luego pasa a nuestro sistema circulatorio.

Al respirar se establece una especie de puente entre el cuerpo y el espíritu y esto es algo que saben muy bien los deportistas, cantantes, bailarines, actores y músicos. Estos profesionales aprenden técnicas que les permiten relajarse conscientemente.

Cuando respiramos absorbemos oxígeno que se concentra en el cerebro y el sistema nervioso permitiéndonos estar vivos. Por lo general, sin embargo, utilizamos solamente el 30% de nuestra capacidad pulmonar y tomamos en forma efectiva solo un 13 a 15% del aire contenido en los pulmones, quedando el otro 85% sin ningún uso.

Por lo tanto, no es exagerado decir que la forma en que se respira es la forma en que se vive. La mayoría de la gente respira con poca intensidad y para llevar una vida con total plenitud es preciso respirar rítmicamente con plenitud. La respiración ideal es la abdominal.

Requisitos para lograr una respiración rítmica

1. Estirar el pecho sin hincharlo y hacer lo mismo con el cuerpo, sin rigidez.
2. Respirar por la nariz es un filtro insustituible
3. Respirar silenciosamente, sin esfuerzos musculares, sin inspiraciones violentas y ruidosas.
4. Llevar ropa cómoda que permita respirar profundamente
5. El ritmo respiratorio comprende cuatro tiempos
6. Llenar los pulmones de aire (inhalar)
7. Retención pulmonar
8. Vaciar los pulmones (exhalar)
9. Retención pulmonar.

MÚSICA

La música actúa sobre las personas de manera muy diversa, puede incitarnos a la alegría o a la tristeza, a irritarnos o templarnos, todo está en función del ritmo, tono y melodía. Los científicos han demostrado que la música puede alterar la actividad de las ondas cerebrales y se ha descubierto que ciertas pautas sónicas pueden generar un estado de relajación del cuerpo mientras la mente se mantiene alerta hasta sincronizar con la música para disfrutar de los beneficios de una meditación simple, en otras palabras de un mensaje sónico.

Para Superaprender hay que utilizar el tipo de música que se ha estudiado hasta el momento, no es una elección personal y no deben influir los gustos musicales personales, de lo contrario los resultados serán muy pobres. Es oportuno destacar los logros que este tipo de música logra en el aprendizaje: la barroca de ciertos autores entre ellos: Bach, Vivaldi, Telemann, Corelli. Esta música ayuda a centrar la atención hacia adentro en vez de hacia afuera produciendo un estado de ensueño muy placido debido a su carácter sumamente estructurado.

Por ello, es necesario que los docentes tengan en consideración lo siguiente:

- ⇒ Armoniza los procesos mentales
- ⇒ Aumenta la sensación de bienestar físico y espiritual.
- ⇒ Aumenta la capacidad de concentrarse y aprender
- ⇒ Activa el hemisferio cerebral derecho
- ⇒ Crea un ambiente agradable
- ⇒ Regulariza el ritmo respiratorio.

Adaptación tomada Villalobos, C (2012) en su trabajo titulado estrategia pedagógica basada en el Superaprendizaje.

INSTRUCCIONES PARA APLICAR LA TÉCNICA DE RELAJACIÓN.

Siéntase cómodo en el lugar donde esté y libérese de molestias, descruce las piernas y los brazos. Si tiene alguna prenda de vestir que le incomode y puede evitarla. Busque sentirse lo más cómodo posible.

Ahora cierre los ojos, haga una inhalación profunda, exhale y sienta como la tensión empieza a desvanecerse y ordene relajarse. Inspira lenta y profundamente, ahora expire y sienta que la tensión huye de usted, con el aliento. Relájese y dígame a sí mismo que desea hacerlo.

Estire los dedos de los pies, tense luego estos junto con los pies y los músculos de la parte inferior de las piernas, muy tensos pero el resto del cuerpo relajado.

Mantenga esta tensión y cuente lentamente hasta cinco. Luego relájese y saboree la sensación de estar libre de tensiones. Ahora tense los músculos de toda la pierna así como los pies y sus dedos, un poco más, cuente despacio hasta cinco.

Luego relájese como se desmadejan y apaciguan estos músculos, ordene que se relajen aún más.

Tense luego los glúteos y el abdomen. Mantenga la tensión mientras cuenta hasta cinco, ahora relájese. Tense los músculos de la espalda y el pecho, perciba la sensación que produce esta tensión y cuente despacio hasta cinco.

Relájese, déjese ir y disfrute de la plenitud del relajamiento, libérese de su peso. Deje que la agradable sensación de relajamiento fluya de pies a cabeza, siéntala, obsérvela y óigala de veras.

Perciba lo que es una relajación completa, apacibles olas de relajación fluyen de pies a cabeza, disfrute de esa sensación y vívala.

Mientras esta relajado repita:

Aprender es algo que disfruto, soy libre, feliz e inteligente.

Luego cuente de uno a cinco y lentamente abrirá los ojos y al hacerla se sentirá alerta, refrescado, fortaleciendo y libre de tensiones

Adaptación tomada de Ostrander y Schroeder. Superaprendizaje
LOS PROBLEMAS Y LAS MARIPOSAS

Siéntate confortablemente....Haz tres respiraciones profundas, tomando el aire por la nariz y botándolo por la boca. Relájate.....Imagina que estás sentado ante una gran mesa de mármol blanco, sobre la cual se encuentra un bellissimo jarrón de cristal....El jarrón es grande, redondo y de boca ancha....Su color es de un rojo intenso que, con el brillo de la luz que pende del techo, refleja destellos anaranjados y amarillos. En cuanto observes el jarrón empieza a concentrarte en los problemas de la semana pasada que no conseguiste resolver. Identifica los problemas y escríbelos, imaginariamente en pequeños trozos de papel. Tras escribir todos los problemas haz una bolita con cada pedazo de papel y mételo en el jarrón: una bolita cada vez.

En el instante en que acabes de meter todos los papelitos en el jarrón, la luz de la sala se apaga. ¡De repente aparece un mago frente a ti! ¡Todo se ilumina de nuevo! El mago se saca de la manga un gran pañuelo de seda de color violeta y lo coloca sobre el jarrón, cubriéndolo. La mezcla de colores forma un espectáculo indescriptible. Después con la punta de su varita mágica, el mago levanta el pañuelo y, para tu sorpresa, decenas de mariposas de colores salen del jarrón. Invaden la sala como una ola de belleza y alegría....El mago, mientras, toma el jarrón con las manos y te lo acerca.... Miras dentro del jarrón, pero los papelitos con tus problemas ya no están.... Como las mariposas que se liberan de su capullo, tus problemas saldrán de los dominios de tu mente racional, inmediatamente, uno a uno seposará en tu mente creativa. Volarán, alegres como las mariposas, trayendo la mejor solución que pudiera haber

Las imágenes ahora van desapareciendo....Empiezas a recuperar el contacto con tu propio cuerpo, con el ambiente en el que te encuentras y, lentamente, abre tus ojos. (Tomado del libro de Ribeiro Lair. Inteligencia Aplicada)

DINÁMICAS DE GRUPO REALIZADAS.

(Adaptación tomada Dinámica y Juegos EducarChile)

LA MADEJA DE LANA

Se colocan todas las personas en círculo y el guía toma una madeja de lana y cuenta cómo se llama, qué hace, sus pasatiempos, etc. Cuando termina, le tira la madeja de lana a cualquier persona que quiera, pero sin soltarla punta. Luego los demás hacen lo mismo, tiran la madeja sujetándola de una punta y se va creando una especie de tela de araña.

Lo ideal es que después se pueda desenredar

EL PAÑUELO.

Consiste en dividir el grupo en dos partes iguales, cuando lo hagan deberán colocar un nombre al equipo. Se formaran de menor a mayor en forma de columna separado cada equipo por cierta distancia y empezaran a colocarle un número a cada persona (ej.: el más pequeño es el número 1 el que le sigue 2, y así sucesivamente).Después se deberá colocar un pañuelo en el medio de los dos equipos. La dinámica comienza cuando el líder o el que está dirigiendo la dinámica dice por ejemplo lo siguiente: “el numero 3 por abajo”, que quiere decir el numero 3 debe salir de la columna y el resto de sus compañeros deben abrir las piernas para que el numero 3 pase por debajo de los compañeros de su equipo, cuando salga de abajo deberá tomar el pañuelo. Otro ejemplo puede ser: el numero 5 por arriba, el 5 debe salir de la columna y el resto de los compañeros deben agacharse para que

el numero 5 pase por arriba, después deberá tomar el pañuelo. La dinámica acaba cuando unos de los dos equipos tengan más puntuación

EL ARCO IRIS.

Se hacen cuatro filas, cada una es un color, por ejemplo: rojo, amarillo, azul y verde. Hay una persona que va diciendo los colores, cuando dicen el color de tu fila te sientas, y cuando dicen el color de otra fila distinta a la tuya esa fila se levanta, y cuando se dice arco iris todos se sientan.

CARIÑITO AL PELUCHE:

Consiste en colocarse todos los alumnos en círculo y pasar un peluche donde los alumnos deberán darle un cariñito. Luego el cariñito que le dieron al peluche se lo deberán hacer al compañero de al lado.

TEMPESTAD:

Con esta dinámica lo que se busca es lograr la atención, habilidad, entretenimiento y diversión del grupo. Para llevarla a cabo el orientador debe pedir la total colaboración de los participantes, quienes tendrán que formar un círculo sentados en sus respectivas sillas de trabajo. Luego de esto, es momento de explicar al grupo la dinámica.

La actividad consiste en lo siguiente. Cuando el orientador diga "*Ola a la derecha*", los integrantes del grupo deberán pararse, realizar un giro a la derecha y volver a sentarse. Cuando el orientador diga "*Ola a la izquierda*", los participantes harán lo mismo pero hacia el otro sentido. Cuando el orientador diga "*Tempestad*", todos los integrantes tendrán que cambiarse de asientos. Aquel que quede de pie tendrá que pagar una penitencia. Existirá

uno que quede de pie porque el orientador, que se encuentra de pie, también se sentará en una de las sillas.

LA CARGA ELÉCTRICA:

El objetivo de esta dinámica es integrar y divertir al grupo. Esta actividad también es sencilla: Los participantes deberán formar un círculo. Posteriormente el orientador deberá elegir uno de ellos y pedirle que se aleje, convirtiéndose este en el voluntario. En ese momento elegirá uno de los restantes, le dirá que tiene carga eléctrica, y le explicará al grupo que cuando el voluntario coloque su mano sobre la cabeza de quien tenga la carga, ellos deberán gritar, bailar, moverse, etc.. Lo siguiente será llamar al voluntario y explicarle que uno de los presentes tiene carga eléctrica, y que deberá concentrarse e ir tocando la cabeza de cada uno de ellos para descubrir quién es, y que una vez que lo haga avise quién es

El Sapo y la Rosa

Había una vez una rosa roja muy hermosa y bella. Se sentía de maravillas al saber que era la rosa más bella del jardín.

Sin embargo, se daba cuenta de que la gente la veía de lejos.

Un día notó que a su lado siempre había un sapo grande y oscuro y que era por eso que nadie se acercaba a verla de cerca.

Indignada ante lo descubierto, le ordenó al sapo que se fuera de inmediato; el sapo muy obediente dijo: "Esta bien, si así lo quieres...."

Poco tiempo después, el sapo pasó por donde estaba la rosa y se sorprendió al verla totalmente marchita, sin hojas y sin pétalos.

Le dijo entonces: -"Vaya que te ves muy mal. ¿Que te pasó?"

La rosa contestó: - "Es que desde que te fuiste, las hormigas me han comido día a día y nunca pude volver a ser igual"

El sapo solo contestó: -"Pues claro, cuando yo estaba aquí me comía a esas hormigas y por eso siempre eras la más bella del jardín"

← PARA PENSAR:

Muchas veces despreciamos a los demás por creer que somos más que ellos, más bellos o simplemente que no nos sirven para nada.

Dios no hace a nadie para que sobre en este mundo. Todos tenemos algo especial que hacer, algo que aprender de los demás o algo que enseñar y nadie debe despreciar a nadie. No vaya a ser que esa persona nos haga un bien del que ni siquiera seamos conscientes de ello.



Adaptación tomada de los Cuentos de la profesora Gahastra

PEDRO MUCHO MIEDO

Había una vez un niño que tenía miedo de todo: Pedro no quería correr, Pedro no quería saltar, Pedro no quería salir, Pedro no quería ir..., ni quería volver, está claro. Así que Pedro poca cosa hacía y con poca cosa se atrevía. Pero un día mientras papá y mamá preparaban la cena, Pedro descansaba en el sofá mirando la tele y... Tenía hambre y allá encima de la mesita habían quedado dos galletas de la merienda... Pedro fue a cogerlas pero al hacerlo no vio que al lado había quedado un vaso medio vacío de zumo y, al tomar las galletas, sin querer lo hizo caer. La mala suerte quiso que el vaso era de cristal y, al caer junto a su pie, se rompió y le hizo un corte. Uy, ¡y qué corte! Fueron al hospital y lo tenían que coser. Pedro estaba muerto de miedo, claro, pero la doctora le dijo: “¿Sabes, Pedro? El miedo no nos salva de nada que tenga que pasar. Con o sin miedo yo te coseré, con o sin miedo otro día te volverás a hacer daño. Deja que el miedo te hable, ¿sí? Pero no la dejes que te grite, puesto que si lo haces no te dejará nunca ser valiente”

Desde aquel día a Pedro ya no le pudieron llamar MUCHO MIEDO. Pedro ya quería correr, ya quería saltar, ya quería salir, ya quería ir y... está claro, ya quería volver.

Adaptación tomada del Libro Cuentos Interactivos del “mundo al revés”



EN LA CARPINTERÍA...



Cuentan que en una carpintería hubo una extraña asamblea. Fue una reunión de herramientas para arreglar diferencias.

El martillo ejerció la presidencia, pero la asamblea le notificó que tenía que renunciar. ¿La causa? ¡Hacía demasiado ruido! Y además, se pasaba todo el tiempo golpeando.

El martillo aceptó su culpa; pero pidió que también fuera expulsado el tornillo; dijo que había que darle muchas vueltas para que sirviera de algo.

Ante el ataque, el tornillo aceptó también, pero a su vez pidió la expulsión de la lija. Hizo ver que era muy áspera en su trato y siempre tenía fricciones con los demás.

Y la lija estuvo de acuerdo, a condición de que fuera expulsado el metro que siempre se la pasaba midiendo a los demás según su medida, como su fuera el único perfecto.

En eso entró el carpintero, se puso el delantal e inició su trabajo. Utilizó el martillo, la lija, el metro y el tornillo.

Finalmente la tosca madera inicial, se convirtió en un lindo mueble.

Cuando la carpintería quedó nuevamente sola, la asamblea reanudó la deliberación.

Fue entonces cuando tomó la palabra el serrucho y dijo: "Señores, ha ha quedado demostrado que tenemos defectos, pero el carpintero trabaja con nuestras cualidades. Eso es lo que nos hace valiosos. Así que no pensemos ya en nuestros puntos malos y concentrémonos en la utilidad de los puntos buenos".

La asamblea encontró entonces que el martillo era fuerte, el tornillo unía y daba fuerza, la lija era especial para afinar y limar asperezas y observaron que el metro era preciso y exacto. Se sintieron entonces un equipo capaz de producir muebles de calidad.

Se sintieron orgullosos de sus cualidades y de trabajar juntos.



» PARA PENSAR:

Escucha al carpintero, deja tus defectos de lado y los de los demás.

Ponte a trabajar con los que tienes a tu alrededor y verás cuán grandes cosas lograrás.

Adaptación tomada de un Cuento Asamblea en la Carpintería

LA ISLA DE LOS SENTIMIENTOS

Érase una vez una isla donde habitaban todos los sentimientos: la Alegría, la Tristeza y muchos más, incluyendo el Amor. Un día, se les fue avisando a los moradores, que la isla se iba a hundir. Todos los sentimientos se apresuraron a salir de la isla, se metieron en sus barcos y se preparaban a partir, pero el Amor se quedó, porque se quería quedar un rato más con la isla que tanto amaba, antes de que se hundiese.

Cuando por fin, estaba ya casi ahogado, el Amor comenzó a pedir ayuda. En eso venía la Riqueza y el amor dijo: ¡Riqueza, llévame contigo! No puedo, hay mucho oro y plata en mi barco, no tengo espacio para ti, dijo la riqueza. El Amor le pidió ayuda a la Vanidad, que también venía pasando: ¡Vanidad, por favor ayúdame! No te puedo ayudar, Amor, tú estás todo mojado y vas a arruinar mi barco nuevo.

Entonces, el Amor le pidió ayuda a la Tristeza: Tristeza, me dejas ir contigo?

Ay Amor, estoy tan triste que prefiero ir sola.

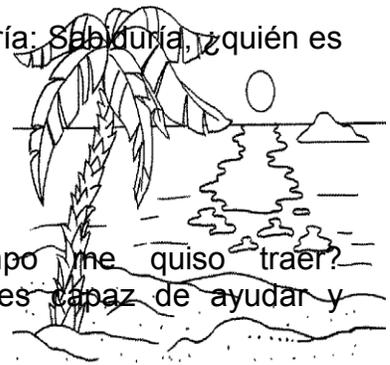
También pasó la Alegría, pero ella estaba tan alegre que ni oyó al Amor llamar.

Desesperado, el Amor comenzó a llorar, ahí fue cuando una voz le llamó: Ven, Amor, yo te llevo. Era un viejito, y el Amor estaba tan feliz que se le olvidó preguntarle su nombre.

Al llegar a tierra firme, le preguntó a la Sabiduría: Sabiduría, ¿quién es el viejito que me trajo aquí?

La Sabiduría respondió: Es el Tiempo.

¿El Tiempo? Pero, ¿por qué sólo el Tiempo me quiso traer?
La Sabiduría respondió: Porque sólo el Tiempo es capaz de ayudar y entender al Amor.



www.leonismoargentino.com.ar/RefIsla.htm

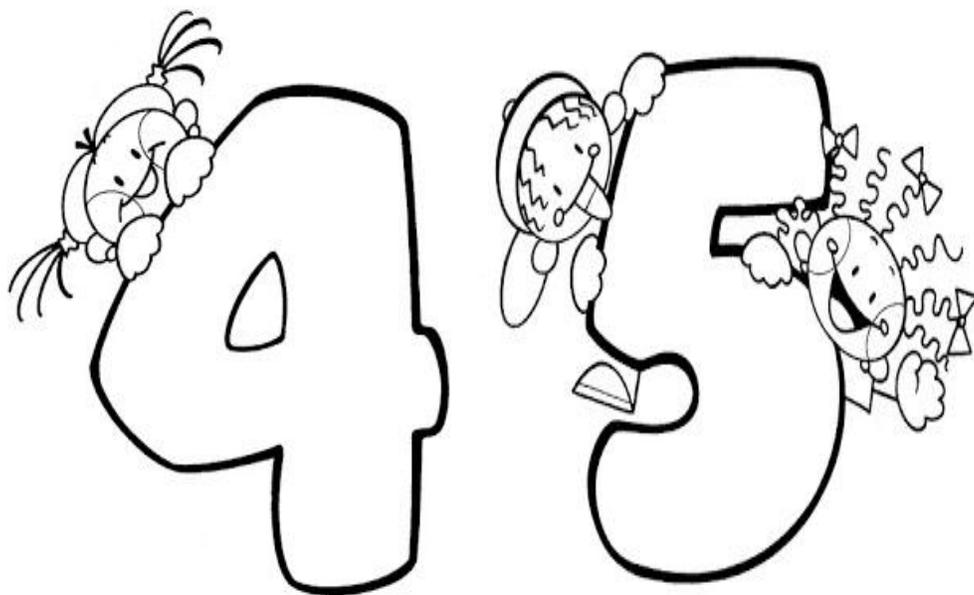
Anexo D
Actividades Realizadas

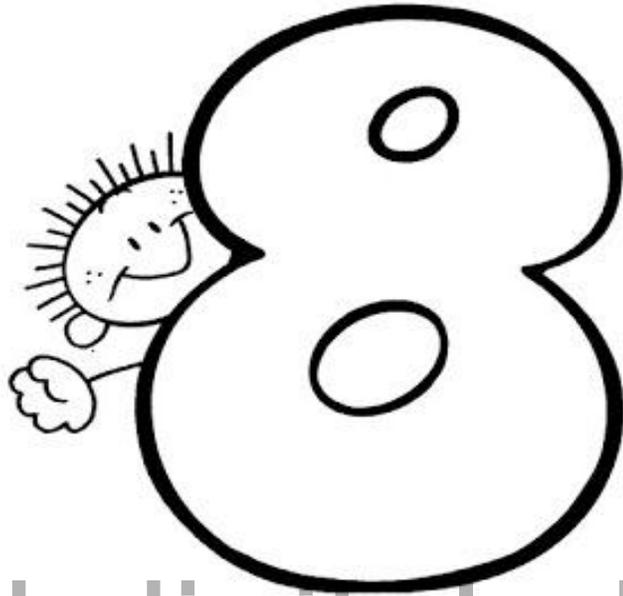
www.bdigital.ula.ve

Carteles de Números Naturales



www.bdigital.ula.ve

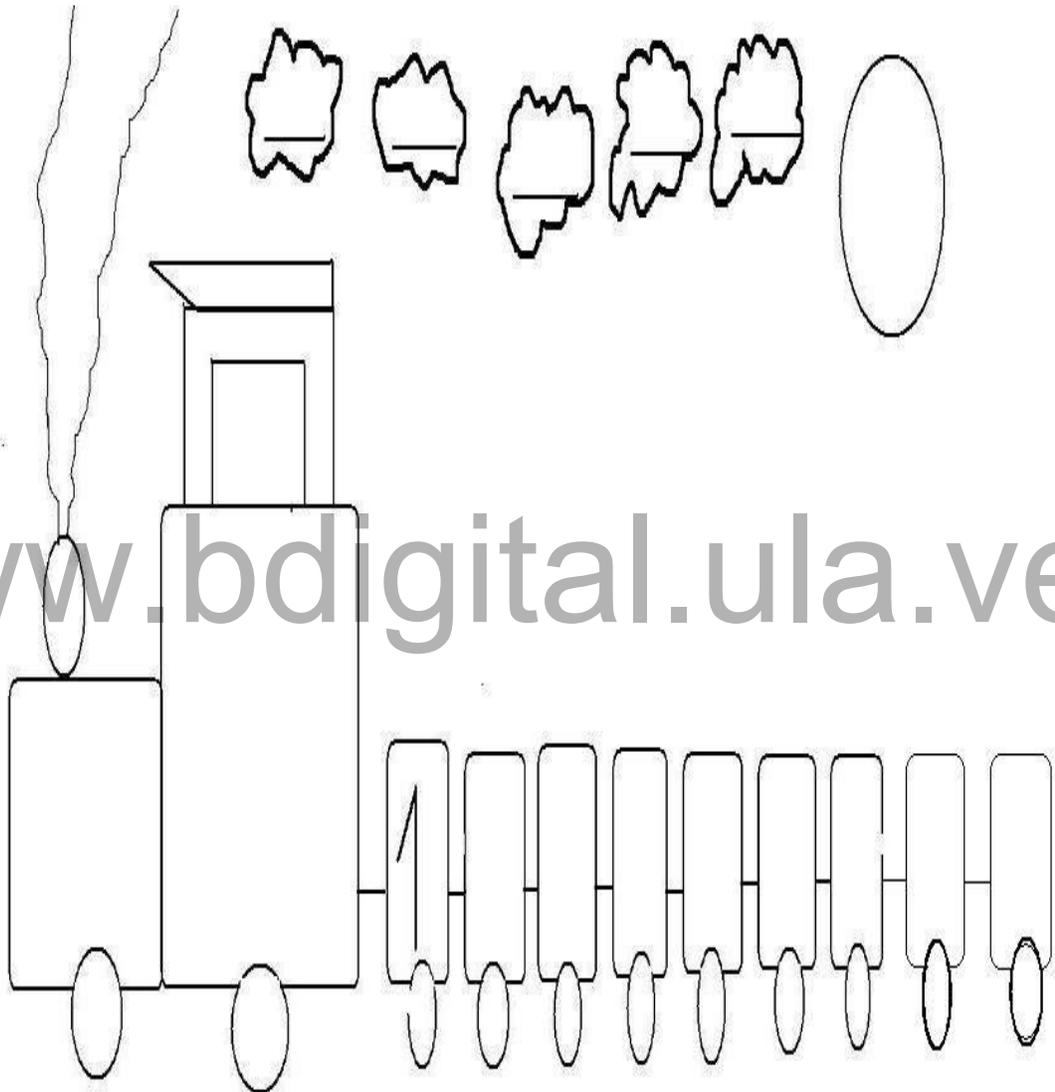




www.bdigital.ula.ve



Escribe dentro de cada vagón del tren los números naturales, luego colorea como mejor te guste.

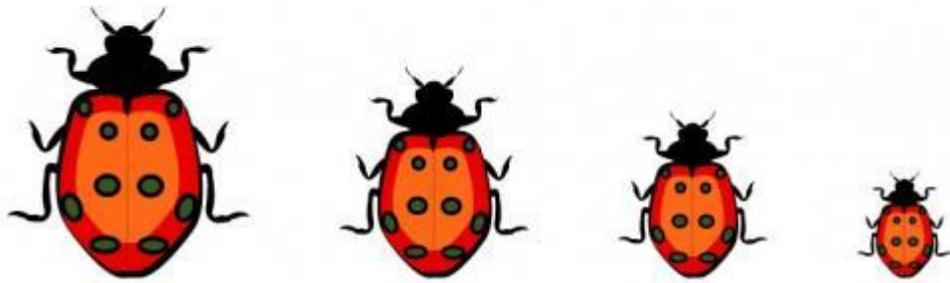
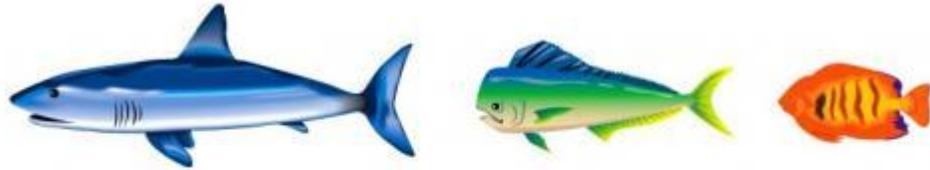


www.bdigital.ula.ve

Continúa la serie de números en los vagones y escribe las vocales en las nubes

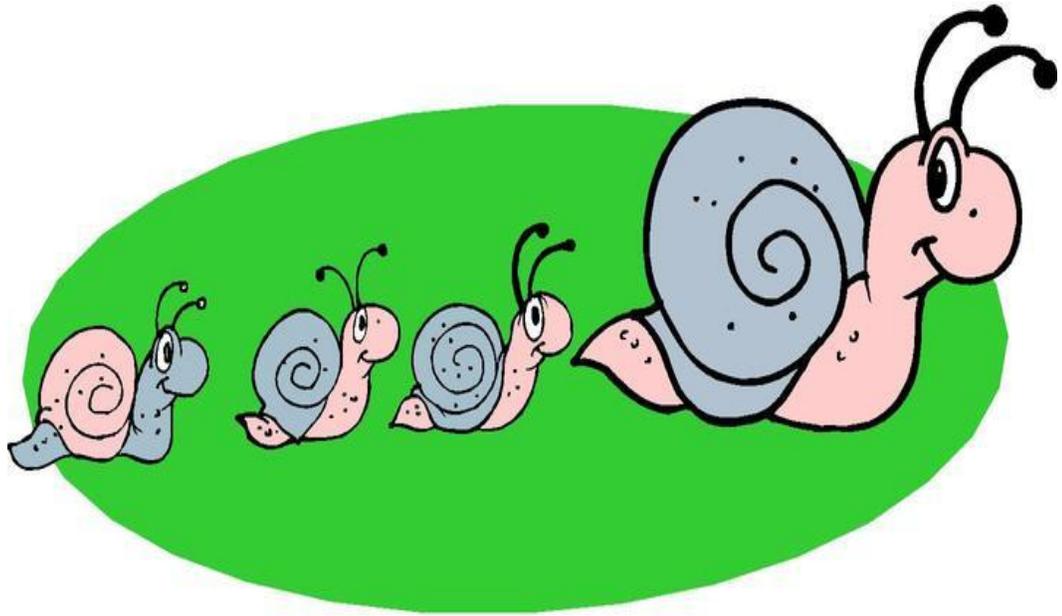
cuentosparacolorear.com

Carteles utilizados en la clase de Seriación



www.bdigital.ula.ve





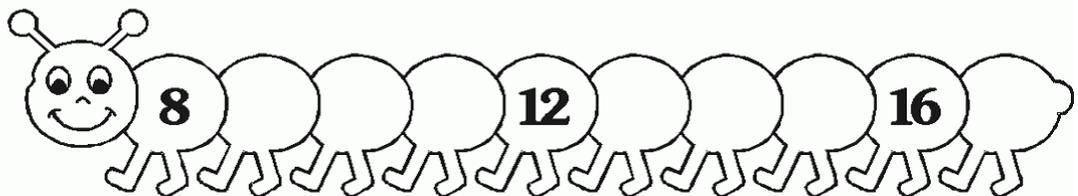
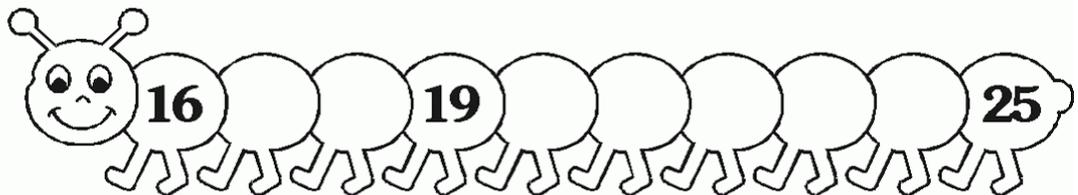
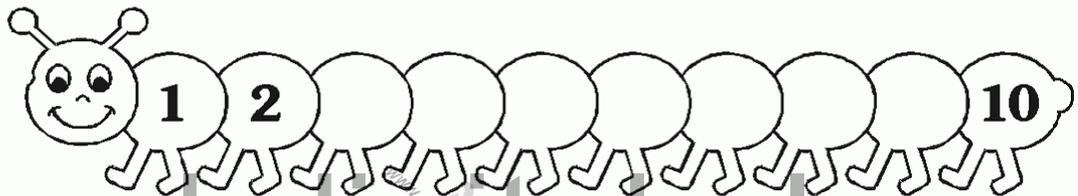
www.bdigital.ula.ve



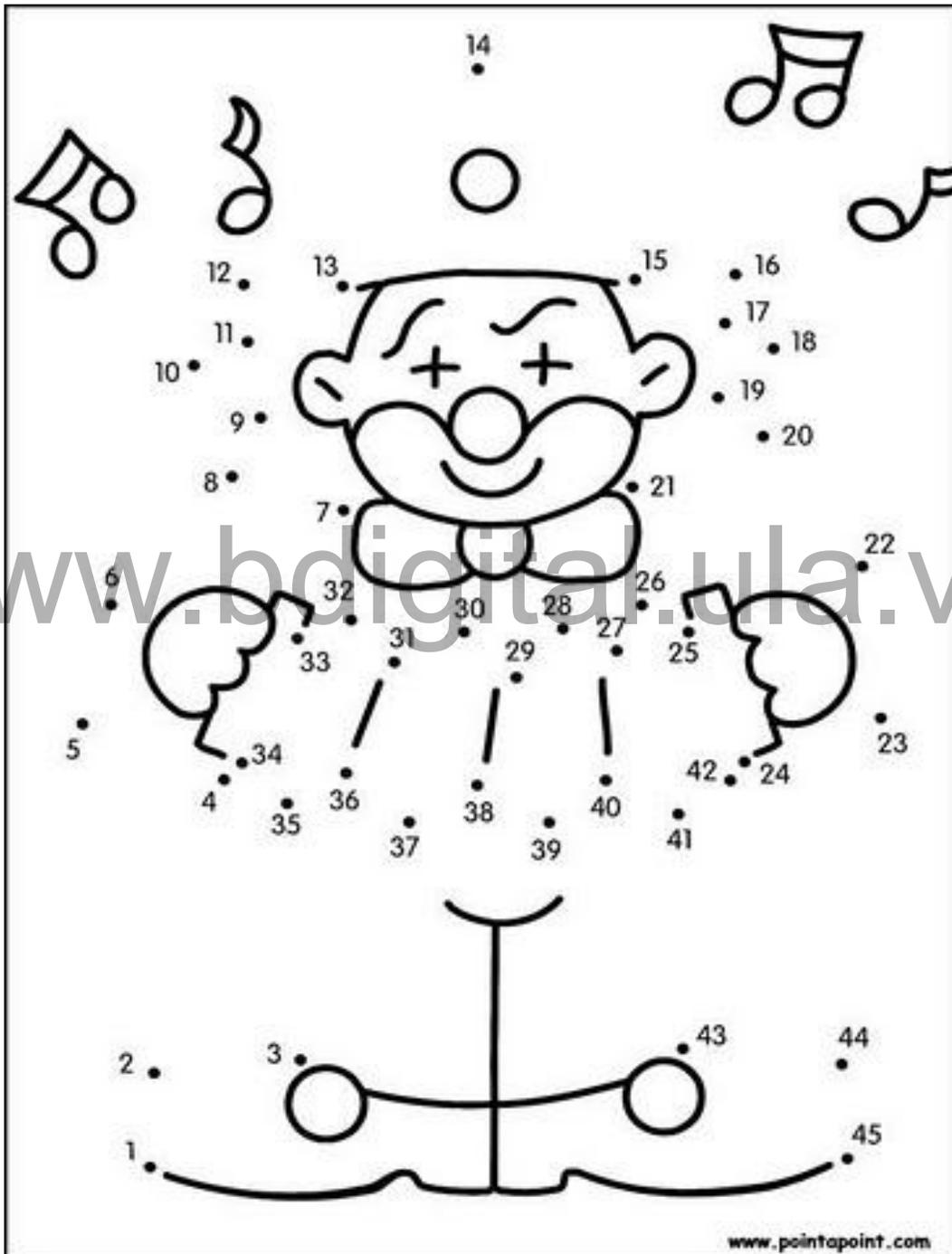


SERIES NUMÉRICAS

► *Completa la serie de números*



Actividad: **Serpiente de Números**. Hallar la figura escondida siguiendo la secuencia



Cartel utilizado para explicar el orden de los números



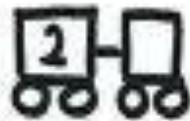
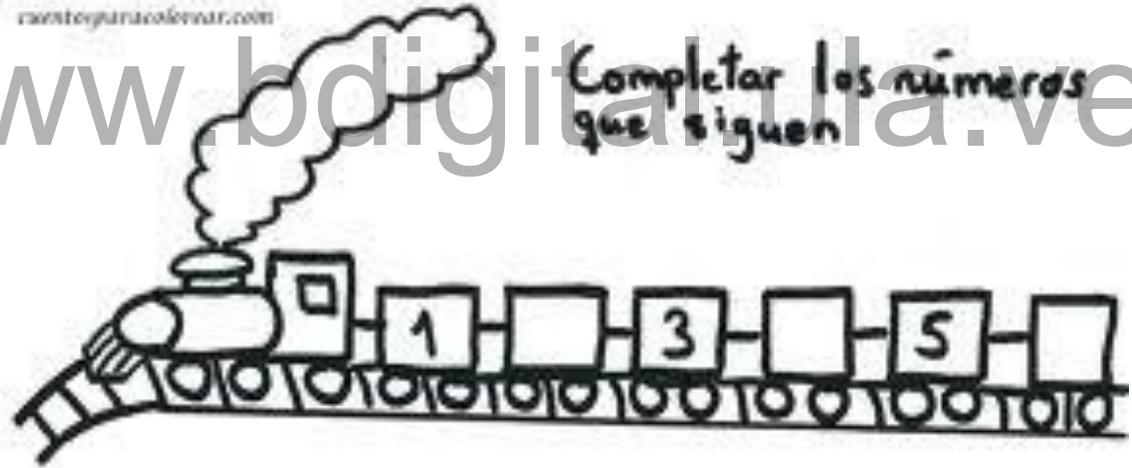
,ñ

0

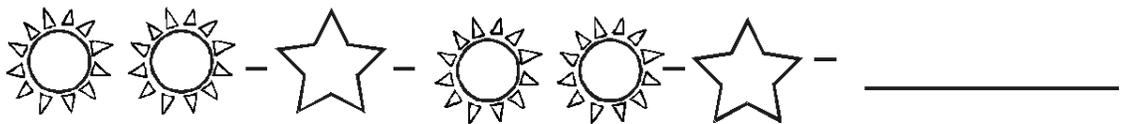
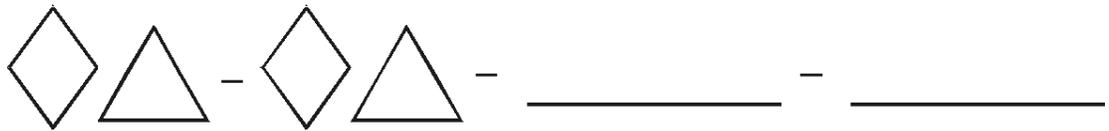
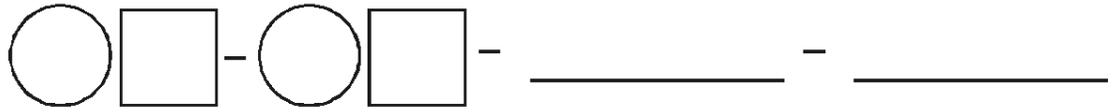
raonteguaracolennr.com

www.bdigitala.ve

Completar los números que siguen



► **Continua con la serie:**



www.bdigital.ula.ve

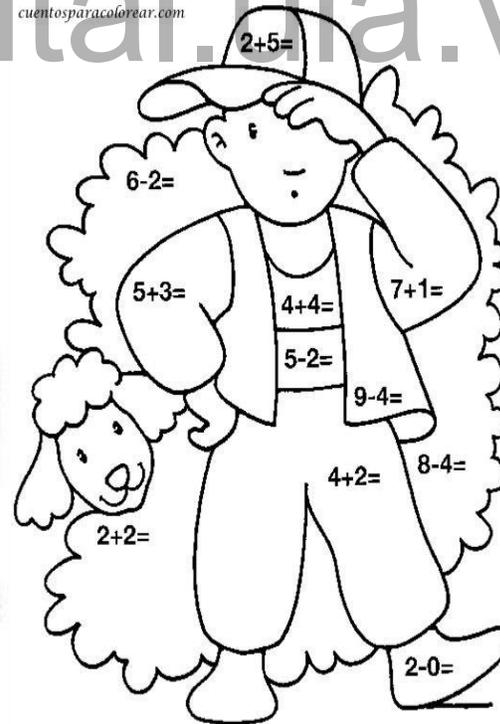
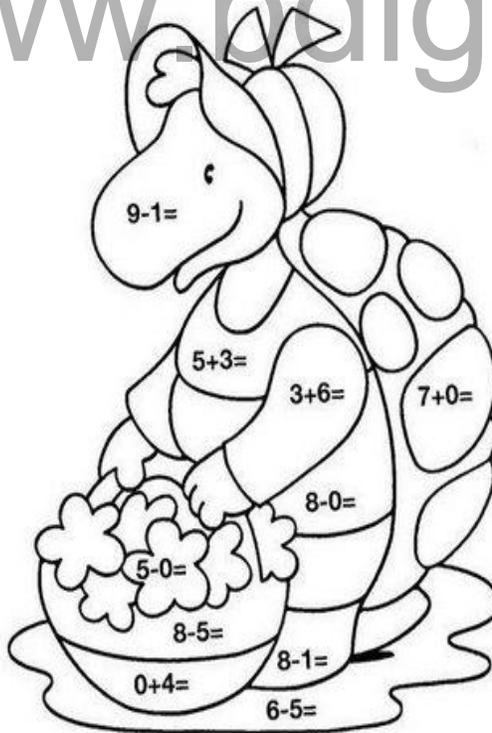
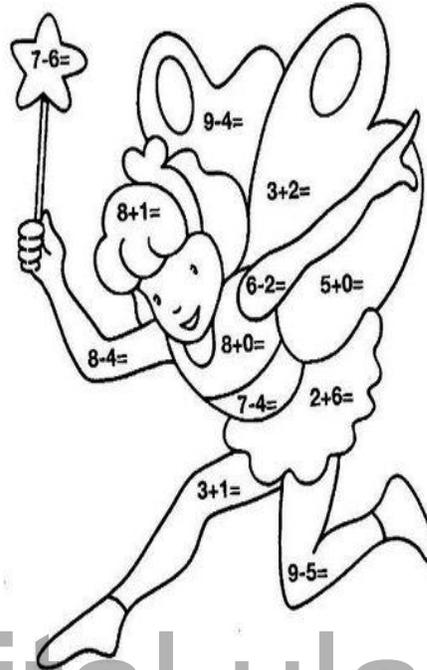
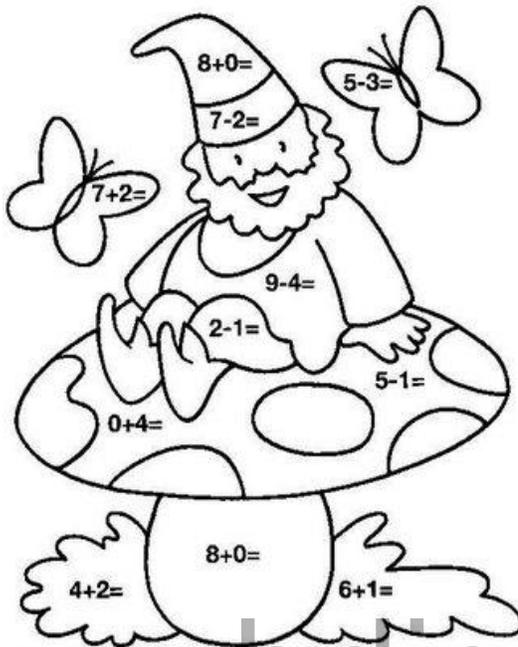
Cartel visual utilizado para la explicación de la Adición.



Cartón del juego "Lotería de Sumas"

$8+5=$	$13+7=$	$24+5=$	$11+22=$	$53+7=$
$12+62=$	$37+4=$	$24+9=$	$2+6=$	$9+1=$
$33+4=$	$10+7=$	$5+46=$	$78+3=$	$92+2=$
$16+8=$	$3+12=$	$21+1=$	$63+5=$	$2+7=$
$4+4=$	$7+7=$	$33+4=$	$48+1=$	$87+3=$

Material fotocopiado utilizado en la actividad del día 05/05/2013



www.digitalula.ve

cuentosparacolorear.com

S U M A S

 +  =	
 +  =	
 +  =	
 +  =	
 +  =	

www.bdigital.ula.ve

 +  =	
 +  =	
 +  =	
 +  =	
 +  =	

Material fotocopiado utilizado en la actividad del día 06/05/2013

FICHA N°

NOMBRE _____

$$\begin{array}{r} 4 \\ + 3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ + 3 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ + 4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 9 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 5 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 3 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 2 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 8 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 8 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 1 \\ + 5 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 1 \\ + 8 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 7 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 8 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ + 4 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 9 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 4 \\ + 2 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 1 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

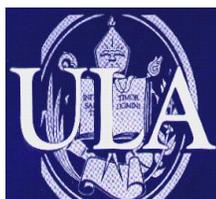
$$\begin{array}{r} 8 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 8 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 6 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

$$\begin{array}{r} 9 \\ + 1 \\ \hline \end{array}$$

www.bdigital.ula.ve



APROBACIÓN DE TUTORÍA

Yo, Profesora María Guadalupe Maldonado, mayor de edad, titular de la Cédula de Identidad N° V-12.038.670, adscrita al Departamento de Ciencias Pedagógicas, en mi condición de: TUTORA del Trabajo de Grado titulado: **TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA ALUMNOS DE PRIMER GRADO**, presentado por las Bachilleres: **YESSIYAKEL CASTRO**, Cédula de Identidad N° V-12.039.325 y **RAQUEL VALERO**, Cédula de Identidad N° V-16.533.191 como requisito académico para optar al título de Licenciadas en Educación, Mención Básica Integral; por medio de la presente hago constar que dicho trabajo reúne los requisitos mínimos para ser sometido a la evaluación y presentación pública por parte del jurado designado por la Comisión de Trabajo de Grado del Departamento de Ciencias Pedagógicas del Núcleo Universitario Rafael Rangel.

En la ciudad de Trujillo, a los ____ días del mes de _____ de 2014.

Atentamente:

Prof. M^a Guadalupe Maldonado

C.I: V-12.038.670

Tutora



**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
NÚCLEO UNIVERSITARIO "RAFAEL RANGEL"
DEPARTAMENTO DE CIENCIA PEDAGÓGICAS
PAMPANITO ESTADO TRUJILLO**

ACTA DE APROBACIÓN DEL JURADO

El Jurado aprueba el Trabajo de Grado: **TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA ALUMNOS DE PRIMER GRADO**, que las Bachilleres: **YESSIYAKEL CASTRO**, Cédula de Identidad N° **V-12.039.325** y **RAQUEL VALERO**, Cédula de Identidad N° **V-16.533.191** presentaron para optar al Grado de Licenciados en Educación Básica Integral. Ha sido aprobado en nombre de las Autoridades del Núcleo Universitario Rafael Rangel, por el jurado examinador, en Pampanito a los _____ días del mes de _____ del 2014

C.I. _____

Jurado

C.I. _____

Jurado

C.I. _____

Tutora

AGRADECIMIENTO

A Dios Todopoderoso, por ser nuestro Creador, nuestro Padre, Amigo y confidente incondicional, es él quien nos da fuerza, tanto espiritual, moral como intelectual.

A la Universidad de los Andes, Núcleo Rafael Rangel (ULA-NURR), por contribuir en nuestra formación académica y brindarnos la oportunidad de formarnos como Profesionales.

A nuestra tutora, Prof. María Guadalupe Maldonado, gracias por dedicarnos su tiempo para hacer de este sueño una realidad.

A nuestros compañeros y compañeras de estudio; gracias por brindarnos una sincera amistad.

A Todos Mil Gracias...

YESSI y RAQUEL

DEDICATORIA

A Dios Todopoderoso y a la Virgen María primordialmente por darme la vida, salud, por darme entendimiento, fortaleza, sabiduría y paciencia, que me han brindado hasta hoy, por haberme permitido alcanzar una de las metas más anheladas de mi vida.

A mis Padres, quienes con sus consejos y amor lograron hacer de mí una mejor persona, enseñándome a tolerar todas las adversidades y desafíos que se han presentado a lo largo de mi vida. Este es su triunfo. “LOS AMO”.

A mi Hija: **María Fernanda**; quien ha sido el mejor regalo que me ha dado Dios, eje y pilar fundamental en mi vida. Por ti y para ti este tan anhelado triunfo Hija. **TE AMO...**

A mis Amigos y demás familiares por el apoyo incondicional, por sus consejos y bendiciones. Los quiero mucho.

A todos, gracias por el Apoyo y Cariño recibido.

Yessi

DEDICATORIA

La vida nos da la oportunidad de crear, de construir y también de destruir, en todos esta la capacidad de decidir. En mi camino Dios ha estado conmigo aunque largo y pesado muchas veces me pareció la travesía hoy llegue a la meta a su lado Bendito seas mi Dios.

Mas la vida no se recorre físicamente sola, en ella nuestros seres queridos nos acompañan, nos abrigan y en esos momentos cuando ya no quieres levantarte están a tu lado. Para mí, mis queridos Padres han sido esos pilares que han guiado mi vida al Éxito y me han dado lo mejor de ellos, gracias a ustedes escogí crear y construir. Dios en su amor los Bendiga ciertamente esta en mi decir que **LOS AMO!**

A mi hermano y hermanas por siempre estar a mi lado en los mejores momentos de alegría y tristeza. **(RaRuTa)**

A todos mis seres queridos quienes siempre han confiado en mí. Ayudándome de manera incondicional y a todas aquellas personas que de una u otra forma me apoyaron para culminar mi meta. Eternamente Gracias

Raquel

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
APROBACIÓN DEL TUTOR	iii
APROBACIÓN DEL JURADO	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIAS	vi
ÍNDICE GENERAL	viii
ÍNDICE DE CUADROS	x
RESUMEN	xi
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	4
PROBLEMA	4
Planteamiento del Problema	4
Objetivos de la investigación	8
Objetivo General	8
Objetivos Específicos	8
Justificación de la Investigación	8
Delimitación	10
CAPITULO II	11
MARCO TEÓRICO	11
Antecedentes	11
Bases Teóricas	15
Teoría Constructivista	15
La aproximación constructivista del aprendizaje y la enseñanza	18
Teoría Cognitiva	20
Súper aprendizaje	25
Técnicas y Estrategias del Súper aprendizaje	31
Sugestopedia	43
La Sofrología	44
Estrategias de Aprendizaje	46
Estrategias didácticas	51
Perfil del Docente del siglo XXI	52
CAPITULO III	54
MARCO METODOLOGICO	54
Tipo de Investigación	54
Diseño de la Investigación	55
Población	55

Muestra	55
Instrumento de recolección de datos	56
Plan de Acción	56
Técnica de procesamiento de información	57
CAPÍTULO IV	58
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	58
Análisis de los Resultados	58
Análisis del guion de entrevista aplicado	62
CAPÍTULO V	62
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	62
Conclusiones	62
Recomendaciones	64
CAPÍTULO VI	69
PROPUESTA	70
Presentación	71
Justificación	73
Fundamentación Teórica	74
Objetivos de la Propuesta	79
Estructura de la Propuesta	80
Cronograma de Actividades del Plan de Acción	82
Descripción de las Actividades del Plan de Acción	90
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	102
ANEXOS	105

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadros	Pág
Cuadro N° 1	61
Triangulación de los Resultados	61
Cuadro N° 2	82
Primera Semana del Plan de Acción (Actividades)	82
Cuadro N° 3	83
Segunda Semana del Plan de Acción (Actividades)	83
Cuadro N° 4	84
Tercera Semana del Plan de Acción (Actividades)	84
Cuadro N° 5	85
Cuarta Semana del Plan de Acción (Actividades)	85
Cuadro N° 6	86
Quinta Semana del Plan de Acción (Actividades)	86
Cuadro N° 7	87
Quinta Semana del Plan de Acción (Actividades)	87
Cuadro N° 8	88
Sexta Semana del Plan de Acción (Actividades)	88
Cuadro N° 9	89
Cronograma de Aplicación de Actividades	89



UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
NÚCLEO UNIVERSITARIO "RAFAEL RANGEL"
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS PEDAGÓGICAS
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
MENCIÓN BÁSICA INTEGRAL
TRUJILLO – VENEZUELA

TÉCNICAS DEL SUPERAPRENDIZAJE COMO ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PARA ALUMNOS DE PRIMER GRADO

Autoras:

Br. Yessiyakel Castro

Br. Raquel Valero

Tutora:

Lic. M^a Guadalupe Maldonado

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo Proponer las Técnicas de Superaprendizaje como estrategia de enseñanza para los alumnos de 1er Grado de Educación Básica del Colegio Privado "República de Venezuela", del municipio Valera del estado Trujillo. El trabajo planteado estuvo enmarcado bajo un diseño de Campo, enfocada en el tipo de investigación proyectiva. La población fue conformada por las tres (03) secciones (A, B, C) del Primer Grado de la Institución antes mencionada, de los cuales se tomó como muestra el Primer Grado Sección "B", conformado por 15 niños y 21 niñas para un total de 36 estudiantes, como técnica de recolección de datos se elaboró una entrevista estructurada con el fin de conocer si las docentes tenían conocimiento de la técnica del Superaprendizaje.

Palabras Claves: Aprendizaje, Enseñanza, Superaprendizaje, Técnicas, Estrategias Didácticas.