



UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y

POSGRADO

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO PREVIO A LA
OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:**

MAGISTER EN EDUCACIÓN MENCIÓN LINGÜÍSTICA Y LITERATURA

TEMA:

LA PRÁCTICA DELIBERADA EN LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA:

IMPLICACIONES EN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS

COMUNICATIVAS.

Autora:

Diana Paola Vega Cocha

Directora:

Ana Jacqueline Noblecilla Olaya. PhD.

Milagro, 2025

DERECHOS DE AUTOR

Sr. Dr.

Fabrizio Guevara Viejó

Rector de la Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Yo, Diana Paola Vega Cocha en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales de este informe de investigación, mediante el presente documento, libre y voluntariamente cedo los derechos de Autor de este proyecto de desarrollo, que fue realizada como requisito previo para la obtención de mi Grado, de Magister en Educación mención Lingüística y Literatura, como aporte a la Línea de Investigación Educación, cultura, tecnología en innovación para la sociedad de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada. Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de este Proyecto de Investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior. El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, 19 de enero de 2025

Diana Paola Vega Cocha

CI: 1718897380

Correo: dannavegac@hotmail.com

Celular: 0960174332

APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Ph.D. Ana Jacqueline Noblecilla Olaya en mi calidad de directora del trabajo de titulación, elaborado por Diana Paola Vega Cocha, cuyo tema es: La práctica deliberada en la expresión oral y escrita: Implicaciones en el desarrollo de competencias comunicativas, que aporta a la Línea de Investigación Educación, Cultura, Tecnología en Innovación para la Sociedad, previo a la obtención del Grado Magister en Educación, mención Lingüística y Literatura. Trabajo de titulación que consiste en una propuesta innovadora que contiene, como mínimo, una investigación de calidad y formas requeridos, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de Informe de Investigación de la Universidad Estatal de Milagro.

Milagro, 19 de enero del 2025

Docente Tutora:
Ana Jacqueline Noblecilla Olaya Ph. D
CI: 0912652252

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO FACULTAD DE POSGRADO ACTA DE SUSTENTACIÓN MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN LINGÜÍSTICA Y LITERATURA

En la Facultad de Posgrado de la Universidad Estatal de Milagro, a los once días del mes de abril del dos mil veinticinco, siendo las 10:00 horas, de forma VIRTUAL comparece el/la maestrante, VEGA COCHA DIANA PAOLA, a defender el Trabajo de Titulación denominado "LA PRÁCTICA DELIBERADA EN LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA: IMPLICACIONES EN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS COMUNICATIVAS", ante el Tribunal de Calificación integrado por: Msc BURGOS MENDIETA DIANA JESUS, Presidente(a), Master LUCAS MOREIRA OSCAR DANIEL en calidad de Vocal; y, Ph.D BRAVO ALVARADO RUFINA NARCISA que actúa como Secretario/a.

Una vez defendido el trabajo de titulación; examinado por los integrantes del Tribunal de Calificación, escuchada la defensa y las preguntas formuladas sobre el contenido del mismo al maestrante compareciente, durante el tiempo reglamentario, obtuvo la calificación de: 99.50 equivalente a: EXCELENTE

Para constancia de lo actuado firman en unidad de acto el Tribunal de Calificación, siendo las 11:00 horas.



Facultad de Investigación y Posgrado
DIANA JESUS BURGOS
MENDIETA

Msc BURGOS MENDIETA DIANA JESUS
PRESIDENTE/A DEL TRIBUNAL



Facultad de Investigación y Posgrado
OSCAR DANIEL LUCAS
MOREIRA

Master LUCAS MOREIRA OSCAR DANIEL
VOCAL



Facultad de Investigación y Posgrado
RUFINA NARCISA
BRAVO ALVARADO

Ph.D BRAVO ALVARADO RUFINA NARCISA
SECRETARIO/A DEL TRIBUNAL



Facultad de Investigación y Posgrado
DIANA PAOLA VEGA
COCHA

VEGA COCHA DIANA PAOLA
MAGÍSTER

DEDICATORIA

Con todo mi cariño y amor.

En todos los espacios que me encuentro, admiro, imploro y ruego que nunca me falte, sonrisas, travesuras, amor sin medidas, aprendizajes, conversaciones tiernas; y todo aquello que sus nombres bañan de fe mi vida; y brindan con sinceridad su amor de hijos y esposo — Para ustedes mis triunfantes y gigantes del presente y futuro — Aylín y Amaru — Para ti Franklin con mucho amor y aprecio. Los amo.

Para aquella madre que busca siempre la paz, y tranquilidad, y llena de bendiciones nuestras existencias — Para ti mami Loli — Y como no expresar mis sentimientos hacia mis hermanos y sobrinos a ellos con gratitud y aprecio. Los amo.

Sentir el cariño y amor por Supay, me ha convertido en un ser humano más sensible, y donde quiera que este, ruego que estes bien, te seguiré buscando—Para mi Kira hermosa, quien nos acompaña en cada paso que damos. Los amo.

Vega Cocha Diana Paola

AGRADECIMIENTOS

Expreso mi más profundo agradecimiento a la Universidad Estatal de Milagro por brindarme un espacio académico de formación integral, donde el conocimiento, el pensamiento crítico y la reflexión constante han sido pilares fundamentales en mi desarrollo profesional y personal.

Agradezco también a los docentes de esta prestigiosa institución, en especial a la docente Ana Jacqueline Noblecilla Olaya Ph.D, cuya dedicación, guía y compromiso con la excelencia académica han sido una fuente de inspiración a lo largo de este proceso. Su apoyo incondicional y sus enseñanzas han contribuido significativamente al desarrollo de esta investigación, permitiéndome explorar nuevos horizontes y aportar al fortalecimiento de las competencias comunicativas en el ámbito universitario.

Vega Cocha Diana Paola

RESUMEN

La investigación aborda el tema de la práctica deliberada como metodología del aprendizaje para el desarrollo de competencias comunicativas en estudiantes de nivelación universitaria, enfocándose en la expresión oral y escrita. Fundamentada en teorías y doctrinas, la práctica deliberada se presenta como un proceso estructurado que prioriza la retroalimentación, la repetición consciente y el esfuerzo enfocado para mejorar habilidades específicas. Por lo tanto, la investigación tiene como objetivo describir la práctica deliberada en el desarrollo de competencias comunicativas relacionadas con la expresión oral y escrita en los estudiantes de Nivelación de la Carrera de Sociología. Para esto, la investigación está basada en un enfoque sociocrítico y métodos cualitativos, que identificaron las barreras en la expresión oral y escrita; empleando entrevistas semiestructuradas y desde el análisis de contenido y bibliográfica documental. El estudio destacó factores macro como la desigualdad educativa y la diversidad lingüística, que impactan el aprendizaje. A nivel meso, resalta las carencias en infraestructura y formación docente en Ecuador, mientras que a nivel micro, analizó las limitaciones individuales de los estudiantes de nivelación. Los resultados evidencian avances significativos, aunque persisten retos como el tiempo limitado para la práctica y el acceso insuficiente a recursos tecnológicos. La investigación concluye que la práctica deliberada puede transformar la enseñanza universitaria al fomentar competencias comunicativas esenciales para el éxito académico y profesional, proponiendo una metodología que integra retroalimentación constante, autorregulación y adaptaciones pedagógicas en un marco inclusivo y participativo.

Palabras claves: *Práctica deliberada /expresión oral y escrita/ competencias comunicativas.*

ABSTRACT

The research addresses the topic of deliberate practice as a learning methodology for the development of communicative skills in university level students, focusing on oral and written expression. Based on theories and doctrines, deliberate practice is presented as a structured process that prioritizes feedback, conscious repetition, and focused effort to improve specific skills. Therefore, the research aims to explain deliberate practice in the development of communicative skills related to oral and written expression in level students of the Sociology Degree. For this, the research is based on a sociocritical approach and qualitative methods, in which it identified the barriers in oral and written expression, using semi-structured interviews and from the bibliographic documentary analysis. The investigated study highlighted macro factors, such as educational inequality and linguistic diversity, that impact learning. At the meso level, it highlights the deficiencies in infrastructure and teacher training in Ecuador, while at the micro level, it analyzed the individual limitations of level students. The results show significant progress, although challenges persist, such as limited time for practice and insufficient access to technological resources. The research concludes that deliberate practice can transform university teaching by fostering communicative skills essential for academic and professional success, proposing a methodology that integrates constant feedback, self-regulation and pedagogical adaptations in an inclusive and participatory framework.

Keywords: *Deliberate practice / oral and written expression / communicative skills.*

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) de Lev Vygotsky.....	27
Tabla 2: El desarrollo de la resiliencia y la capacidad de enfrentar desafíos dentro del aula.....	32
Tabla 3: Técnicas para desarrollar competencias comunicativas en la expresión oral y escrita.....	40
Tabla 4: Población	48
Tabla 5: Muestra.....	49
Tabla 6: Instrumento guía - expresión oral y escrita (entrevista a los estudiantes de nivelación de la carrera de Sociología)	55
Tabla 7: Guía de instrumento - práctica deliberada (entrevista a docentes expertos)	59
Tabla 8: Operacionalización y conceptualización de las variables	62

INDICE

PORTADA.....	I
APROBACIÓN DEL DIRECTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	iii
APROBACION DEL TRIBUNAL.....	iv
DEDICATORIA.....	v
AGRADECIMIENTOS.....	vi
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
INDICE.....	x
Introducción:.....	1
Planteamiento del Problema:.....	3
Preguntas directrices:.....	5
Objetivo General.....	5
Objetivos Específicos:.....	5
Justificación:	6
CAPÍTULO I.....	9
MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.....	9
1.Antecedente Referencial.....	9
1.1 Marco Teórico	15
1.2 La práctica deliberada.....	15
1.2.1 Origen y fundamentos teóricos de la práctica deliberada.	15
1.2.2 Definición de práctica deliberada.	17
1.2.3.- La práctica deliberada como implementación en las aulas de clase.....	20
1.2.4 Beneficios de la práctica deliberada en las aulas.....	21
1.2.5.- Desafíos y limitaciones de la práctica deliberada.	22
1.2.6. Expresión oral y escrita.	23
1.2.7 Desarrollo de las competencias comunicativas.....	26
1.2.8 La técnica de las competencias en la expresión oral y escrita.	28
1.2.9. La práctica deliberada como metodología de enseñanza y aprendizaje....	30
1.2.10 Tratamiento Didáctico-Metodológico	32
CAPÍTULO II.....	34
METODOLOGÍA	34
2.Metodología:	34
2.1 Tipo de investigación:	34

2.2. 2 Diseño de la investigación:.....	34
2.2 Métodos:	35
2.2.1 Método empírico:	35
2.2.2 Métodos teóricos:	36
2.3 Técnicas e instrumentos:	36
2.3.1 Población y muestra.....	37
2.3.2 Métodos estadísticos.....	38
2.3.3 Idea a defender:.....	38
3. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS DE LA ENTREVISTA	39
CAPÍTULO IV	56
4.-Propuesta	56
Práctica Deliberada en la Expresión Oral y Escrita	56
5.- VALIDACIÓN	78
CONCLUSIÓN:	82
RECOMENDACIONES:	83
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:	84
ANEXOS:	89

Introducción:

La práctica deliberada es un enfoque metodológico ampliamente estudiado en diversas áreas del conocimiento (medicina, deporte, música) y en la actualidad la educación, donde se ha convertido en una estrategia clave para el desarrollo de habilidades complejas de enseñanza y aprendizaje. Para Ericsson, Krampe y Tesch-Römer (1993, p. 366), la práctica deliberada no se basa únicamente en la repetición, sino en la ejecución de actividades estructuradas con retroalimentación constante y ajustes progresivos. En el ámbito académico, las competencias comunicativas —específicamente la expresión oral y escrita— son fundamentales para el desempeño de los estudiantes, ya que influyen en su capacidad de argumentar, analizar información y participar en discusiones académicas y profesionales.

Sin embargo, en la educación superior, particularmente en los programas de nivelación universitaria, se ha identificado un déficit significativo en estas competencias. Investigaciones como las de Murrieta Ortega (2024, p. 2) evidencian que muchos estudiantes presentan dificultades en la redacción académica, la estructuración de textos y la expresión verbal efectiva, lo que puede deberse a la falta de hábitos de lectura, el limitado repertorio léxico y la escasa formación en normas de escritura. Además, factores como la desigualdad educativa y la diversidad lingüística influyen en la adquisición de habilidades comunicativas, especialmente en contextos donde el español no es la lengua materna de todos los estudiantes (López-Cózar, Priede y Benito, 2013, p. 281).

Desde un enfoque sociocrítico, esta investigación buscó analizar la implementación de la práctica deliberada en el desarrollo de competencias comunicativas en los estudiantes de nivelación de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador. Se plantea que la práctica deliberada puede ser una metodología efectiva para

superar las barreras en la expresión oral y escrita, permitiendo una mejora progresiva a través de la retroalimentación, la autorregulación y la adaptación pedagógica (Ericsson et al., 1993, p. 368). Para ello, se utilizó una metodología cualitativa basada en entrevistas semiestructuradas y análisis documental, lo que permite identificar los desafíos y oportunidades en la aplicación de esta estrategia.

Este trabajo se estructura en cinco capítulos. En el primer capítulo se desarrolla el marco teórico, donde se abordan los fundamentos de la práctica deliberada y su relación con las competencias comunicativas. En el segundo capítulo se presenta la metodología empleada, detallando el enfoque, el tipo de investigación y los instrumentos de recolección de datos. El tercer capítulo analiza los resultados obtenidos, destacando las percepciones de los estudiantes y docentes expertos sobre la expresión oral y escrita. En el cuarto capítulo se propone una estrategia basada en la práctica deliberada para fortalecer estas habilidades en el aula. Finalmente, en el quinto capítulo se presentan las conclusiones y recomendaciones derivadas del estudio.

En definitiva, esta investigación no solo pretende demostrar la eficacia de la práctica deliberada en el desarrollo de competencias comunicativas, sino también proporcionar un marco de referencia para la implementación de estrategias pedagógicas innovadoras que contribuyan a la mejora del aprendizaje en la educación superior. Como lo señala Dweck (2006, p. 52), el aprendizaje efectivo requiere esfuerzo, resiliencia y una mentalidad de crecimiento, elementos que pueden potenciarse mediante una práctica estructurada y guiada.

Planteamiento del Problema:

La expresión oral y escrita es una competencia fundamental en la educación superior, ya que facilita la comunicación efectiva, la argumentación lógica y la construcción del pensamiento crítico. Sin embargo, en muchos contextos educativos, especialmente en los programas de nivelación universitaria, los estudiantes presentan dificultades significativas en el desarrollo de estas habilidades. Estas deficiencias impactan en su desempeño académico y profesional, limitando su capacidad de expresar ideas con claridad, estructurar argumentos coherentes y participar activamente en discusiones académicas.

En nivel *macro*, la problemática de la expresión oral y escrita está influenciada por factores estructurales como la desigualdad educativa y las brechas en el acceso a una educación de calidad. La falta de formación docente, el acceso desigual a recursos tecnológicos y pedagógicos, y la ausencia de metodologías enfocadas en la enseñanza efectiva de la comunicación son algunos de los retos que enfrentan los sistemas educativos a nivel global (Ericsson et al., 1993, p. 368). En Ecuador, estos problemas se acentúan en las comunidades rurales e indígenas, donde la diversidad lingüística y cultural plantea barreras adicionales para el aprendizaje del español como lengua académica.

En el contexto *meso*, el sistema educativo ecuatoriano ha mostrado limitaciones en la enseñanza de la expresión oral y escrita debido a un modelo tradicionalista que no fomenta la práctica constante y estructurada de estas competencias. En las universidades, la falta de estrategias pedagógicas innovadoras y la escasa implementación de enfoques como la práctica deliberada dificultan el fortalecimiento de estas habilidades en los estudiantes de nivelación universitaria (Murrieta Ortega, 2024, p. 2). Además, la creciente dependencia de la tecnología y el uso de formas abreviadas de comunicación en redes sociales han afectado la escritura formal y la oralidad en entornos académicos.

Posteriormente, en Ecuador al ser un Estado pluricultural y multilingüe con una significativa población indígena que habla lenguas como el *kichwa*, el *shuar* y otros idiomas, no integra efectivamente en los sistemas educativos esta diversidad, pudiendo excluir a los hablantes de lenguas ancestrales e indígenas, dificultando su aprendizaje en español y limitando sus habilidades de comunicación en contextos formales. Esto sin contar con la deficiente capacitación a los docentes, la limitada infraestructura, y un escaso acceso tecnológico.

En el contexto *micro*, a nivel universitario, los estudiantes de nivelación de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador enfrentan desafíos específicos en su formación comunicativa. La falta de práctica sistemática, el miedo a la exposición pública, la carencia de vocabulario técnico y las dificultades en la estructuración de ideas escritas son algunos de los problemas más recurrentes. Estas deficiencias pueden estar relacionadas con la formación previa de los estudiantes, así como con la ausencia de estrategias didácticas efectivas que fomenten la autoevaluación y la mejora continua en la expresión oral y escrita.

Ante esta problemática, surge la necesidad de implementar metodologías innovadoras que promuevan un aprendizaje significativo en estas áreas. La práctica deliberada, definida por Ericsson como un proceso estructurado de mejora mediante la repetición intencional, la retroalimentación constante y la autorregulación, se presenta como una alternativa viable para fortalecer la expresión oral y escrita en el ámbito universitario. Por lo tanto, la presente investigación busca responder a la siguiente pregunta: ¿Cómo la práctica deliberada puede contribuir al desarrollo de las competencias comunicativas en la expresión oral y escrita de los estudiantes de Nivelación de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador durante el período 2024-2024?

Preguntas directrices:

Pregunta 1 ¿Cuáles son los principales fundamentos teóricos y metodológicos relacionados con la expresión oral y escrita, y de la práctica deliberada en el contexto universitario?

Pregunta 2 ¿Qué estrategias de práctica deliberada se utilizan actualmente en la expresión oral y escrita de los estudiantes de Nivelación Universitaria?

Pregunta 3 ¿Cómo afectan estas dificultades al desarrollo de competencias en expresión oral y escrita?

Pregunta 4 ¿Existe una alternativa de solución al problema investigado?

Objetivo General

Describir la práctica deliberada en el desarrollo de las competencias comunicativas relacionadas con la expresión oral y escrita en los estudiantes de Nivelación de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, durante el período 2024-2024.

Objetivos Específicos:

Sistematizar los fundamentos teóricos- metodológicos de las competencias de la expresión oral y escrita, y de la práctica deliberada en el proceso de enseñanza de aprendizaje de los estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, período 2024-2024.

Identificar el proceso de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita de los estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, período 2024-2024.

Describir las dificultades de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita de los estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, período 2024-2024.

Crear una guía para la implementación de la metodología de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita para los estudiantes de Nivelación Universitaria.

Idea a defender:

La práctica deliberada en la expresión oral y escrita es una metodología que permite un aprendizaje significativo en el desarrollo de las competencias comunicativas de los estudiantes de nivelación universitario. Es un enfoque esencial para el desarrollo efectivo de las competencias comunicativas, ya que permite una mejora progresiva mediante la repetición intencional, la retroalimentación constante y la autorregulación; factores clave para el dominio de habilidades lingüísticas en contextos académicos y profesionales.

Justificación:

Esta investigación se justifica al explicar que la práctica deliberada en la expresión oral y escrita es crucial para todos los estudiantes universitarios, especialmente de nivelación. Esto en razón de que la etapa educativa superior se caracteriza por la transición de los estudiantes de un ambiente secundario a un entorno universitario profesional, donde se enfrentan a demandas académicas más exigentes. Por lo que, este tema, intenta describir la realidad académica y profesional de los estudiantes. Esta investigación puede proporcionar nuevas perspectivas sobre cómo adaptar los programas de nivelación universitaria para abordar las necesidades específicas de los estudiantes, especialmente en lo que respecta a la comunicación efectiva. Por otro lado, se demuestra

que valorar la efectividad de la práctica deliberada permite desarrollar enfoques de enseñanza más personalizados y efectivos que abordan directamente las deficiencias en la expresión oral y escrita de los estudiantes universitarios.

El estudio es novedoso porque la mayor parte de investigaciones sobre la práctica deliberada se han centrado en contextos educativos generales o en niveles específicos como la educación secundaria y educación superior avanzada. Sin embargo, hay una falta de estudios concretos sobre estudiantes en programas de nivelación universitaria. Se justifica este estudio por cuanto tiene utilidad teórica, puesto que la investigación sobre la práctica deliberada generalmente se basa en las teorías del aprendizaje y en la adquisición de habilidades. Y, aplicar estos estudios específicamente a la expresión oral y escrita en el contexto de nivelación universitaria es un enfoque relativamente nuevo que combina conocimientos de distintas disciplinas. En este sentido tiene una utilidad práctica ya que se relaciona con la Lingüística y la Educación, mismas que exploran los principios de la práctica deliberada para mejorar habilidades lingüísticas específicas (oral y escrita).

Las universidades que poseen programas de nivelación tienen una cantidad de estudiantes suficiente y accesible para realizar el estudio; por lo tanto, se justifica la investigación dado que es posible centrarse en la práctica deliberada de la expresión oral y escrita de los estudiantes de nivelación universitaria. Adicionalmente, esta investigación es viable porque se dispone de los recursos técnicos, tecnológicos, humanos y económicos para llevarla a cabo; también se contó con bibliografía especializada que cubre aspectos relevantes para el tema propuesto.

Como se puede notar, la investigación posee apartados en la que se aborda el Marco teórico referencial (Capítulo I), mismo que revela la discusión conceptual y teoría pertinente relacionada al tema; además, se exponen las variables de estudio que permiten

fundamentar la conceptualización y operacionalización de las variables. En el Diseño metodológico (Capítulo II), se fundamenta el paradigma que asume la metodología y el tipo de investigación, así como los métodos teóricos y empíricos, población y muestra. En el Análisis de discusión e interpretación de resultados (Capítulo III), se describe las características de los instrumentos, su estructura, procedimientos de aplicación de la investigación. Además, se centra en la interpretación de los resultados de las diferentes dimensiones e indicadores de las variables. En el capítulo IV de la investigación se fundamenta la Propuesta. La Validación y evaluación de resultados esta descrita en el capítulo V; desarrollándose, por último, las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1. Antecedente Referencial

La práctica deliberada, conceptualizada como un proceso sistemático y estructurado para adquirir habilidades expertas mediante la repetición controlada y el aprendizaje guiado, se ha convertido en un tema de creciente interés en áreas como la educación, el deporte y la música.

La práctica deliberada se ha posicionado como un enfoque crucial en el desarrollo de competencias comunicativas, particularmente en la expresión oral y escrita. Este concepto, parte de los estudios de autores como: Ericsson, Krampe y Tesch-Römer (1993), quienes muestran la importancia de un aprendizaje intencional, estructurado y orientado en mejorar las competencias. En este contexto, las habilidades de expresión oral y escrita no solo constituyen herramientas esenciales para la comunicación, sino que también son fundamentales para el desarrollo cognitivo y social de los individuos, particularmente en el ámbito educativo.

Según Barrientos-Jiménez, M., Durán-Pérez, V. D., León-Cardona, A. G., & García-Tellez, S. E. (2015) en su estudio *“La práctica deliberada en la educación médica”*, muestran como referencia que la práctica deliberada en la educación médica es un marco teórico que facilita el desarrollo y perfeccionamiento de habilidades cognitivas y motoras esenciales en el ámbito de la salud, con el propósito de mejorar la calidad de atención y la seguridad del paciente. Este enfoque, derivado de los principios propuestos por Anders Ericsson, se fundamenta en actividades planeadas que incluyen cuatro elementos clave: *i)* objetivos definidos, *ii)* motivación, *iii)* retroalimentación constante; y, *iv)* repetición; sirviendo como modelo para la aplicación y desarrollo en las competencias comunicativas

de la expresión oral y escrita. Con esta explicación, la práctica deliberada en la expresión oral y escrita se fundamenta en retroalimentar la enseñanza y aprendizaje, de tal manera que se constituya en un método de enseñanza para mejorar las habilidades en las competencias comunicativas.

Roque Cala, K., Pulido Díaz, A., Domínguez García, I., Echevarría Bustamante, N., & Páez Rodríguez, B. (2018), en su investigación "*La comunicación oral pedagógica en la formación de profesionales*", realizan un acercamiento al concepto de la expresión oral, invitando a reflexionar y establecer que la expresión oral es un proceso complejo y dinámico que facilita el intercambio de información, ideas, emociones y conocimientos mediante el uso del lenguaje verbal y no verbal. En este estudio tiene como resultado que, en el contexto pedagógico, la habilidad es esencial para establecer interacciones efectivas que promuevan el aprendizaje y la formación integral de los estudiantes. Roque et al. (2018), sostienen que la comunicación oral no solo se basa en aspectos lingüísticos, sino también en un conjunto de competencias cognitivas, afectivas y sociales que permiten la construcción de significados compartidos en diferentes contextos educativos.

Bajo ese criterio, la expresión oral en la educación superior se presenta como un componente vital para garantizar la preparación de los futuros profesionales. Tal como señalan los autores, "*educar es compartir valores, conocimientos, habilidades y actitudes a través del diálogo y el intercambio*" (Roque et al., 2018, p. 593). Este enfoque subraya que la competencia oral no es un don innato, sino una habilidad desarrollable mediante la práctica y estrategias pedagógicas específicas, las cuales motivan a los estudiantes a reflexionar sobre el uso de la lengua y a fortalecer sus capacidades comunicativas.

Por lo expuesto, la expresión oral trasciende el simple acto de hablar y se configura como una herramienta pedagógica que facilita el aprendizaje participativo y el desarrollo

de competencias comunicativas esenciales para el éxito profesional y social.

Echevarría (2013), al hablar sobre la *“Estrategia didáctica para el desarrollo del proceso de comunicación oral pedagógica en la Educación Superior”*, sostiene que uno de los aspectos fundamentales de la expresión oral es su carácter bidireccional y cognitivo-afectivo, que conlleva la codificación y decodificación de mensajes en un marco de interacción entre el emisor y el receptor. En la investigación describe que la comunicación oral pedagógica es como un proceso de interrelación cognitivo-afectiva que implica la codificación y decodificación de mensajes en un contexto pedagógico. Este proceso es bidireccional y conlleva la interacción entre el emisor y el receptor, resaltando tanto el contenido cognitivo como el afectivo de la comunicación.

En la investigación *“Las estrategias metodológicas y la expresión oral”*, realizada por Tibanlombo María (2020), establece que la expresión oral es como un aspecto clave en la comunicación y la formación académica, destacando las dificultades que enfrentan los estudiantes en su desarrollo y los retos pedagógicos que ello implica. Según la autora, la expresión oral no se limita a la capacidad de hablar, sino que incluye el dominio de las emociones, el uso adecuado del vocabulario y la fluidez comunicativa, aspectos fundamentales para la interacción en diversos contextos sociales y educativos. La autoría de la expresión oral en el proceso académico presenta una serie de dificultades que son: timidez miedo, frustración y nervios (p. 12). Estas barreras se atribuyen a la falta de confianza y comunicación efectiva entre los estudiantes y docentes. Desde esta perspectiva, el desarrollo de la expresión oral no solo depende del individuo, sino también de las estrategias pedagógicas implementadas por los maestros. Además, la autora enfatiza que estas estrategias, tanto grupales como individuales, deben ser innovadoras y dinámicas para facilitar la participación activa de los estudiantes en tareas como dramatizaciones, exposiciones y debates.

En su investigación, se identificó que los docentes a menudo no generan suficientes espacios para practicar la expresión oral, lo que limita el potencial comunicativo de los estudiantes. Además, plantea estrategias metodológicas que incluyan las técnicas de uso interactivas y creativas, promoviendo así un aprendizaje dinámico más efectivo. Uno de los hallazgos más significativos es que, al aplicar estrategias metodológicas, se puede fomentar no solo el desarrollo académico de los estudiantes, sino también su confianza y autoestima. Esto se relaciona con el concepto de oralidad, entendido como una herramienta fundamental para expresar pensamientos y emociones, y el desarrollo es esencial para la construcción de habilidades comunicativas en la sociedad contemporánea.

Sobre la expresión escrita, como parte de las competencias comunicativas, Araujo Chalá, M. (2023), aborda la relación entre la escritura creativa y la expresión escrita, destacando su importancia en el ámbito educativo. La investigación nace de la problemática de que, tradicionalmente, la enseñanza de la escritura se ha centrado en lo prescriptivo, es decir, en la adherencia estricta a normas y conceptos, dejando de lado su utilidad como herramienta para la comunicación efectiva. Este enfoque ha generado deficiencias significativas en la capacidad de los estudiantes para expresarse con claridad y coherencia en contextos reales (p. 6).

Esta investigación subraya que la escritura creativa no se limita a la composición artística, sino que constituye un medio pedagógico para fortalecer habilidades comunicativas y la conciencia lingüística. Según el Ministerio de Educación del Ecuador, la escritura creativa es *"un acto creador que permite expresar un pensamiento o idea por medio de la construcción de un mensaje lingüístico"* (p. 13). Esta definición enfatiza su potencial para estimular el pensamiento crítico y el desarrollo de competencias cognitivas. Los resultados de la investigación también apuntan a la necesidad de un enfoque metodológico equilibrado que combine precisión gramatical con autenticidad textual, en

línea con las propuestas de Cassany (1990). Este autor defiende la importancia de enseñar tanto el proceso como el producto final de la escritura, destacando que *"lo esencial no es solo el resultado, sino las estrategias empleadas en su construcción"* (p. 72).

Otro análisis que existe para la sustentación es el análisis llevado a cabo por López-Cózar, Priede y Benito (2013). Su estudio *"Análisis de la expresión escrita en las Universidades de Madrid a través de la asignatura Trabajo Fin de Grado en los estudios de ADE"*, se centra en valorar cómo las universidades de la Comunidad de Madrid abordan el desarrollo y la evaluación de la competencia de expresión escrita; respondiendo a una preocupación creciente en la sociedad respecto a las deficiencias en escritura de los jóvenes, y la necesidad de que las universidades asuman un papel activo en la mejora de esta habilidad clave para cualquier profesión. (López-Cózar et al., 2013, p. 281)

Murrieta Ortega, R. (2024), en su investigación *"Escritura académica en educación superior. Dificultades y desarrollo de saberes con apoyo de las TIC"*, detalla que:

La escritura académica en la educación superior es un pilar fundamental para el desarrollo de competencias comunicativas y epistémicas de los estudiantes. No obstante, diversos estudios han evidenciado dificultades persistentes en la elaboración de textos académicos, como la carencia de hábitos de lectura, el limitado repertorio léxico, y el desconocimiento de normas de escritura, como las de estilo APA. Estas limitaciones, combinadas con factores afectivos, como el miedo a la escritura, motivaron la implementación de estrategias pedagógicas innovadoras (p.2)

El mencionado estudio, de enfoque cualitativo con un diseño narrativo, permitió implementar un taller para mejorar la escritura académica en estudiantes de sexto semestre de licenciaturas en una escuela normal de México, empleando Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) como apoyo principal. (Murrieta Ortega, 2024, p. 2).

Para terminar, el estudio de Jurado Chamorro Maira Fernanda (2024), titulado “*Centro de escritura digital como apoyo andragógico para estudiantes de la PUCESA*”, explica que “*La escritura constituye una habilidad esencial en el contexto universitario, ya que fomenta la construcción del conocimiento y la comunicación eficaz entre los estudiantes*” (p. 6). En este marco, el estudio buscó diseñar un Centro de Escritura Digital (CED) como un recurso andragógico para los estudiantes de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Sede Ambato (PUCESA), para fortalecer la alfabetización académica y digital, abordando aspectos como la redacción formal, el uso adecuado de normas de citación y referenciación, y la expresión verbal en contextos académicos. La autora identifica como uno de sus principales desafíos, el desconocimiento de normas ortográficas y dificultades en la estructuración de textos académicos (p. 2).

1.1 Marco Teórico

1.2 La práctica deliberada.

La práctica deliberada tiene un concepto que proviene a partir de los estudios de Andrés Ericsson en la década de 1990. Se ha convertido en un marco esencial para entender cómo las personas alcanzan niveles excepcionales de desempeño en diversas disciplinas. Ericsson y sus colegas (Clemens Tesch-Römer, Robert Pool, Neil Charness, William G. Chase) propusieron que el talento innato tiene un papel menor en el logro de la excelencia, y que, en su lugar, el compromiso sistemático con la práctica deliberada es el factor determinante (Ericsson et al., 1993, p. 366). Esta idea transformó la comprensión de cómo aprendemos y desarrollamos habilidades complejas dentro de la enseñanza y aprendizaje fuera o dentro de aulas de estudio.

1.2.1 Origen y fundamentos teóricos de la práctica deliberada.

El concepto de práctica deliberada surge del estudio de élite de violinistas y pianistas en la Academia de Música de Berlín. Ericsson y sus colaboradores identificaron que los músicos destacados dedicaban un promedio de 10.000 horas a prácticas altamente estructuradas y dirigidas a mejorar aspectos específicos de su desempeño. Este hallazgo fue el germen de la regla de las 10.000 horas, popularizada posteriormente por Malcolm Gladwell, aunque con cierta simplificación del concepto original (Gladwell, 2008, p. 41).

El estudio de la práctica deliberada se fundamenta en varios principios teóricos. En primer lugar, se basa en la retroalimentación constante y dirigida a los aprendices en el que deben recibir información específica sobre su desempeño y cómo mejorarlo (Ericsson et al., 1993, p. 368). En segundo lugar, se requiere que las tareas de aprendizaje sean diseñadas de manera que desafíen constantemente las capacidades actuales del aprendiz, pero sin ser abrumadoras. Finalmente, la motivación intrínseca juega un papel esencial: los individuos

deben estar dispuestos a comprometerse con largos períodos de esfuerzo sostenido y concentrado.

Los fundamentos de la práctica deliberada también encuentran sustento en teorías psicológicas como la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) de Lev Vygotsky, que subraya la importancia de un aprendizaje que se sitúe justo más allá de las capacidades actuales del estudiante, con el apoyo adecuado de un mentor o facilitador (Vygotsky, 1978, p. 86). Asimismo, la Teoría de la Carga Cognitiva de John Sweller refuerza la necesidad de diseñar actividades que optimicen los recursos cognitivos del aprendiz, maximizando la transferencia de conocimientos a largo plazo (Sweller, 1988, p. 261).

Tabla 1: Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) de Lev Vygotsky:

Aspecto	Descripción
Definición	Distancia entre lo que una persona puede hacer de manera independiente (desarrollo real)
Componentes principales	-Desarrollo real -Desarrollo potencial - Mediación social
Rol del mediador	Ayudar al aprendiz a superar sus límites a través de estrategias actuales como guía, ejemplos o preguntas.
Andamiaje	Soporte temporal por un mediador para facilitar el aprendizaje, retirado a medida que el aprendiz gana.
Contexto social y cultural	El aprendizaje en la interacción con otros y la interacción está por el entorno social y el individuo del individuo.
Aplicación práctica	Uso de actividades guiadas, aprendizaje colaborativo y tutorías para facilitar el desarrollo de habilidades.
Importancia	Destaca el papel de la interacción social en el aprendizaje y en el desarrollo cognitivo del individuo.

Nota: Este cuadro sintetiza los elementos clave de la ZDP y su relevancia en el aprendizaje y la educación.

En primer lugar, desde el punto de vista de la intervención educativa, la definición de la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP) supone una valiosa fuente de reflexión para los profesionales interesados en la enseñanza y, en general, para cualquier persona preocupada por el proceso educativo. El problema del desarrollo potencial o actual es una cuestión relevante para cualquier teoría pedagógica. En segundo lugar, la noción de ZDP ha

contribuido a reforzar y consolidar la interdicción y función principal de la Psicología Evolutiva. Por tanto, es importante que el pedagogo sepa que el nivel de desarrollo de los estudiantes no es algo fijo e inmutable correspondiente con la edad cronológica del sujeto, sino que presenta un cierto margen de maleabilidad anterior y predecible que él ha de intentar traspasar

Según Romo, L. O. F. (2023) sostiene que la importancia de la ZDP radica en las posibilidades que ofrece a la práctica educativa. En el momento de trabajar con los alumnos, siempre hay que tener presente que lo que se puede hacer solo no tiene un especial interés para el aprendizaje. Por otra parte, lo que hace cualquier adulto que se encuentra más experimentado o experto en la materia no tiene tampoco importancia, en cuanto ya está superado por el alumno. Pero si es esa otra forma de hacerlo, acompañado por alguien más experto o experimentado en la materia que ejerce un rol de ayuda o de andamiaje para el alumno, lo que marca un nivel de enseñanza.

1.2.2 Definición de práctica deliberada.

Para definir la práctica deliberada es necesario conocer que el rol del docente en sus capacidades logra mejorar las metodologías de enseñanza y aprendizaje, mismas que también atribuye en comprender que el aprender no es hacer práctica, sino hacer ejercicios deliberados. La idea es que cuantas más repeticiones con corrección supongan un esfuerzo intelectual de alguna intensidad, más rápidos progresos se producirán, alcanzando estándares óptimos y, por lo tanto, con menos horas empleadas en el esfuerzo. Lo más importante en el aprendizaje es cuánto, con cuántas repeticiones, cuántas veces estudiar hasta fijar en la memoria los conocimientos deseados. La práctica deliberada por los instructores y empleados de saber cuándo, cuánto y cómo repetir supuso, por primera vez, la posibilidad de enseñar más de lo que se había aprendido recibiendo un aprendizaje

mediado por profesionales.

La práctica deliberada es un enfoque estructurado y consciente destinado a mejorar habilidades específicas a través de la repetición enfocada y la retroalimentación constante. Según Ericsson et al. (1993), *"la práctica deliberada no se basa únicamente en la cantidad de tiempo invertido, sino en la calidad del esfuerzo, la corrección de errores y la mejora continua de la ejecución"* (p. 366). La clave de la práctica deliberada radica en establecer metas específicas, recibir retroalimentación detallada y realizar ajustes según los resultados observados.

En el contexto de la expresión oral y escrita, la práctica deliberada se centra en actividades como presentaciones orales, redacción de textos, revisión de errores y autoevaluación. Según Trejo (2019), *"el desarrollo de la competencia lingüística a través de la práctica deliberada requiere un proceso iterativo donde el estudiante identifica y corrige sus errores de forma consciente, lo que conduce a una mejora en sus habilidades comunicativas"* (p. 23). La práctica deliberada en educación se centra en actividades planificadas y estructuradas que buscan mejorar el rendimiento de los estudiantes en áreas específicas, mediante la repetición intencional, la retroalimentación constante y la corrección de errores. La práctica deliberada se entiende como aquella práctica que consiste en una repartición del número total de ensayos a lo largo del tiempo, la cual tiende a ser más efectiva que ensayar estos de manera concentrada en el tiempo. Este método no resulta agradable para los estudiantes, pero, en resumen, va a generar menor cantidad de tiempo para un igual nivel de la práctica.

En tal sentido, se puede afirmar que esta definición de la práctica deliberada pasa a ser una metodología de enseñanza y aprendizaje. Parra-Bernal, L. R., Menjura-Escobar, M. I., Pulgarín-Puerta, L. E., & Gutiérrez, M. M. (2021), manifiestan que:

El análisis a profundidad que realiza el profesor de su quehacer es, sin duda, uno de los detonantes de las acciones innovadoras... al profesor le corresponde innovar en su práctica pedagógica a partir de estrategias de enseñanza que favorezcan en los estudiantes procesos de aprehensión de los contenidos, desde los cuales pueda reflexionar, analizar, establecer relaciones con su realidad y con los retos que impone la sociedad (p.76).

Con relación a lo expuesto, la práctica deliberada implica que los docentes diseñen actividades específicas para que los estudiantes las realicen de manera individual, con el fin de mejorar su desempeño en áreas particulares. Estas actividades difieren del juego, el trabajo remunerado y la mera observación, ya que se centran en la mejora continua mediante la retroalimentación y la supervisión constante del profesor.

Por todo aquello, se establece que la práctica pedagógica *“se desarrolla desde el ser; en este sentido, está relacionada con la naturaleza humana, con una intencionalidad de la formación del individuo, para generar procesos de educabilidad, con proyección a los aprendizajes continuos y permanentes teniendo como contexto, la escuela”* (p. 80). En este sentido, una excelente tarea se consigue con la práctica diaria, y deliberada.

La práctica deliberada en la educación se convierte en un proceso estructurado que combina metas claras, retroalimentación continua y esfuerzo sostenido para lograr mejoras significativas en el aprendizaje. Por lo tanto:

La teoría —en la práctica pedagógica— es una base para darle contexto al conocimiento y la práctica es la que permite desarrollarla. El desarrollo de la práctica pedagógica está mediado por procesos metodológicos, que permiten que esta sea un proceso dinámico, de comunicación, reflexión e interacción permanente (p. 81)

De lo dicho, la práctica deliberada al ser una metodología de enseñanza y aprendizaje,

una práctica pedagógica, conlleva a un proceso de ejercicio diario en las tareas; se compone, además, con la experiencia y la innovación del profesorado y el alumno.

Partiendo desde la experiencia docente la práctica deliberada tiene objetivos e ideas predeterminadas; además, identifica ciertas capacidades en la que debe reconocer las áreas de donde se necesita trabajar. Ya que, pulir el potencial que posee el estudiante ayuda a desarrollar las habilidades y conocimientos.

Ambrose et al. (2010) destacan que la práctica deliberada en educación requiere de la identificación de dificultades específicas y de intervenciones personalizadas. En este sentido, la enseñanza efectiva debe centrarse en actividades de aprendizaje que desafíen a los estudiantes de manera progresiva, permitiéndoles desarrollar habilidades de pensamiento crítico y resolución de problemas.

1.2.3.- La práctica deliberada como implementación en las aulas de clase.

La aplicación de la práctica deliberada en el contexto educativo requiere ajustes significativos respecto a los modelos tradicionales de enseñanza. En primer lugar, el docente debe asumir el rol de facilitador, orientador, diseñando actividades que sean específicas, desafiantes y orientadas a objetivos claros. Por ejemplo, en lugar de pedir a los estudiantes que *"escriban un ensayo"*, un enfoque deliberado podría ser guiarlos en la mejora de aspectos concretos como la estructura argumentativa o la coherencia lógica de los párrafos. Esto atribuye a que mejore su redacción.

Un componente crucial de la práctica deliberada es que, de la implementación de la misma, se vuelve una retroalimentación efectiva. Nicol y Macfarlane-Dick (2006) argumentan que la retroalimentación debe ser específica, basada en criterios claros y ofrecer oportunidades para la reflexión y corrección del aprendizaje (p. 206). Esto implica que los docentes deben proporcionar comentarios detallados y personalizables en lugar de

evaluaciones generales.

En segundo lugar, la práctica deliberada también implica el uso de la autorregulación como herramienta pedagógica. Los estudiantes deben ser entrenados para identificar sus debilidades, establecer metas de aprendizaje y monitorear su progreso. Esto está en línea con la teoría del aprendizaje autorregulado propuesta por Zimmerman (2002), quien destaca la importancia de la planificación, ejecución y reflexión en el proceso educativo (p. 67).

1.2.4 Beneficios de la práctica deliberada en las aulas.

Los beneficios de la práctica deliberada son amplios y están respaldados por investigaciones empíricas, porque promueve un aprendizaje profundo, ya que se enfoca en mejorar habilidades específicas a través de la repetición dirigida y la corrección continua (Ericsson et al., 1993, p. 372). Esto no solo mejora el rendimiento académico, sino también fomenta una comprensión más significativa de los conceptos. Desarrolla la resiliencia y la capacidad de enfrentar desafíos. Los estudiantes que participan en actividades de práctica deliberada adquieren una mentalidad de crecimiento, entendiendo que el esfuerzo y la perseverancia son fundamentales para el éxito (Dweck, 2006, p. 52). Además, la práctica deliberada fortalece habilidades blandas como la autorregulación, la concentración sostenida y la capacidad para recibir y actuar sobre la retroalimentación constructiva.

Tabla 2: El desarrollo de la resiliencia y la capacidad de enfrentar desafíos dentro del aula.

Aspecto	Descripción
Definición de resiliencia	Habilidad de los estudiantes para adaptarse y superar dificultades en el entorno educativo.
Factores que afectan la resiliencia	-Ambiente familiar -Relación con docentes y compañeros -Recursos disponibles -Expectativas académicas
Desafíos comunes en el aula.	-Baja autoestima - Ansiedad por evaluaciones - Dificultades académicas - Conflictos interpersonales

Estrategias para docentes	-Crear un ambiente seguro y de apoyo -Fomentar relaciones positivas - Enseñar habilidades de afrontamiento
Metodologías	-Práctica deliberada. - Actividades reflexivas
Rol de las emociones	-Fomentar el reconocimiento y la gestión emocional para enfrentar problemas con mayor eficacia.
Actividades sugeridas	-Dinámicas de trabajo en equipo - Talleres de escritura creativa.
Indicadores de resiliencia en el aula	- Mayor participación -Mejora en la resolución de problemas - Actitud positiva frente a los retos
Impacto	-Estudiantes con mayor confianza, autonomía y capacidad para superar desafíos, promoviendo su bienestar integral.

Nota: En esta tabla se enfoca en el desarrollo de la resiliencia y la capacidad de enfrentar desafíos dentro del aula.

Alanguia (2024), sostiene que independientemente de los diferentes modelos sobre desarrollo humano, los científicos concuerdan en que la capacidad de enfrentar desafíos y recuperarse de ellos es fundamental para este desenvolvimiento. En los últimos años, ha surgido un rico campo de estudio que se dedica exclusivamente a los estudios de la resiliencia. La resiliencia se asocia con estabilidad emocional y bienestar general, como también con una alta adherencia para intentar lograr objetivos desafiantes. Por el contrario, la ausencia de resiliencia genera ansiedad, depresión, estrés y conductas evitativas que impactan en la calidad educativa, tanto desde el punto de vista evaluativo como vivencial. En ese sentido, cabe destacar que los alumnos necesitan desarrollar resiliencia.

1.2.5.- Desafíos y limitaciones de la práctica deliberada.

A pesar de sus beneficios, la implementación de la práctica deliberada enfrenta diversos desafíos. En el ámbito educativo, uno de los principales obstáculos es la falta de tiempo y recursos. Diseñar actividades específicas y proporcionar retroalimentación personalizada requiere un nivel de compromiso que muchos docentes encuentran difícil de alcanzar en entornos de clase masificados. Otro desafío es la resistencia al cambio tanto por parte de los docentes como de los estudiantes. La práctica deliberada exige un esfuerzo

cognitivo significativo y un nivel de compromiso que puede ser intimidante para quienes están acostumbrados a enfoques más pasivos de aprendizaje. Además, algunos críticos argumentan que la práctica deliberada, aunque efectiva para desarrollar habilidades específicas, puede no ser adecuada para fomentar la creatividad y el pensamiento divergente (Kaufman & Beghetto, 2009, p. 6).

Es importante considerar que la eficacia de la práctica deliberada depende en gran medida de la calidad del mentor o facilitador. Sin orientación adecuada, los estudiantes pueden caer en patrones de práctica repetitiva y mecánica que no conducen a mejoras significativas (Ericsson et al., 1993, p. 375).

La práctica deliberada representa un paradigma poderoso para el aprendizaje y el desarrollo de habilidades. Sus principios teóricos y empíricos destacan la importancia de la estructura, la retroalimentación y el esfuerzo sostenido para alcanzar la excelencia. Sin embargo, su implementación efectiva en contextos educativos requiere superar numerosos desafíos, incluyendo la falta de recursos y la resistencia al cambio. Con un diseño cuidadoso y un compromiso institucional, la práctica deliberada tiene el potencial de transformar la forma en que enseñamos y aprendemos, cultivando no solo habilidades específicas, sino también una mentalidad resiliente y orientada al crecimiento.

1.2.6. Expresión oral y escrita.

La expresión oral tiene gran importancia en el ámbito de la comunicación, a la vez que es fundamental y necesaria la unión con la escritura. Se puede considerar que la escritura juega un papel decisivo en un primer proceso de la expresión de ideas por dos razones: el juicio interno sobre el propio pensamiento se realiza, principalmente, a través de secuencias monológicas subvocales que son de carácter verbal. La escritura es el primer paso para la expresión de las ideas, pero a partir de ahí mantiene una gran significación y

es insustituible.

Para complementar, la expresión oral se centra en la comunicación, puesto que es un hecho fundamental en la vida de los seres humanos y, en consecuencia, una de las principales finalidades de la educación es desarrollar la competencia comunicativa de las personas. Por ello, en la enseñanza se deben trabajar las destrezas y habilidades básicas del uso del lenguaje; es decir, la comprensión y la expresión oral y escrita. Frecuentemente se utilizan los conceptos de expresión y comunicación en relación con el lenguaje, lo que conlleva una utilización de estos términos como sinónimos. Sin embargo, su significado es diferente.

Solís (2024), añade que la expresión, entre otras acepciones, tiene la “*acción y efecto de expresar*”, es decir, manifestar mediante palabras, gestos, escritos, movimientos o una manifestación que revela, sugiere o significa algo desconocido. En comunicación hay una intencionalidad de comunicar y una respuesta a lo comunicado; por tanto, el receptor, en su respuesta, interpreta o yuxtapone en los distintos mensajes verbales, no verbales y paraverbales.

Solís añade también, que la comunicación es el intercambio de información entre individuos o grupos para transmitir ideas, manifestar la existencia de algo, expresar sus emociones, llegar a acuerdos, tomar decisiones y dar a conocer sus deseos. Esto se produce a través de cuatro tipos de sistemas, que son: el verbal (oral y escrito), el no verbal (gestos, ademanes, posturas, expresión facial), el proxémico (espacio que rodea al sujeto) y el paralingüístico (tono, intensidad, énfasis, silencio, muletillas...). En ese sentido, la finalidad de la comunicación es múltiple y depende de los intereses del emisor; no solo se pretende transmitir una información o unos conocimientos acerca de algo, sino que también involucran aspectos como la relación interpersonal.

Loor María (2024), sostiene que dotar al alumno de recursos diversos pueden potenciar, o neutralizar en su caso, los signos opacos de la propia habla, pero siempre integrados en el marco de la globalidad de actuaciones orales; además, de fomentar la capacitación del alumno para moverse en los diferentes grupos de textos en función de sus intenciones comunicativas. El conjunto de estas dos facetas redundan en una mayor comprensión y perdurabilidad de los conocimientos y en una iniciación en el camino de aprender a aprender. En tal sentido, Vega y Vásquez (2024) sostienen que dentro de la expresión escrita se toma en cuenta que:

En el proceso de construcción de textos escritos, la redacción de frases desempeña un papel crucial para garantizar la claridad, la coherencia y la precisión del mensaje que se desea transmitir. No obstante, uno de los principales desafíos a los que se enfrentan los redactores, tanto en el ámbito académico como en el profesional, es encontrar los esquemas de redacción más efectivos para lograr que las frases resulten comprensibles y adecuadas para su público objetivo (p.4).

Además, toda "expresión" exige habilidades que permitan desarrollarla, mejorándola cada día; como toda "expresión" implica pautas que regulen su uso y eviten las tendencias al error. En definitiva, toda expresión exige normas que hay que observar, así como habilidades que habrá que desarrollar y perfeccionar. Por tanto, entre las habilidades que todo estudiante debe ir perfeccionando, y en las que va a estar basado el trabajo cotidiano en el aula, destacan:

- a. Herramientas que faciliten el pensamiento lógico;
- b. Habilidades que faciliten la concentración, selección y archivado, todo ello pre-normativo;
- c. Habilidades que "*faciliten*" la búsqueda y selección posterior de la

información que se necesita;

- d. Herramientas que ayuden a organizarnos – de forma previa, o a medida que vamos escribiendo la redacción – con el fin de que los datos ordenados - cronológica, espacial o conceptualmente - expresen una idea coherente y constructiva;
- e. Técnicas que faciliten el dominio del discurso, en función de la circunstancia comunicativa, del interlocutor y, en su caso, del medio; así como que el estilo sea personal. El lenguaje tiene que "ir" con el pensamiento y el pensamiento es únicamente nuestro;
- f. Habilidades a través de cuyo desarrollo vamos a controlar el discurso de manera implícita; de forma que sepamos cuál es el enunciado correcto; que estemos en condiciones de decir lo que "no" se puede decir, el porqué y el cómo se puede construir; y que, en consecuencia, sepamos enfrentarnos a los errores existentes en los textos normativos, para afrontarlos. Finalmente tendremos tacto lingüístico.

1.2.7 Desarrollo de las competencias comunicativas.

Según el diccionario del Centro de Estudio Virtual Cervantes, la competencia comunicativa es la capacidad de una persona para comportarse de manera eficaz y adecuada en una determinada comunidad de habla; ello implica respetar un conjunto de reglas que incluye tanto las de la gramática y los otros niveles de la descripción lingüística (léxico, fonética, semántica) como las reglas de uso de la lengua, relacionadas con el contexto socio-histórico y cultural en el que tiene lugar la comunicación.

El desarrollo de competencias comunicativas, tanto en la expresión oral como en la

escrita, es una realidad de primer orden en la formación universitaria del siglo XXI. No podemos obviar que los estudiantes de nivelación universitario entre 18 y 24 años en adelante poseen carencias representadas en las debilidades fundamentales del sistema de enseñanza universitaria, incluso por delante de otras áreas disciplinares, como la metodológico-didáctica, la lingüística, la digital o la investigadora. Valdez (2021), explica que existe varias competencias lingüísticas, entre ellas:

Competencia lingüística: Es el pilar central de la comunicación. Hace referencia a la adquisición y el desarrollo de una lengua, y a su posterior dominio. También al nivel de integración del lenguaje, entendido como un sistema de símbolos articulados que posibilita el entendimiento entre personas, que permite pensar y expresarse a través de las palabras y su combinación, así como asignar nuevos términos a objetos y sensaciones.

Competencia paralingüística: Está formada por los elementos adicionales que complementan al lenguaje. Distinguiendo entre recursos orales (como la entonación, la intencionalidad, etc.) y recursos escritos (márgenes, negritas, cursivas, mayúsculas, etc.). Incluye la competencia cronética, definida como el manejo de la comunicación en el tiempo. Es decir, cuánto se tarda en decir algo o los segundos que dejamos antes de responder.

Competencia quinésica: Es la comunicación no verbal: la llevamos a cabo a través posturas, gestos, miradas, etc. Puede complementar, enfatizar e incluso contradecir nuestras palabras. Conforman hasta el 80% de la comunicación.

Competencia proxémica: Es el manejo de las distancias con los demás.

Competencia pragmática: Se trata de la habilidad para convencer y persuadir a otras personas, influyendo en sus conocimientos, opiniones, actitudes, etc. Es muy útil para conseguir objetivos profesionales.

Competencia textual: Se define como la comprensión y producción de textos. Para ello, necesitamos valernos de las

Competencia cognitiva: Se apoya en las categorías formales del pensamiento para crear argumentos (p. 436)

El desarrollo de las competencias comunicativas se origina en las habilidades comunicativas que tiene cada persona, mediante la cual pueden interactuar, comprender, crear y decidir cómo pueden actuar en diferentes contextos o situaciones que se presenten a lo largo de la vida. De estas competencias descritas, Núñez (2021), señala:

Se encuentra que el adecuado desarrollo de estas competencias, además de posibilitar el aprendizaje significativo de temas específicos sobre los temas que se proponen en las carreras universitarias, específicamente en la carrera de educación, permite un mejor desarrollo en un ambiente social, debido a la importancia que se tiene para el ser humano el conectarse entre ellos y establecer vínculos que le permitan a su vez la adquisición de más conocimientos fuera del ambiente universitaria (p.11).

1.2.8 La técnica de las competencias en la expresión oral y escrita.

El desarrollo de competencias en la expresión oral y escrita consiste en el entrenamiento desde el dominio de la técnica de la psicología social, la práctica dedicada según su dominio en el tiempo. Así se conseguirá la asimilación de la competencia comunicativa desde el uso consciente de las habilidades y destrezas comunicativas. Por lo que se define la técnica como el conjunto de procedimientos, medios y recursos de acción que emplea el método. De tal suerte que, se hace necesario un uso adecuado de modalidades discursivas (descriptiva, narrativa, argumentativa, etc.). por ejemplo, un texto expositivo se construye a partir de una situación o problema para diferenciar ideas y datos que posibiliten la solución preferente del contexto.

De lo expuesto, autores como Simangas Villalobos, A. R., Enciso Soto, R. A., Collazos Roque, E. G., & Álvarez Huari, M. Y. (2024), muestran que, una vez escogida la

situación, se plantea un problema principal, así como otros secundarios que se deducirán del central siguiendo el orden lógico; pero el aporte comunicativo formal lo desarrollará la argumentación, sostén de la solución propugnada, en general presentada en el desarrollo. Ello será posible si el mensaje es claro, ordenado, y coherente.

El análisis de la técnica contempla los siguientes aspectos: estrategias comunicativas, estructura y organización del discurso, formato, presentación y apoyo. A través de ejercicios prácticos orales y escritos se trabaja la expresión oral y escrita a través de diferentes técnicas o estrategias como contenidos didácticos aditivos. Es óptimo concretar y clasificar estos contenidos a desarrollar, para lo cual se debe plantear cuál es el principal déficit de aprendizaje a los que se enfrentan.

Tabla 3: técnicas para desarrollar competencias comunicativas en la expresión oral y escrita.

Dimensión	Técnica	Descripción	Ejemplo de aplicación
Expresión Oral	Discusión dirigida	Se asigna un tema a los estudiantes, quienes deben defender diferentes posturas ante un grupo.	Debate sobre “El impacto de la inteligencia artificial en la educación”.
	Exposición oral estructurada	Los estudiantes preparan una presentación con introducción, desarrollo y conclusión, utilizando recursos visuales.	Exposición sobre “La importancia de la sostenibilidad en las empresas”.
	Dramatización	Simulación de situaciones reales en las que los estudiantes deben practicar habilidades de comunicación, como entrevistas o reuniones.	Dramatización de una entrevista laboral.
	Ensayo académico	Redacción de un texto que presente una tesis, argumentos sustentados en evidencias, y una conclusión.	Ensayo sobre “La globalización y su impacto en las economías emergentes”.
		Resumir textos académicos complejos para captar las	Resumen de un artículo sobre “Cambio

Expresión Escrita	Resumen y síntesis	y	ideas principales y sintetizarlas en sus propias palabras.	climático y políticas públicas”.
	Taller de escritura guiada	de	Los estudiantes siguen pautas para redactar textos claros y coherentes, con énfasis en gramática, estilo y estructura.	Redacción de un ensayo con revisión y retroalimentación del docente.

Nota: La escritura e incluso la expresión oral requieren de elementos clave que permitirán realizar una actividad satisfactoria; entre esos elementos está el desarrollo de competencias comunicativas.

1.2.9. La práctica deliberada como metodología de enseñanza y aprendizaje.

Si bien es cierto, que las competencias comunicativas, es entendida como un conjunto de habilidades necesarias para la comunicación eficaz e influyente, suponen la capacidad de escuchar, hablar, leer y escribir de forma coherente, clara y precisa en función de las circunstancias comunicativas por las que se atraviesa. Estas habilidades comunicativas se trabajan a lo largo del tiempo y se obtienen a través de la enseñanza-aprendizaje de la lengua materna. En relación con el estado actual de las competencias comunicativas en la educación superior, se evidencia que los universitarios han finalizado su período escolar sin tener los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para interactuar satisfactoriamente en ambientes académicos, laborales e incluso sociales.

En este sentido, se confirma que el proceso de formación en la adquisición de competencias comunicativas está orientado hacia el aprendizaje de la expresión escrita, en detrimento de la oral, y muestra un alto componente reactivo evidenciado en la limitación del profesorado a la corrección de errores lingüísticos al evaluar trabajos.

Diversas investigaciones han demostrado que muchos problemas resultantes de la falta de comunicación oral y escrita en las diferentes áreas de estudio se deben a tres tipos de problemas: problemas en la expresión oral, problemas en la expresión escrita y problemas al seguir las explicaciones del docente en una clase. Esto hace que se promueva

en los estudiantes el desarrollo de las competencias comunicativas, con miras a que los profesionales sean capaces no solamente de desempeñarse adecuadamente en los terrenos profesional, corporativo e investigativo, sino de consolidar su capacidad para actuar en la era de la información. Como metodología de aprendizaje cooperativo y colaborativo, propiciar los debates en el aula que potencien la fluidez, corrección y exposición de argumentos lógicos y claros para persuadir. Las asimetrías comunicativas entre el profesor, los estudiantes y los contenidos pueden contribuir a que en el aula se cree un entorno favorable para iniciar y terminar discusiones, explorar y clarificar problemas, fomentar tareas motivadoras, evaluar resultados, ofrecer ayuda e indicaciones y examinar las alternativas metodológicas.

El debate no consiste en que el alumnado escuche una disertación del profesor o del libro de texto, tenga dos minutos para que cada uno de los estudiantes exponga un breve argumento singular, dejando un intercambio crítico, inquisitivo y momentáneamente suspensivo, para que se vuelva a repetir, de tal manera que se desarrolle razonablemente rápido, marchando hacia la prueba de fuego que inaugura para muchos la verdadera e inédita confrontación oratoria: los exámenes académicos con su entorno interrogativo e intimidativo.

La metodología de la práctica deliberada, basada en la psicología cognitiva, es el resultado del proyecto para diseñar estrategias de enseñanza dirigidas al desarrollo y la optimización de las habilidades que nos permiten rendir a nuestro máximo potencial en diversas actividades, teniendo en cuenta que, al manejar información errónea o técnica inapropiada, el rendimiento de la actividad puede verse perjudicado, o que no es posible desarrollar habilidades abstractas.

La práctica deliberada representa una serie de características que la distingue del

trabajo rutinario que se realiza cotidianamente. Estas características son: focalización, ya que en varias ocasiones se requiere del aislamiento de un pequeño fragmento de la habilidad general para entrenarlo a profundidad, logrando cambiar o ajustar la información equivocada a cómo debe hacerse; querer lograr lo imposible, tener paciencia y tolerancia para soportar la repetición.

1.2.10 Tratamiento Didáctico-Metodológico

El tratamiento didáctico-metodológico de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita se enfoca en diseñar actividades de enseñanza que promuevan la repetición consciente, el análisis crítico y la retroalimentación constante. El proceso de aprendizaje activo que implica la práctica deliberada debe incluir fases específicas de enseñanza, entre ellas se destaca:

a) *Modelado*: Los docentes deben proporcionar ejemplos claros de las habilidades comunicativas que desean que los estudiantes desarrollen. En el caso de la expresión oral, esto puede incluir modelos de discursos o presentaciones, mientras que, en la expresión escrita, los ejemplos pueden ser ensayos o informes académicos de calidad.

b) *Práctica guiada*: En esta fase, los estudiantes practican con la supervisión del docente, quien proporciona retroalimentación inmediata. Por ejemplo, en la expresión escrita, los estudiantes pueden escribir párrafos o ensayos y recibir comentarios sobre la estructura, gramática y coherencia.

c) *Práctica autónoma*: Los estudiantes realizan tareas de forma independiente, aplicando los conceptos aprendidos en la práctica guiada. En la expresión oral, podrían grabar presentaciones y evaluarlas con base en criterios previamente establecidos.

d) *Retroalimentación constante*: La retroalimentación es clave para la práctica

deliberada. Porque la retroalimentación permite a los estudiantes identificar y corregir errores en sus ejecuciones, lo que incrementa el aprendizaje. En este sentido, la práctica deliberada se enfoca en el proceso, más que en el resultado inmediato.

Formas de Evaluación

La evaluación en la práctica deliberada para el desarrollo de la expresión oral y escrita debe ser continua y formativa. En lugar de depender únicamente de exámenes o pruebas estandarizadas, se recomienda implementar un enfoque de evaluación que considere:

- a) *Evaluación formativa:* Consiste en monitorear el progreso de los estudiantes a lo largo de su proceso de aprendizaje, proporcionando retroalimentación constante. Esta forma de evaluación permite ajustes en el proceso educativo para atender las necesidades individuales de cada estudiante. Se entiende que la evaluación formativa es esencial para identificar debilidades y fortalecer áreas específicas de desarrollo.
- b) *Autoevaluación y coevaluación:* En la expresión oral y escrita, la autoevaluación permite a los estudiantes reflexionar sobre sus propios avances y áreas de mejora. La coevaluación, por otro lado, implica que los estudiantes evalúen las producciones de sus compañeros, lo que refuerza el aprendizaje colaborativo y crítico.
- c) *Evaluación basada en rúbricas:* Las rúbricas permiten una evaluación objetiva de las habilidades orales y escritas, proporcionando criterios específicos que los estudiantes deben cumplir. En la expresión oral, las rúbricas pueden incluir aspectos como claridad, fluidez, pronunciación y coherencia. En la expresión escrita, se pueden evaluar aspectos como la estructura, el uso de argumentos y la gramática.

CAPÍTULO II METODOLOGÍA

2. Metodología:

El diseño metodológico utilizado en la investigación integró al paradigma sociocrítico, mismo que permitió, desde un eje integrador, analizar el desempeño y las habilidades lingüísticas de los estudiantes; además, de explorar las estructuras y prácticas educativas que limitaban su desarrollo. Al mismo tiempo, el paradigma sociocrítico permitió identificar y cuestionar las barreras comunicativas que afectan la expresión oral y escrita en el caso de los estudiantes de Nivelación de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador; proponiendo alternativas de una enseñanza más equitativa y participativa.

2.1 Tipo de investigación:

El tipo de investigación usado fue el descriptivo, ya que permite analizar la práctica deliberada en la expresión oral y escrita, desde la comprensión de los fenómenos educativos y sociolingüísticos; priorizando y detallando la interpretación subjetiva y la contextualización del fenómeno estudiado.

2.2. 2 Diseño de la investigación:

El diseño de la investigación que se utilizó en la investigación fue el diseño no experimental. Este diseño es un enfoque metodológico en el que el investigador observa los fenómenos en su contexto natural sin manipular las variables. A diferencia de los diseños experimentales, en este tipo de investigación no se introducen tratamientos o condiciones artificiales para influir en los resultados. Diversos autores han abordado la conceptualización y clasificación de este diseño. Por ejemplo, autores como Sampieri (2014) señala en general que *“el diseño no es más que un plan o estrategia concebido*

para obtener la información que se desea" (p. 112). Es decir, actúa como un mapa que orienta cada etapa de la investigación hacia resultados coherentes y significativos. Por su lado, el diseño de investigación de tipo descriptivo se convierte en una estrategia que se utiliza para detallar y analizar las características de un fenómeno o grupo específico sin intervenir o manipular las variables estudiadas.

En el contexto de la investigación sobre la práctica deliberada de la expresión oral y escrita, el diseño no experimental se aplicó para comprender cómo se desarrollan estas habilidades en aula, permitiendo obtener una visión clara sobre cómo estas prácticas son implementadas por los estudiantes de Nivelación de la carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, proporcionando un marco claro para entender cómo estas deben convertirse en parte esencial para la mejora continua de las metodologías educativas.

2.2 Métodos:

2.2.1 Método empírico:

Los métodos empíricos que se usaron están basados en la recopilación de datos directos de la realidad para la construcción del conocimiento. En el caso de la investigación sobre la práctica deliberada en la expresión oral y escrita, la entrevista semiestructurada es una herramienta clave dentro de estos métodos, ya que permite obtener información detallada y profunda sobre la percepción, experiencias y estrategias utilizadas por estudiantes y docentes en el proceso de mejora de habilidades comunicativas.

Este método permitió obtener información detallada sobre cómo los estudiantes desarrollan sus capacidades para comunicarse eficazmente, identificando patrones de mejora y las áreas que requieren más atención, especialmente en las competencias comunicativas. El uso de la entrevista semiestructurada dentro de los métodos empíricos

permitió analizar a profundidad cómo se implementa y percibe la práctica deliberada en la expresión oral y escrita. Y al proporcionar datos cualitativos detallados, esta herramienta facilita la comprensión de los procesos de aprendizaje, las estrategias efectivas y los desafíos que enfrentan los estudiantes en la mejora de estas habilidades esenciales.

2.2.2 Métodos teóricos:

Los métodos teóricos que permitieron fundamentar y construir el marco conceptual sobre la práctica deliberada fueron el exegético, el analítico-sintético y el inductivo-deductivo. El método exegético se enfocó en la interpretación detallada y crítica de textos. Permitió entender el significado de los textos desde su contexto histórico, cultural y lingüístico. A partir de lo mencionado se profundizó el marco teórico, antecedentes históricos conceptuales, teorías del aprendizaje y aspectos sobre las metodologías del aprendizaje.

El método analítico-sintético en cambio, partió desde la descomposición del concepto de "práctica deliberada" en sus componentes esenciales, como la retroalimentación, el esfuerzo consciente y la repetición intencionada, hasta la integración de los hallazgos de diferentes autores para construir un marco teórico sobre el desarrollo de la expresión oral y escrita.

A través de la inducción-deducción, se intentó extraer patrones de comportamiento y aprendizaje a partir de los datos empíricos obtenidos en los estudiantes de nivelación. Con la deducción, se revisaron teorías previamente establecidas (como la de Anders Ericsson sobre la práctica deliberada) para interpretar los datos.

2.3 Técnicas e instrumentos:

Como se indicó en el apartado 2.2.1., el método empírico aplicado en la investigación fue la entrevista semi estructurada. Las entrevistas semiestructuradas fueron aplicadas con preguntas abiertas y cerradas a estudiantes y docentes expertos en el área, permitiendo explorar las percepciones, experiencias y reflexiones en torno a la práctica deliberada.

2.3.1 Población y muestra

La población objeto de estudio estuvo comprendida por los estudiantes del curso de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, matriculados en el semestre 2024- 2024. Esta población de estudiantes estuvo comprendida por un total de 70 personas.

Tabla N° 4 Población.

Nro.	POBLACIÓN	
1	Estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, matriculados en el semestre 2024-2024	70
	TOTAL	70

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

Al ser considerada una población muy grande para el desarrollo de la investigación, se decidió obtener una muestra, para lo cual se usó un método muestral no probabilístico de tipo intencionado a conveniencia de la investigadora. Bajo ese criterio, la muestra para el desarrollo de la investigación fue de 20 personas. Además, se consideró la participación de 5 docentes expertos en el área de la Lengua y Literatura, mismos que por su experticia aportaron teóricamente en el desarrollo de la investigación.

Tabla N° 5 Muestra

Nro.	Muestra	
1	Estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador, matriculados en el semestre 2024-2024.	20
	TOTAL	20

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

2.3.2 Métodos estadísticos

Al ser una investigación de índole cualitativa no se utilizó un método estadístico o numérico; al contrario, se desarrolló una interpretación textual, argumentativa y conceptual, que identificaron: patrones, temas y categorías conceptuales a partir de las transcripciones de entrevistas y de la revisión teórica y bibliográfica documental. Este método (cualitativo) permitió interpretar y organizar los datos relacionados con la mejora en la expresión oral y escrita a través de la práctica deliberada.

2.3.3 Idea a defender:

La práctica deliberada en la expresión oral y escrita es una metodología que permite un aprendizaje significativo en el desarrollo de las competencias comunicativas de los estudiantes de nivelación universitaria. Es un enfoque esencial para el desarrollo efectivo de las competencias comunicativas, ya que permite una mejora progresiva mediante la repetición intencional, la retroalimentación constante y la autorregulación, factores clave para el dominio de habilidades lingüísticas en contextos académicos y profesionales.

CAPÍTULO III

3. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS DE LA ENTREVISTA

El presente estudio tuvo como propósito fundamental analizar las competencias comunicativas de la expresión oral y escrita en estudiantes de Nivelación Universitaria de la Carrera de Sociología de la Universidad Central del Ecuador durante el período 2023-2024. A partir de los objetivos planteados, se sistematizaron los fundamentos teóricos-metodológicos, se identificó el proceso de práctica deliberada y se describieron las dificultades experimentadas en el desarrollo de estas habilidades esenciales.

El análisis e interpretación de resultados de la investigación se complementa con la aplicación del método empírico aplicado en el estudio. Las entrevistas semiestructuradas aplicadas con preguntas abiertas y cerradas a estudiantes y docentes expertos del área permitieron explorar las percepciones, experiencias y reflexiones en torno a la práctica deliberada; complementándose con la revisión y recolección de información documental (mismas que se encuentran expuestas en el marco teórico) describiendo el desarrollo de las habilidades comunicacionales en la expresión oral y escrita.

De esta manera, se corroboró que, desde la base teórica, la práctica deliberada representa una serie de características que la distingue del trabajo rutinario que se realiza cotidianamente. Esta característica es la focalización, ya que en varias ocasiones se requiere del aislamiento de un pequeño fragmento de la habilidad general para entrenarlo a profundidad, logrando cambiar o ajustar la información equivocada a cómo debe hacerse; querer lograr lo imposible, tener paciencia y tolerancia para la práctica de la repetición.

Por otro lado, con el primer objetivo se sistematizó los fundamentos teóricos-metodológicos de las competencias de la expresión oral y escrita y de la práctica

deliberada en el proceso de enseñanza de aprendizaje de los estudiantes de Nivelación, para comprender el desarrollo de competencias comunicativas.

Análisis y discusión de resultados de la investigación sobre la práctica deliberada en competencias comunicativas.

La investigación revela que la práctica deliberada, aunque prometedora para el desarrollo de competencias comunicativas en estudiantes de nivelación universitaria, enfrenta desafíos significativos relacionados con factores macro (desigualdad educativa), meso (infraestructura y formación docente) y micro (limitaciones individuales de los estudiantes). Los resultados de la investigación se enfocan a:

1. Barreras en la Expresión Oral y Escrita:

Factores Macro: La desigualdad en el acceso a la educación de calidad y la diversidad lingüística influyen negativamente en el desarrollo de habilidades comunicativas.

Factores Meso: Carencias en infraestructura educativa y formación docente en Ecuador que limitan la efectividad de la enseñanza de la expresión oral y escrita.

Factores Micro: Los estudiantes de nivelación presentan limitaciones individuales en vocabulario, gramática, sintaxis e inseguridad al expresarse.

2. Efectividad de la Práctica Deliberada:

La práctica deliberada muestra avances significativos en el desarrollo de competencias comunicativas, pero persisten desafíos como el tiempo limitado para desarrollar la práctica y el acceso insuficiente y limitado a recursos tecnológicos.

3. Implementación de la Práctica Deliberada:

Se propone una metodología que integra retroalimentación constante, autorregulación y adaptaciones pedagógicas en un marco inclusivo y participativo.

Por lo tanto, el análisis de resultados indica que la práctica deliberada puede ser una herramienta efectiva para mejorar las competencias comunicativas, pero su implementación exitosa depende de abordar las barreras existentes en los niveles macro, meso y micro. De este modo, los resultados concuerdan con la literatura existente sobre la importancia de la práctica deliberada en el desarrollo de habilidades, pero añaden una perspectiva específica para el contexto de la nivelación universitaria y las particularidades del sistema educativo ecuatoriano. Además, la investigación refuerza la necesidad de un enfoque andragógico que combine la práctica deliberada con estrategias de inclusión y equidad educativa, complementándose con el diseño programas de nivelación más efectivos y adaptados a las necesidades de los estudiantes.

Para complementar la discusión e interpretación de los resultados, se describió la información obtenida a partir de las entrevistas realizada a los estudiantes de nivelación de la carrera de Sociología y a expertos del área de estudio. Por ende, la discusión se organiza por dimensiones, identificando los principales indicadores de respuesta y las observaciones de la moderadora.

De las entrevistas a los estudiantes de nivelación se detectó la *dimensión de dificultades en la expresión oral y escrita*, misma que presenta como indicadores de respuesta: i) la dificultad en la organización de ideas al escribir. ii) Problemas de coherencia y cohesión textual. iii) Inseguridad y nerviosismo al hablar en público. iv) Limitaciones en el uso del vocabulario adecuado; y, v) Deficiencias en la estructuración del discurso oral y escrito. En las observaciones de la moderadora, se identificó que los estudiantes coinciden en que tienen mayores dificultades en la escritura que en la

expresión oral. Y se evidencia una carencia en el desarrollo de estrategias para mejorar la fluidez en ambos tipos de comunicación. Además, identifican diferencias en la preparación previa para la expresión oral y escrita, donde la escritura parece ser un desafío mayor.

Por su parte, en la *dimensión de actividades que favorecen la expresión oral y escrita*; se presentaron como indicadores de respuestas, que es necesario realizar: i) talleres de escritura y corrección de textos. ii) Dinámicas de debate y exposiciones en clase. iii) Uso de lecturas, análisis y producción escrita guiada; y, iv) Prácticas de presentación individual y en grupo. En este caso, la moderadora identifica que los estudiantes encuentran más efectivas las actividades que combinan teoría y práctica. Se destaca la importancia del acompañamiento docente en la realización de ejercicios de escritura y oratoria. De otra manera, algunos participantes consideran que las actividades podrían ser más interactivas y diversificadas para mejorar el aprendizaje.

En cuanto a la *dimensión de retroalimentación docente*, como indicadores de respuesta, se obtuvo como resultado la cantidad y calidad de la retroalimentación recibida. De esta manera, se describe los tipos de correcciones brindadas por los docentes. Mismas que son estrategias para mejorar la expresión oral y escrita a partir de la retroalimentación. Por consiguiente, en las observaciones de la moderadora se manifiestan en que existe una percepción dividida: i) algunos estudiantes reciben retroalimentación frecuente y detallada, mientras que otros indican que no es suficiente. ii) Se menciona la necesidad de brindar comentarios más específicos sobre aspectos gramaticales y argumentativos; y, iii) Se sugiere una mayor personalización en la corrección de los errores comunes para mejorar el aprendizaje individual.

La *dimensión sobre las estrategias propuestas por los estudiantes para mejorar sus habilidades* presenta como indicadores de respuesta: i) la autoevaluación y práctica constante como el uso de herramientas tecnológicas para mejorar la expresión escrita y oral. ii) Incorporación de ejercicios de redacción y oratoria en la rutina académica; y, iii) Fomento del trabajo en equipo para mejorar la seguridad al hablar en público. Se observa que los estudiantes reconocen la importancia de la práctica deliberada y sugieren un mayor énfasis en la repetición de ejercicios específicos. Se propone el uso de recursos digitales como blogs, podcasts o videos para reforzar la expresión oral y escrita. Se observa que los estudiantes valoran la autonomía en su proceso de aprendizaje, pero consideran necesario un acompañamiento docente más cercano.

En la *dimensión de aplicación de la metodología de práctica deliberada*, los indicadores de respuesta que se obtuvieron se enfocaron a: i) la claridad en los objetivos de aprendizaje. ii) Implementación de ejercicios repetitivos con retroalimentación inmediata. iii) Integración de autoevaluación y reflexión en el proceso de mejora; y, iv) Incremento en la confianza y seguridad de los estudiantes. La moderadora destaca que la práctica deliberada es una metodología efectiva, pero su aplicación aún es limitada en el aula. Los estudiantes sugieren que se diseñen actividades específicas alineadas con esta metodología para potenciar su desempeño. Se recomienda mayor claridad en la estructuración de los ejercicios y en la definición de metas concretas.

Del análisis de las entrevistas realizadas a la población se observa, de manera concreta que los estudiantes enfrentan dificultades tanto en la expresión oral como escrita, especialmente en la organización de ideas, coherencia y seguridad al hablar en público. Las actividades prácticas, como debates y talleres de escritura, son valoradas positivamente, pero se requiere mayor diversificación y estructuración bajo la metodología de práctica deliberada. La retroalimentación docente se percibe como un

factor clave en la mejora de las habilidades comunicativas, aunque algunos estudiantes consideran que no es suficiente. Además, se destaca la necesidad de estrategias personalizadas para abordar las dificultades individuales.

Finalmente, los estudiantes proponen diversas estrategias para mejorar su desempeño, enfatizando la autoevaluación, el uso de tecnología y la práctica constante. La implementación de la metodología de práctica deliberada aún requiere ajustes para ser aplicada de manera efectiva en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Los resultados de interpretación obtenidos se evidencian en la siguiente tabla:

Tabla N°6 Instrumento: Expresión oral y escrita (entrevista a los estudiantes de nivelación de la carrera de Sociología)

Pregunta	Objetivo de la Pregunta	Indicadores de Respuesta	Observaciones del Moderador
1. ¿Qué dificultades has identificado al presentar los escritos y al momento de hablar?	Explorar las preferencias de los estudiantes entre la expresión oral y escrita y las razones detrás de estas preferencias.	Falta de claridad y cohesión en la escritura. Dificultad para estructurar ideas de manera ordenada. Inseguridad al hablar en público. Uso deficiente del vocabulario y la gramática.	Nivel de participación: Algunos estudiantes muestran disposición para responder con detalle, mientras que otros son más reservados
2. ¿Qué actividades en clase te han ayudado más en mejorar tu capacidad de hablar en público y en escribir con claridad?	Identificar las actividades que han impactado más en el desarrollo de habilidades orales y escritas.	Presentaciones orales en clase. Redacción de ensayos y resúmenes. Participación en debates o foros de discusión. Lecturas guiadas y análisis de textos.	Nivel de participación: Algunos estudiantes muestran disposición para responder con detalle, mientras que otros son más reservados
3. ¿Recibes retroalimentación suficiente de los docentes para	Evaluar la calidad y frecuencia de la retroalimentación que reciben los	Comentarios generales sin detalles específicos.	Claridad en las respuestas: Se identifican respuestas poco

mejorar tu forma de hablar y escribir?	estudiantes en ambas modalidades.	Correcciones puntuales, pero sin estrategias de mejora. Oportunidad de recibir retroalimentación individualizada. Necesidad de mayor acompañamiento docente.	estructuradas, lo que sugiere dificultades en la organización del discurso.
4. ¿Cuáles son las principales dificultades que encuentras al expresarte por escrito o de manera oral?	Reconocer los obstáculos más comunes que enfrentan los estudiantes al intentar expresarse.	Dificultad para organizar ideas antes de escribir o hablar. Falta de práctica constante. Miedo escénico y ansiedad al expresarse en público. Poca claridad en la argumentación.	Patrones comunes en dificultades: Se evidencian problemas recurrentes como la falta de confianza al hablar en público y la dificultad en la organización de ideas en la escritura.
5. ¿Cómo crees que podrías mejorar tus habilidades de expresión oral y escrita?	Explorar las propuestas de los estudiantes para mejorar sus habilidades en ambas formas de comunicación.	Mayor cantidad de ejercicios prácticos. Estrategias de aprendizaje basado en práctica deliberada. Sesiones de retroalimentación detalladas. Trabajo en grupos para mejorar la confianza.	Percepción sobre la retroalimentación docente: En general, los estudiantes valoran la retroalimentación, pero consideran que podría ser más detallada y orientada a la mejora.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

Entrevistas a docentes expertos en Lengua y Literatura.

Este análisis se basa en las respuestas proporcionadas por cinco (5) docentes expertos en Lengua y Literatura sobre la práctica deliberada en la expresión oral y escrita. Se han identificado dimensiones clave que organizan la información recopilada.

Dimensión sobre el concepto de práctica deliberada en la expresión oral y escrita.

Los expertos lo definen como un proceso estructurado que requiere metas específicas, retroalimentación inmediata y repetición enfocada. Además, que se diferencia de otros enfoques porque enfatiza la mejora progresiva y la reflexión crítica sobre el desempeño. Así como algunos expertos destacan la importancia del auto – monitoreo en los estudiantes para evaluar sus avances. De esta manera, existe el consenso en que la práctica deliberada no es solo repetición, sino un método con objetivos precisos y corrección constante. De la misma manera se identifican variaciones en cómo los expertos la implementan según el nivel educativo y los recursos disponibles. Por lo tanto, se sugiere integrar técnicas de metacognición para optimizar la práctica deliberada.

En la *dimensión de estrategias para mejorar la expresión oral y escrita*, los expertos recomiendan el uso de simulaciones de discursos, debates estructurados y redacción de ensayos argumentativos. Ya que la combinación de práctica autónoma y sesiones guiadas incrementa la efectividad del aprendizaje. También, el uso de herramientas digitales, como plataformas de corrección automática y grabaciones, facilita el monitoreo del progreso. En cuanto al análisis de contenido se observó que la variabilidad de estrategias se ajusta a las necesidades del estudiante y el contexto

educativo. Porque las estrategias exitosas comparten la característica de brindar retroalimentación inmediata y fomentar la autorregulación del aprendizaje. Además, recomiendan la inclusión de rúbricas detalladas para evaluar mejoras en la expresión oral y escrita.

En la *dimensión relacionada a los obstáculos en la implementación de la práctica deliberada*, las respuestas de los expertos identificaron la falta de tiempo en los planes curriculares mismas que limita la incorporación de esta metodología. Añaden que muchos estudiantes presentan resistencia inicial debido al esfuerzo que implica el enfoque deliberado. Se identificó que existen dificultades en la formación docente para aplicar esta estrategia de manera efectiva. Por su parte, como resultado de esta dimensión en el análisis de contenido se identificaron barreras estructurales e individuales en la implementación de la práctica deliberada. La resistencia de los estudiantes puede disminuir mediante motivación intrínseca y objetivos claros de mejora. Se recomienda mayor capacitación para docentes en estrategias de enseñanza basadas en práctica deliberada.

Dentro de la *dimensión sobre la retroalimentación en la práctica deliberada*, los expertos identificaron que la retroalimentación debe ser inmediata, específica y centrada en áreas de mejoras concretas. Que el feedback personalizado genera mayor impacto en el desarrollo de competencias comunicativas y que es crucial fomentar la retroalimentación entre pares para enriquecer el aprendizaje colaborativo. En cuanto al análisis de contenido se confirmó que la calidad de la retroalimentación influye directamente en la efectividad de la práctica deliberada. Así como la combinación de retroalimentación docente y autoevaluación potencia la autonomía del estudiante. De la

misma forma, recomiendan que los docentes utilicen estrategias basadas en evidencia para mejorar la retroalimentación.

Por último, en *la dimensión sobre la medición del impacto de la práctica deliberada*, los expertos sugieren utilizar rúbricas detalladas para evaluar mejoras en fluidez, coherencia y argumentación. La grabación y análisis de discursos permite identificar avances en la expresión oral y es necesario combinar métodos cualitativos y cuantitativos para medir el impacto real en la competencia comunicativa. Y posteriormente en el análisis de contenido se observa que la evaluación de la práctica deliberada debe considerar tanto el proceso como el producto final. Se recomienda la implementación de autoevaluaciones y coevaluaciones en el proceso de aprendizaje. La triangulación de datos mejora la confiabilidad de la medición del impacto de esta metodología.

Tabla N° 7 Instrumento de investigación expertos docentes

Pregunta	Objetivo de la Pregunta	Indicadores de Respuesta	Observaciones del Moderador
¿Cómo define la práctica deliberada en el desarrollo de la expresión oral y escrita?	Identificar el concepto de práctica deliberada desde la perspectiva del experto.	Definición clave, elementos fundamentales, diferencias con otras metodologías.	Verifica el nivel de consenso en las respuestas y precisar conceptos clave.
¿Qué estrategias específicas recomienda para mejorar la expresión oral y escrita mediante la práctica deliberada?	Explorar estrategias efectivas utilizadas por expertos en la enseñanza de la comunicación.	Técnicas recomendadas, frecuencia y aplicación en distintos contextos.	Identifica coincidencias y divergencias en las estrategias propuestas.
¿Cuáles son los principales obstáculos que enfrentan los estudiantes al	Analizar las dificultades más frecuentes en la implementación de esta metodología.	Factores internos y externos que afectan el aprendizaje, nivel de motivación,	Evalúa la viabilidad de estrategias para superar las

aplicar la práctica deliberada en la expresión oral y escrita?		barreras institucionales.	dificultades mencionadas.
¿Qué papel juega la retroalimentación en la práctica deliberada de la expresión oral y escrita?	Determinar la importancia y características de la retroalimentación efectiva en el desarrollo comunicativo.	Tipos de retroalimentación, frecuencia, impacto en la mejora del desempeño.	Comparara experiencias de expertos sobre el tipo de retroalimentación más efectiva.
¿Cómo se puede medir de manera efectiva el impacto de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita de los estudiantes?	Identificar métodos de evaluación adecuados para medir avances en las competencias comunicativas.	Indicadores de evaluación, herramientas utilizadas, criterios de medición.	Analiza la aplicabilidad de las metodologías sugeridas en diversos entornos educativos.

Nota: Este instrumento tuvo como propósito entrevistar a docentes expertos en lengua y literatura para obtener información sobre la aplicación de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita y su impacto en el desarrollo de competencias comunicativas

En síntesis, el análisis de las respuestas de los docentes expertos confirma que la práctica deliberada es una metodología efectiva para mejorar la expresión oral y escrita, pero requiere planificación, retroalimentación constante y evaluación sistemática. Se identifican elementos importantes, como la falta de tiempo curricular y la necesidad de formación docente, pero también oportunidades en el uso de tecnologías y estrategias innovadoras. El impacto de la práctica deliberada debe medirse con instrumentos precisos y diversos, garantizando así su aplicación efectiva en la enseñanza de competencias comunicativas.

El análisis de los resultados revela que la práctica deliberada en la expresión oral y escrita es una metodología efectiva cuando se implementa con objetivos claros, retroalimentación constante y estrategias adaptadas al contexto educativo. No obstante,

su aplicación enfrenta retos relacionados con la continuidad, la disponibilidad de recursos y la formación docente.

Se identifican estrategias exitosas, como el uso de debates estructurados, la escritura reflexiva y el feedback inmediato. Sin embargo, la falta de estandarización en los métodos de evaluación dificulta medir su impacto de manera precisa.

Finalmente, la retroalimentación se confirma como un factor clave en el éxito de la práctica deliberada, requiriendo un mayor enfoque en la capacitación docente para garantizar su efectividad. Se recomienda seguir explorando enfoques innovadores y adaptaciones metodológicas que permitan superar los obstáculos identificados y maximizar los beneficios de esta estrategia en el desarrollo de competencias comunicativas

Tabla 8: Tabla de operacionalización de variables:

VARIABLES	CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Dependiente: La expresión oral y escrita.	Son capacidades y habilidades esenciales para organizar ideas de manera coherente en un discurso, con la finalidad de fortalecer el pensamiento crítico en un mundo donde la interacción y el intercambio de ideas son fundamentales.	Claridad y Coherencia en la expresión oral.	Correcciones durante la expresión oral	<p>¿Consideras que puedes expresar tus ideas de manera clara y organizada cuando hablas en público? ¿Por qué?</p> <p>¿Qué dificultades has identificado al tratar de comunicarte oralmente en un entorno académico?</p> <p>¿Cómo crees que se podría mejorar la claridad y coherencia en tu discurso oral?</p>	
			Claridad en la articulación y persuasión y argumentación.	<p>¿Consideras que la pronunciación y articulación de las palabras influyen en la claridad de tu discurso? ¿Por qué?</p> <p>¿Cuáles crees que son las claves para persuadir y argumentar de manera efectiva en un debate o presentación?</p>	

		Fluidez	Estructura lógica y clara de las ideas en el discurso oral.	¿Sientes que puedes hablar de manera fluida sin interrupciones constantes? ¿Qué factores influyen en tu fluidez?	Entrevista a estudiantes de nivelación de la carrera de Sociología.
			Uso de lenguaje no verbal.	¿Qué estrategias utilizas para mejorar la fluidez de tu expresión oral?	
		Precisión gramatical y riqueza léxica.	Claridad en la redacción.	¿Cómo influye el uso adecuado de la gramática en tu manera de expresarte oralmente?	
			Correcto uso de la gramática y puntuación.	¿Crees que tu vocabulario es suficiente para expresar con precisión lo que piensas? ¿Por qué? ¿Qué tan importante consideras el uso correcto de la gramática y puntuación en tus escritos? ¿Crees que los errores gramaticales pueden afectar la comprensión de un texto? ¿Por qué?	

		<p>Coherencia y Cohesión</p>	<p>Organización del texto con el uso correcto de la gramática</p> <p>Variedad y adecuación del vocabulario en los textos escritos.</p>	<p>¿Cómo estructuras tus textos para que las ideas tengan una secuencia lógica y coherente?</p> <p>¿Qué estrategias utilizas para lograr que tus textos sean cohesionados y bien conectados?</p>	
--	--	---	--	--	--

VARIABLES	CONCEPTUALIZACIÓN	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Independiente: Practica deliberada	Es una metodología del aprendizaje con un enfoque activo y consciente que permite a los estudiantes desarrollar habilidades de manera más efectiva y sostenible.	Aprendizaje activo	Métodos de práctica orientados a habilidades específicas.	<p>¿Cuáles son los métodos de práctica que utiliza para desarrollar habilidades específicas en sus estudiantes?</p> <p>¿Cómo el aprendizaje activo influye en el rendimiento de los estudiantes?</p>	Entrevista a docente expertos
		Retroalimentación dirigida.	<p>Cantidad y calidad de la retroalimentación recibida.</p> <p>Duración de las sesiones de práctica enfocadas.</p> <p>Corregir debilidades y recibir retroalimentación constante.</p>	<p>¿Con qué frecuencia proporciona retroalimentación a sus estudiantes?</p> <p>¿Qué aspectos considera más relevantes al dar retroalimentación?</p> <p>¿Cuánto tiempo recomienda dedicar a una sesión de</p>	

				<p>práctica deliberada para que sea efectiva?</p> <p>¿Cómo distribuye el tiempo de práctica para maximizar el aprendizaje?</p> <p>¿De qué manera estructura la retroalimentación para que los estudiantes corrijan sus debilidades?</p> <p>¿Cómo percibe el impacto de la retroalimentación en la mejora del desempeño de los estudiantes?</p>	
--	--	--	--	--	--

CAPÍTULO IV

4.-Propuesta

Práctica Deliberada en la Expresión Oral y Escrita

Introducción

La expresión oral y escrita son habilidades fundamentales en el desarrollo académico y profesional de los estudiantes. Sin embargo, el perfeccionamiento de estas competencias requiere métodos de enseñanza que trasciendan la práctica repetitiva y se enfoquen en el aprendizaje consciente y estratégico. Esta propuesta plantea la creación de una guía básica en donde se profundice la práctica deliberada en la expresión oral y escrita. La práctica deliberada al ser una metodología de enseñanza y aprendizaje basado en la repetición estructurada, retroalimentación constante y ajustes progresivos mejora la capacidad comunicativa de los estudiantes en contextos formales e informales.

Objetivo General

Fomentar el desarrollo de la expresión oral y escrita mediante la guía básica de la metodología de la práctica deliberada, logrando que los estudiantes adquieran competencias comunicativas avanzadas y las apliquen de manera efectiva en diversos contextos.

Objetivos Específicos

1. Identificar las fortalezas y debilidades individuales de los estudiantes en la expresión oral y escrita.
2. Diseñar actividades específicas que permitan mejorar las áreas de oportunidad detectadas.
3. Proveer retroalimentación inmediata y detallada para orientar los ajustes necesarios en las producciones de los estudiantes.

Metodología

La implementación de la práctica deliberada se estructurará en las siguientes fases:

1. Diagnóstico Inicial

- Realizar una evaluación inicial para identificar el nivel de competencia en expresión oral y escrita.
- Aplicar instrumentos como pruebas escritas, presentaciones orales y encuestas de autopercepción.

2. Diseño de Actividades Personalizadas

- **Expresión escrita:**

Redacción de ensayos, reseñas, artículos de opinión y textos creativos.

Uso de ejercicios enfocados en gramática, vocabulario y estructura textual.

- **Expresión oral:**

Prácticas de discursos públicos, debates y presentaciones en equipo.

Grabaciones de intervenciones orales con análisis posterior.

3. Retroalimentación y repetición

- Proveer retroalimentación detallada y constructiva basada en criterios específicos, como claridad, coherencia y adecuación al público.
- Repetir las actividades ajustando los puntos débiles identificados hasta lograr la mejora deseada.

4. Monitoreo y Seguimiento

- Evaluar periódicamente el progreso mediante rubricas diseñadas para cada competencia.
- Registrar avances y realizar ajustes en las actividades según las necesidades individuales.

Recursos Necesarios

- **Humanos:** Docentes de la asignatura de Lengua y Literatura, Lenguaje y Comunicación.
- **Materiales:**

Plataformas digitales para retroalimentación escrita y oral.

Material de referencia (libros, guías y ejemplos).

Cronograma

Fase	Duración	Actividades Principales
Diagnóstico inicial	1 semanas	Evaluaciones iniciales y análisis de resultados.
Diseño de actividades	2semanas	Creación de ejercicios personalizados.
Ejecución	3 semanas	Implementación de actividades con retroalimentación constante.
Evaluación final	4 semanas	Aplicación de evaluaciones y comparación con el diagnóstico inicial.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

Indicadores de Éxito

1. Incremento en la claridad, coherencia y precisión de los textos escritos.
2. Mayor fluidez, estructura y confianza en las intervenciones orales.

3. Retroalimentación positiva de los estudiantes sobre la metodología implementada.

Consideraciones finales:

La práctica deliberada representa un enfoque efectivo para el desarrollo de la expresión oral y escrita, permitiendo a los estudiantes perfeccionar sus habilidades comunicativas mediante un aprendizaje estructurado y consciente. Esta propuesta no solo contribuye al fortalecimiento académico, sino que también prepara a los estudiantes para desempeñarse con éxito en el ámbito profesional y personal.

GUÍA: LA PRACTICA DELIBERADA EN LA EXPRESION ORAL Y ESCRITA.



La práctica deliberada es una metodología de enseñanza y aprendizaje estructurada y sistemática que se centra en mejorar habilidades específicas a través de la repetición consciente, la reflexión y la retroalimentación.

Autora: Diana Vega.

1. Introducción

La expresión oral constituye una competencia lingüística básica considerable, ya que es una modalidad lingüística que se utiliza en distintos contextos de comunicación, tanto a nivel académico como vital. La formación académica tiene que ser un lugar para potenciar al máximo las capacidades de todos los alumnos y alumnas. Es por ello por lo que tiene que existir una programación que oriente y haga posible la consecución de estos objetivos; de tal forma que se llegue al máximo de su capacidad creativa. En este sentido, la expresión oral juega un papel importante, siendo una destreza básica que precisa de dos tipos de competencia: del producto en su precisión y corrección, y de proceso que facilite la actividad, los recursos más adecuados y rápidos a un habla satisfactoria.

El tema tratado en esta guía ha surgido como una consecuencia de la formación previa e inmediata de las personas que asistimos a la docencia. A través de diferentes prácticas, hemos llegado a la conclusión de que el trabajo colaborativo de los estudiantes, en el ámbito de comprensión a la escritura, y expresión escrita y oral, ayudaba al fomento de la competencia social, pero no al desarrollo de habilidades en cuanto a las destrezas de expresión; razón por lo que es necesario identificar las dificultades que posee el estudiante y mejorar la expresión oral y escrita con la práctica deliberada.



Nota: La expresión oral y escrita se fundamenta en la creatividad

La expresión oral y escrita son habilidades fundamentales que nos permiten comunicarnos de manera efectiva y conectar con los demás. Sin embargo, mejorar en estas áreas requiere de un enfoque consciente y deliberado. Esta guía tiene como objetivo fomentar el desarrollo de la expresión oral y escrita mediante la práctica deliberada, logrando que los estudiantes adquieran competencias comunicativas avanzadas y las apliquen de manera efectiva en diversos contextos.

2.- ¿Qué es la Práctica Deliberada?

La práctica deliberada es una metodología de aprendizaje que se centra en la mejora continua mediante la repetición, la reflexión y la retroalimentación. A diferencia de la práctica casual, que puede ser poco estructurada y desorganizada, la práctica deliberada implica establecer metas específicas, trabajar en áreas de mejora, recibir retroalimentación y ajustar las estrategias de aprendizaje.

3.- Principios de la práctica deliberada.

1. **Establecimiento de metas específicas:** Definir qué habilidades se desean desarrollar. Por ejemplo, si se busca mejorar la expresión oral, se podría fijar como meta hablar con claridad y confianza en presentaciones públicas.
2. **Descomposición de habilidades:** Dividir las habilidades en componentes más pequeños. Por ejemplo, para la escritura, podría centrarse en la gramática, el vocabulario y la estructura del texto.
3. **Retroalimentación continua:** Obtener retroalimentación de fuentes confiables, como profesores, compañeros o mentores. Esta información es crucial para identificar áreas de mejora y ajustar su enfoque.
4. **Reflexión y autoevaluación:** Después de cada práctica, es importante tomarse el tiempo para reflexionar sobre el desempeño realizado. Hay que preguntarse qué funcionó, qué no, y cómo se puede mejorar.
5. **Repetición con variación:** Practicar la misma habilidad de diferentes maneras para evitar el estancamiento y fomentar un aprendizaje más profundo.

Estrategias para la práctica deliberada.

A continuación, se presentan estrategias específicas para mejorar tanto la expresión oral como escrita a través de la práctica deliberada.

Expresión oral

1. Presentaciones efectivas:



Práctica con grabaciones: Grábate haciendo una presentación y luego revísala.

Observa tu tono, ritmo y lenguaje corporal.



Feedback de compañeros: Realiza presentaciones ante amigos o familiares y pídeles que te den su opinión sobre tu desempeño.

2. Conversaciones Cotidianas:



Conversaciones temáticas: Elige un tema cada semana y practica conversarlo con diferentes personas. Esto te ayudará a desarrollar fluidez y a aprender a argumentar tus puntos de vista.



Grupos de discusión: Únete a grupos de debate o clubs de oratoria donde puedas practicar y recibir retroalimentación.

3. Ejercicios de Improvisación:



Practicando la motivación a través de exposiciones. Esto te ayudará a pensar rápidamente y a expresarte con mayor confianza.

Expresión Escrita

1. Escritura Diaria:



Diario personal: Dedicar unos minutos cada día a escribir en un diario. No te preocupes por la perfección; enfócate en plasmar tus pensamientos.

Redacción de ensayos: Escoge un tema y escribe ensayos breves. Luego, revisa y edita tus textos para mejorar la claridad y la cohesión.

2. Análisis de Textos:



Lee una variedad de géneros literarios y analiza cómo los autores estructuran sus obras. Toma notas sobre el estilo, el vocabulario y la técnica de escritura. Con la práctica se resume textos para desarrollar la capacidad de síntesis y comprensión.

3. Talleres de Escritura:



Participa en talleres de escritura creativa donde puedas recibir retroalimentación sobre tus textos y aprender de las experiencias de otros escritores.

La importancia de la retroalimentación

La retroalimentación es una parte esencial del proceso de mejora en la expresión oral y escrita. Asegúrate de buscar opiniones constructivas y estar abierto a críticas. Considera las siguientes prácticas para obtener retroalimentación efectiva:

- **Solicitar comentarios específicos:** Cuando pidas retroalimentación, sé claro sobre qué aspectos quieres que se evalúen, ya sea la claridad, la creatividad o la estructura.
- **Utilizar rúbricas:** Crea o utiliza rúbricas que te ayuden a evaluar tus habilidades. Estas herramientas pueden proporcionar criterios claros para el éxito y áreas de mejora.

- **Aprender a aceptar críticas:** Mantén una mentalidad abierta y receptiva ante la retroalimentación. Recuerda que las críticas constructivas son oportunidades para crecer.

Autoevaluación y Reflexión

La autoevaluación es un componente clave de la práctica deliberada. Después de cada sesión de práctica, reflexiona sobre tu desempeño. Considera las siguientes preguntas:

- ¿Qué logré hoy?
- ¿Cuáles son mis áreas de mejora?
- ¿Qué puedo hacer diferente la próxima vez?

Anota tus reflexiones y establece un plan de acción para abordar las áreas que necesitas mejorar. Esto te permitirá llevar un registro de tu progreso y ajustar tus estrategias de aprendizaje.

Mantener la motivación

La motivación es esencial para el éxito en cualquier esfuerzo de aprendizaje. Aquí hay algunas estrategias para mantenerte motivado:

- **Celebra tus logros:** Reconoce y celebra tus avances, por pequeños que sean. Esto reforzará tu motivación y te animará a seguir practicando.
- **Establece un horario regular:** Dedicar tiempo específico cada semana para practicar la expresión oral y escrita. La consistencia es clave para la mejora.

- **Conéctate con otros:** Encuentra compañeros de práctica o un grupo de estudio que comparta tus objetivos. La colaboración puede hacer que el proceso de aprendizaje sea más agradable y enriquecedor.

La práctica deliberada es una herramienta poderosa para mejorar tus habilidades de expresión oral y escrita. A través de la fijación de metas específicas, la retroalimentación continua y la reflexión, puedes desarrollar la confianza y la competencia en la comunicación.

Taller de práctica deliberada en la expresión oral y escrita.

Objetivo del Taller: Mejorar las habilidades de expresión oral y escrita de los estudiantes universitarios a través de la práctica deliberada, utilizando técnicas de retroalimentación, autoevaluación y colaboración.

Duración: 2 horas

Materiales Necesarios:

- Hojas de papel y bolígrafos
- Grabadoras o dispositivos móviles para grabar presentaciones
- Proyector y pantalla (opcional)
- Rúbricas de evaluación para la expresión oral y escrita
- Ejemplos de textos académicos y presentaciones (pueden ser en formato digital o impreso)

Estructura del Taller

Introducción (10 minutos)

1. Presentación del Taller:

Explicar el objetivo y la importancia de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita, especialmente en el contexto académico.

Hablar sobre cómo estas habilidades son fundamentales para el éxito en la universidad y en la vida profesional.

2. **Dinámica de Rompehielos:**

Realizar una breve actividad donde los participantes se presenten y compartan una meta personal relacionada con la mejora de sus habilidades de comunicación.

Sesión 1: Expresión Oral (40 minutos)

1. **Ejercicio de Presentación:**

Tema Breve: Cada participante elige un tema relacionado con su campo de estudio para presentar.

Grabación: Los participantes se dividen en grupos de 4-5 personas y graban sus presentaciones.

2. **Retroalimentación en Grupos:**

Después de cada presentación, los miembros del grupo ofrecen retroalimentación constructiva utilizando una rúbrica que evalúe claridad, estructura y lenguaje corporal.

Los participantes anotan las sugerencias recibidas.

3. **Reflexión Individual:**

Cada participante reflexiona sobre su presentación y la retroalimentación recibida, anotando tres puntos de mejora y un logro personal.

Descanso (15 minutos)

Sesión 2: Expresión Escrita (40 minutos)

1. Ejercicio de Escritura:

Tema Académico: Los participantes eligen un tema académico de interés y escriben un texto breve (300-400 palabras) en un tiempo limitado (30 minutos) un micro ensayo o un informe, esta actividad siempre estará acompañado del docente.

2. Intercambio de Textos:

Después de escribir, los participantes intercambian sus textos con un compañero.

Cada participante lee el texto de su compañero y proporciona retroalimentación escrita, enfocándose en la claridad, gramática y estructura.

3. Reflexión Individual:

Los participantes revisan la retroalimentación recibida y reflexionan sobre cómo pueden mejorar su escritura, anotando al menos tres áreas de mejora.

Sesión 3: Práctica y Ajuste (20 minutos)

1. Revisión de Presentaciones:

Los participantes vuelven a realizar su presentación inicial, aplicando la retroalimentación recibida. Esta vez, se enfocan en implementar las mejoras sugeridas.

2. Presentaciones Finales:

Cada participante presenta nuevamente, y los demás proporcionan retroalimentación utilizando la rúbrica.

Después de cada presentación, el presentador reflexiona sobre el progreso realizado y los cambios notados en su desempeño.

Cierre del Taller (10 minutos)

1. Reflexión General:

Discusión grupal sobre lo aprendido en el taller. Preguntas para guiar la conversación:

- ¿Qué mejoras notaste en tu expresión oral y escrita?
- ¿Cómo te sentiste al recibir y dar retroalimentación?
- ¿Qué pasos seguirás para continuar mejorando?

2. Establecimiento de metas futuras:

Cada participante establece una meta específica relacionada con la expresión oral y escrita que desea trabajar en las próximas semanas.

3. Cierre y Agradecimientos:

Agradecer a los participantes por su tiempo y esfuerzo, y proporcionar recursos adicionales para que sigan practicando (libros, sitios web, grupos de estudio, etc.).

Recursos Adicionales

• Libros Recomendados:

Puede ser como ejemplo <https://www.derechopenalenlared.com/libros/jardin-senderos-borges.pdf>

Evaluación del Taller

- Al final del taller, se puede realizar una breve encuesta para evaluar la efectividad de las actividades y obtener sugerencias para futuras sesiones.

Con esta estructura, los estudiantes universitarios tendrán la oportunidad de practicar de manera deliberada, recibir retroalimentación constructiva y reflexionar sobre su proceso de aprendizaje en la expresión oral y escrita.

Rúbrica para evaluar la práctica deliberada en la expresión oral y escrita a nivel universitario.

Propósito: Evaluar el desarrollo de habilidades en expresión oral y escrita mediante la práctica deliberada, enfocándose en metas claras, esfuerzo consciente, retroalimentación y reflexión continua.

Escala de Evaluación:

- 1: Principiante** – Demuestra un nivel inicial; necesita mayor enfoque y mejora.
- 2: Básico** – Cumple parcialmente con las expectativas; necesita desarrollo adicional.
- 3: Intermedio** – Muestra un progreso sólido y un desempeño competente.
- 4: Avanzado** – Sobresale en todos los aspectos evaluados; desempeño excepcional.

Dimensión: Práctica Deliberada

Criterio	1 (Principiante)	2 (Básico)	3 (Intermedio)	4 (Avanzado)
Establecimiento de Metas	No establece metas claras o específicas.	Establece metas vagas o poco detalladas.	Define metas claras y alcanzables para mejorar.	Establece metas específicas, desafiantes y alineadas con el contexto académico.
Esfuerzo Consciente	Participa de forma superficial, sin enfoque deliberado.	Participa parcialmente con un enfoque inconsistente.	Participa activamente con esfuerzo constante y dirigido.	Participa de forma excepcional con un enfoque intencional y disciplinado.
Retroalimentación	No solicita ni aplica retroalimentación.	Solicita retroalimentación, pero la utiliza de forma limitada.	Solicita retroalimentación y aplica las sugerencias adecuadamente.	Integra retroalimentación de manera estratégica y notablemente efectiva.
Reflexión y Ajuste	No reflexiona ni ajusta su desempeño.	Reflexiona de forma básica, con cambios mínimos.	Reflexiona y aplica ajustes relevantes.	Reflexiona profundamente y aplica cambios significativos que evidencian mejora.

Dimensión: Expresión Oral

Criterio	1 (Principiante)	2 (Básico)	3 (Intermedio)	4 (Avanzado)
Claridad y Fluidez	Habla de manera poco clara y con interrupciones frecuentes.	Habla con claridad básica, pero con pausas o muletillas.	Habla claramente y con fluidez general.	Habla de manera excepcionalmente clara, fluida y persuasiva.

Estructura del Discurso	Presenta ideas desordenadas, sin introducción o cierre.	Tiene una estructura básica con lapsos de incoherencia.	Presenta un discurso organizado con transiciones adecuadas.	Organiza su discurso de forma impecable, con transiciones fluidas y coherencia total.
Lenguaje Corporal	Evita contacto visual, no usa gestos o tiene postura inadecuada.	Hace contacto visual ocasional y usa gestos mínimos.	Usa contacto visual, gestos y postura de manera adecuada.	Demuestra control sobresaliente de lenguaje corporal, transmitiendo confianza.
Dominio del Tema	Muestra escasa comprensión o no responde adecuadamente a preguntas.	Comprende el tema de forma básica pero limitada.	Demuestra buen dominio del tema y responde con seguridad.	Domina completamente el tema y responde con profundidad y análisis crítico.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola

Dimensión: Expresión Escrita

Criterio	1 (Principiante)	2 (Básico)	3 (Intermedio)	4 (Avanzado)
Claridad y Coherencia	El texto es confuso y difícil de seguir.	El texto es comprensible, pero carece de fluidez.	El texto es claro, organizado y coherente.	El texto es excepcionalmente claro, coherente y persuasivo.
Estructura	Carece de introducción, desarrollo o conclusión.	Presenta una estructura básica con algunos lapsos.	Estructura lógica y adecuada, con transiciones claras.	Estructura impecable, con transiciones fluidas y un desarrollo sólido.
Gramática y Ortografía	Contiene errores frecuentes que afectan la comprensión.	Contiene algunos errores que no dificultan la lectura.	Presenta pocos errores gramaticales u ortográficos.	Escribe sin errores, demostrando un alto nivel de precisión gramatical.
Originalidad y Estilo	Usa lenguaje repetitivo y poca creatividad.	Usa un lenguaje básico y con poca riqueza léxica.	Usa un lenguaje variado y adecuado al propósito.	Usa un lenguaje rico, creativo y completamente adaptado al contexto.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola

Indicaciones para Uso:

Autoevaluación y Retroalimentación: Los estudiantes pueden autoevaluarse con la rúbrica después de cada actividad y comparar sus puntuaciones con la evaluación del facilitador.

Seguimiento del Progreso: Usar los puntajes para medir el progreso en cada dimensión y definir áreas de mejora.

Metas de Mejora Continua: Establecer metas específicas para reforzar habilidades en las áreas con puntuaciones más bajas.

CAPÍTULO V

5.- VALIDACIÓN

La propuesta de la práctica deliberada como estrategia pedagógica y andragógica en la expresión oral y escrita ha demostrado ser una herramienta transformadora para los estudiantes en proceso de nivelación universitaria. Este enfoque, basado en la repetición consciente, la retroalimentación constante y el ajuste progresivo, no solo promueve el desarrollo de habilidades comunicativas, sino también fomenta un aprendizaje más reflexivo y estructurado.

Resultados de la Propuesta

Uno de los logros más destacados de la propuesta es el incremento notable en las competencias comunicativas de los estudiantes. En el ámbito de la expresión escrita, se observó una mejora en la claridad y coherencia de los textos. Los participantes lograron estructurar sus ideas de manera más ordenada, utilizando una gramática precisa y un vocabulario enriquecido. Estas habilidades se desarrollaron a través de ejercicios de redacción, revisiones iterativas y actividades creativas que estimularon la reflexión sobre el estilo y el contenido.

En cuanto a la expresión oral, los estudiantes mostraron avances significativos en su fluidez, confianza y uso del lenguaje corporal. Las grabaciones de sus intervenciones permitieron identificar áreas de mejora, mientras que la retroalimentación grupal proporcionó una perspectiva diversa y constructiva. La participación en debates, presentaciones y ejercicios de improvisación fortalecieron su capacidad para estructurar ideas de forma clara y convincente.

Resultados de la creación- guía y metodología

La guía de práctica deliberada brindó un marco práctico y accesible para que los estudiantes trabajaran en el perfeccionamiento de sus habilidades. Sus principios clave —como

el establecimiento de metas específicas, la retroalimentación continua y la reflexión— facilitaron un aprendizaje dirigido y efectivo. Además, la estructuración de las actividades en fases claras, desde el diagnóstico inicial hasta la evaluación final, permitió adaptar las estrategias a las necesidades individuales de cada participante.

Un aspecto especialmente valorado fue la inclusión de ejercicios que combinaban práctica individual y colaborativa. Esto fomentó un ambiente de apoyo mutuo, donde los estudiantes se sintieron cómodos para experimentar, equivocarse y mejorar. La reflexión posterior a cada actividad ayudó a consolidar los aprendizajes y a establecer pasos concretos hacia el desarrollo continuo.

Resultados de la evaluación

Las evaluaciones iniciales y finales revelaron un progreso tangible en todas las dimensiones evaluadas. En expresión oral, se destacó el dominio del tema y la claridad en las presentaciones, mientras que en la expresión escrita sobresalió la originalidad y coherencia de los textos. Las rúbricas empleadas no solo facilitaron una medición objetiva del avance, sino que también guiaron a los estudiantes en su proceso de mejora continua.

Sin embargo, también se identificaron áreas de oportunidad. Algunos estudiantes requirieron mayor apoyo en la corrección gramatical y en la estructuración de sus discursos. Esto resalta la importancia de continuar personalizando las actividades y ofreciendo recursos adicionales para quienes lo necesiten.

Por último, la práctica deliberada no solo ha transformado la forma en que los estudiantes abordan la expresión oral y escrita, sino que también ha fortalecido su confianza y motivación para aprender. Este enfoque consciente y estructurado les ha permitido superar barreras y descubrir nuevas formas de expresarse con efectividad. Los resultados alcanzados

son testimonio del poder de una metodología que coloca al estudiante en el centro del proceso de aprendizaje, empoderándolo para alcanzar su máximo potencial.

La implementación de la práctica deliberada como estrategia pedagógica en la expresión oral y escrita ha demostrado ser una herramienta transformadora para los estudiantes en proceso de nivelación universitaria. Este enfoque, basado en la repetición consciente, la retroalimentación constante y el ajuste progresivo, no solo promueve el desarrollo de habilidades comunicativas, sino también fomenta un aprendizaje más reflexivo y estructurado.

La práctica deliberada de la expresión oral y escrita emerge como un enfoque pedagógico transformador que, basado en la reflexión y la repetición consciente, ha sido explorado en profundidad en los documentos analizados. Tanto en la propuesta como en los resultados obtenidos de su implementación, se evidencia que esta metodología no solo mejora las competencias comunicativas, sino que también promueve un aprendizaje estructurado y significativo.

En primer lugar, la propuesta de práctica deliberada destaca por su enfoque en el diseño de actividades personalizadas que abordan las debilidades individuales de los estudiantes. Estas actividades incluyen talleres de escritura guiada, debates académicos y ejercicios de grabación, todos acompañados de retroalimentación constante. Los resultados obtenidos confirman que los estudiantes mejoraron en claridad, coherencia y originalidad en sus textos, así como en confianza y fluidez al hablar en público. Como se señala en el documento, “la corrección de errores durante la práctica deliberada permite a los estudiantes interiorizar mejor las normas gramaticales y estructurales” (Ruiz y Morales, 2022, p. 28).

La práctica deliberada de la expresión oral y escrita se presenta como una metodología integral que, al combinar actividades estructuradas con retroalimentación y reflexión, potencia el desarrollo comunicativo de los estudiantes. No obstante, para maximizar su impacto, es

esencial superar las limitaciones identificadas e integrar estrategias que equilibren los aspectos técnicos y emocionales del aprendizaje. Esta metodología no solo enriquece el ámbito académico, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos de un entorno globalizado y competitivo.

CONCLUSIÓN:

La presente investigación concluye que la práctica deliberada constituye una metodología eficaz y transformadora para el desarrollo de competencias comunicativas, especialmente en la expresión oral y escrita de los estudiantes de nivelación universitaria. Al ser una metodología del aprendizaje basado en la repetición consciente, la retroalimentación constante y el esfuerzo planificado, permite no solo mejorar habilidades específicas, sino también fortalecer la confianza y la autorregulación de los estudiantes en sus procesos de aprendizaje.

El análisis realizado evidencia que las deficiencias en la expresión oral y escrita, tales como el miedo escénico, la inseguridad, las limitaciones gramaticales y la escasa cohesión textual, se encuentran arraigadas en factores estructurales y pedagógicos. Entre estos destacan las metodologías tradicionales de enseñanza, la falta de recursos tecnológicos y bibliográficos, y la diversidad cultural y lingüística del contexto ecuatoriano, que no siempre se aborda desde una perspectiva inclusiva.

La implementación de la práctica deliberada mediante talleres, debates, redacciones guiadas y evaluaciones formativas permitió observar avances significativos en la articulación de ideas y en la claridad de los argumentos presentados por los estudiantes. No obstante, los hallazgos también señalan la necesidad de fortalecer esta metodología a través de una mayor integración en los currículos académicos, la capacitación docente y el acceso a herramientas educativas modernas.

En síntesis, la práctica deliberada se erige como un modelo pedagógico clave para superar las barreras comunicativas y promover el desarrollo integral de los estudiantes, preparándolos para responder con eficacia a las demandas académicas y profesionales en un entorno globalizado y competitivo.

RECOMENDACIONES:

Implementar talleres regulares de práctica deliberada, incorporando actividades específicas para la expresión oral y escrita, como debates, dramatizaciones y ensayos académicos.

Proveer capacitaciones constantes a los docentes en técnicas de retroalimentación y diseño de actividades basadas en la práctica deliberada.

Aumentar el acceso a recursos tecnológicos y bibliográficos para apoyar el desarrollo de habilidades comunicativas.

Diseñar estrategias inclusivas que tomen en cuenta la diversidad cultural y lingüística de los estudiantes, fomentando un aprendizaje más equitativo y participativo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Alcívar, Y. A. (2023). Adquisición de habilidades lingüísticas y desarrollo de competencias comunicativas. *Revista Científica FIPCAEC* (Fomento de la investigación y publicación científico-técnica multidisciplinaria). ISSN: 2588-090X. Polo de Capacitación, Investigación y Publicación (POCAIP), 8(2), 404-419.
- Almeida, A. M., Baranger, D., & Piovani, J. I. (2023). Origen social, competencias lingüísticas y patrones de publicación científica en Argentina, Brasil y Chile. *Tempo Social*, 34, 49-74.
- Ambrose, S. A., Bridges, M. W., DiPietro, M., Lovett, M. C., & Norman, M. K. (2010). *How learning works: Seven research-based principles for smart teaching*. Jossey-Bass.
- Araujo Chalá, M. (2023). La escritura creativa y su relación con la expresión escrita. Universidad Central del Ecuador.
- Barrientos-Jiménez, M., Durán-Pérez, V. D., León-Cardona, A. G., & García-Tellez, S. E. (2015). La práctica deliberada en la educación médica. *Revista de la Facultad de Medicina* (México), 58(6), 48-55.
- Calderón Quintana, A. D. (2024). Técnicas narrativas para mejorar la expresión oral en los estudiantes del colegio Juan de Velasco Riobamba, periodo 2022-2023. Bachelor's thesis, Riobamba, Universidad Nacional de Chimborazo.
- Cely Tovar, A., Vargas Sánchez, A. D., & Pedraza Córdoba, J. D. P. (2023). Prácticas y desafíos de la educación para la ciudadanía global: una revisión de literatura. *Revista Virtual Universidad Católica Del Norte*, (70).
- Cueto Abanto, B. M. (2023). El aprendizaje colaborativo y la competencia comunicativa en un contexto de aprendizaje de educación superior. Estudio de caso.

- Curipoma, C. N. G., Ocampo, M. E. N., Cajilima, D. P. C., & Peralta, S. R. T. (2023). Metodologías activas en el proceso de enseñanza-aprendizaje: implicaciones y beneficios. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 3311-3327.
- Dweck, CS (2006). *Mindset: La nueva psicología del éxito*. Casa aleatoria.
- Echevarría, N. (2013). Estrategia didáctica para el desarrollo del proceso de comunicación oral pedagógica en la Educación Superior. Tesis de Maestría, Universidad de Pinar del Río.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T. y Tesch-Römer, C. (1993). El papel de la práctica deliberada en la adquisición del desempeño experto. *Revisión psicológica*, 100(3), 363-406.
- Esquivel, W. E. V., & Azahuanche, M. Á. P. (2021). Las competencias comunicativas como factor fundamental para el desarrollo social. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(3), 433-456.
- Estrada, S. J., & Rodríguez, J. S. (2024). Paradigma socio-crítico y su vigencia en la postmodernidad. Fondo Editorial de La Universidad Bicentenario de Aragua.
- Faneite, S. F. A. (2023). Los enfoques de investigación en las Ciencias Sociales. *Revista Latinoamericana Ogmios*, 3(8), 82-95.
- Figuroa, T. L. G., Mendoza, J. R. D., & Isaac, R. M. (2023). El desarrollo de competencias comunicacionales a partir del aprendizaje basado en proyectos en los estudiantes de básica superior. *Sinergia Académica*, 6(Especial), 101-122.
- Giraldo, D. F. B. (2023). Sistematización de experiencias educativas: entre teoría y metodología. *Revista Internacional de Pedagogía e Innovación Educativa*, 3(1), 155-180.
- Gladwell, M. (2008). *Valores atípicos: la historia del éxito*. Pequeño, Brown y compañía.
- Hernández Pardo, B. (2023). Técnicas y estrategias de comunicación oral.

- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*.
- Hinchazón, J. (1988). Carga cognitiva durante la resolución de problemas: efectos en el aprendizaje. *Ciencia cognitiva*, 12 (2), 257-285.
- Huaman, P. V., Loayza, J. W. V., & Huaman, P. V. (2024). Desarrollo de la competencia comunicativa en educación superior.
- Jofre, J. M. M. (2023). Diseño de investigación cualitativa. *Revista de la Educación Superior*, 52(206), 149-154.
- Jurado Chamorro, M. F. (2024). Centro de escritura digital como apoyo andragógico para estudiantes de la PUCESA. Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador.
- Kaufman, J. C. y Beghetto, R. A. (2009). Más allá de lo grande y lo pequeño: el modelo de creatividad de las cuatro c. *Revista de Psicología General*, 13(1), 1-12.
- Llontop, F. P., Ortiz, L. E. B., Martínez, C. A. F., Soplin, L. A. N., & Cabrejos, D. A. U. (2024). Competencias Comunicativas Docente En La Escuelas Profesionales Durante 2010 Al 2023. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(3), 9968-9990.
- Loor, L., & María, Z. (2024). La expresión oral, un medio para el desarrollo de habilidades sociales en niños de preparatoria. Universidad de San Gregorio- Portoviejo.
- Marecos, C. (2020). Práctica deliberada en Medicina: revisión. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNNE*, 40(1), 32-39.
- Mollo, S. E. C. (2023). Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 1865-1879.
- Murrieta Ortega, R. (2024). Escritura académica en educación superior. Dificultades y desarrollo

- de saberes con apoyo de las TIC. RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 15(29).
- Nicol, D. J. y Macfarlane-Dick, D. (2006). Evaluación formativa y aprendizaje autorregulado: un modelo y siete principios de buena práctica de retroalimentación. *Estudios de Educación Superior*, 31(2), 199-218.
- Oleas, G. T. S., Torres, E. D. M., Arévalo, S. C. H., & Tagle, J. L. V. (2023). Percepción y conocimiento de metodologías activas para la enseñanza en la post pandemia. *Revista EDUCARE-UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa 2.0*, 27(1), 181-196.
- Pacheco, R. J. P. (2023). Diseño metodológico de sistematización de preguntas abiertas: un esfuerzo para mejorar la investigación cualitativa. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(6), 919-925.
- Parra-Bernal, L. R., Menjura-Escobar, M. I., Pulgarín-Puerta, L. E., & Gutiérrez, M. M. (2021). Las prácticas pedagógicas. Una oportunidad para innovar en la educación. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 17(1), 70-94.
- Pinto, E., & Vásquez, F. (2018). *Guía Básica para el Desarrollo de Proyectos de Investigación*. Quito: Friends.
- Retamozo, M. (2024). Constructivismo: epistemología y metodología en las ciencias sociales.
- Reyes, Ó. E. S. (2024). Competencias socioemocionales y riesgo social en la educación rural. *Societas*, 26(2), 75-93.
- Roque Cala, K., Pulido Díaz, A., Domínguez García, I., Echevarría Bustamante, N., & Páez Rodríguez, B. (2018). La comunicación oral pedagógica en la formación de profesionales. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 22(3), 186-196.

- Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, L. (2014). Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. *RH Sampieri, Metodología de la Investigación*, 22.
- Sinchi, D. L. C., Machado, R. F. B., Guampe, F. V. S., & Viteri, B. S. P. (2023). Guía didáctica de actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en el primer año de educación básica. *Polo del conocimiento*, 8(7), 219-239.
- Timbalombo P. R. M. (2020). *Las estrategias metodológicas y la expresión oral*.
<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/31609>
- Torres Lucas, J. (2023). Comunicación académica.
- Troyano Fernández, M. V. (2023). Técnicas y estrategias de comunicación escrita.
- Vega-Cocha, D. P., Vásquez-Chicaiza, F. P., & Alcaciega-Ochoa, L. J. (2024). Esquemas de redacción para la redacción de frases. *MQRInvestigar*, 8(4), 7374-7390.
- Vygotsky, LS (1978). *La mente en la sociedad: el desarrollo de procesos psicológicos superiores*. Prensa de la Universidad de Harvard.
- Zimmerman, BJ (2002). Convertirse en un alumno autorregulado: una descripción general. De la teoría a la práctica, 41 (2), 64-70.

ANEXOS:

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN LINGÜÍSTICA Y LITERATURA

ENTREVISTA A ESTUDIANTES DE NIVELACION DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA DE LA UNIDAD
UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR.

Instrumento guía - expresión oral y escrita (entrevista a los estudiantes de nivelación de la carrera de Sociología)

Pregunta	Objetivo de la Pregunta	Indicadores de Respuesta	Observaciones del Moderador
1. ¿Qué dificultades has identificado al presentar los escritos y al momento de hablar?	Explorar las preferencias de los estudiantes entre la expresión oral y escrita y las razones detrás de estas preferencias.	Falta de claridad y cohesión en la escritura. Dificultad para estructurar ideas de manera ordenada. Inseguridad al hablar en público. Uso deficiente del vocabulario y la gramática.	Nivel de participación: Algunos estudiantes muestran disposición para responder con detalle, mientras que otros son más reservados
2. ¿Qué actividades en clase te han ayudado más en mejorar tu capacidad de hablar en público y en el escribir con claridad?	Identificar las actividades que han impactado más en el desarrollo de habilidades orales y escritas.	Presentaciones orales en clase. Redacción de ensayos y resúmenes. Participación en debates o foros de discusión. Lecturas guiadas y análisis de textos.	Nivel de participación: Algunos estudiantes muestran disposición para responder con detalle, mientras que otros son más reservados
3. ¿Recibes retroalimentación suficiente de los docentes para mejorar tu forma de hablar y escribir?	Evaluar la calidad y frecuencia de la retroalimentación que reciben los estudiantes en ambas modalidades.	Comentarios generales sin detalles específicos. Correcciones puntuales, pero sin estrategias de mejora. Oportunidad de recibir retroalimentación individualizada.	Claridad en las respuestas: Se identifican respuestas poco estructuradas, lo que sugiere dificultades en la organización del discurso.

		Necesidad de mayor acompañamiento docente.	
4. ¿Cuáles son las principales dificultades que encuentras al expresarte por escrito o de manera oral?	Reconocer los obstáculos más comunes que enfrentan los estudiantes al intentar expresarse.	Dificultad para organizar ideas antes de escribir o hablar. Falta de práctica constante. Miedo escénico y ansiedad al expresarse en público. Poca claridad en la argumentación.	Patrones comunes en dificultades: Se evidencian problemas recurrentes como la falta de confianza al hablar en público y la dificultad en la organización de ideas en la escritura.
5. ¿Cómo crees que podrías mejorar tus habilidades de expresión oral y escrita?	Explorar las propuestas de los estudiantes para mejorar sus habilidades en ambas formas de comunicación.	Mayor cantidad de ejercicios prácticos. Estrategias de aprendizaje basado en práctica deliberada. Sesiones de retroalimentación detalladas. Trabajo en grupos para mejorar la confianza.	Percepción sobre la retroalimentación docente: En general, los estudiantes valoran la retroalimentación, pero consideran que podría ser más detallada y orientada a la mejora.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN Y POSGRADO
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN MENCIÓN LINGÜÍSTICA Y LITERATURA

ENTREVISTA A ESTUDIANTES DE NIVELACION DE LA CARRERA DE SOCIOLOGÍA DE LA UNIDAD
UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR.

Instrumento guía – practica deliberada (entrevista a docente expertos)

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Título de la Investigación: LA PRÁCTICA DELIBERADA EN LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA: IMPLICACIONES EN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS COMUNICATIVAS

Instrumento de investigación: Este instrumento tuvo como propósito entrevistar a expertos en lengua y literatura para obtener información sobre la aplicación de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita y su impacto en el desarrollo de competencias comunicativas

Pregunta	Objetivo de la Pregunta	Indicadores de Respuesta	Observaciones del Moderador
¿Cómo define la práctica deliberada en el desarrollo de la expresión oral y escrita?	Identificar el concepto de práctica deliberada desde la perspectiva del experto.	Definición clave, elementos fundamentales, diferencias con otras metodologías.	Verifica el nivel de consenso en las respuestas y precisar conceptos clave.
¿Qué estrategias específicas recomienda para mejorar la expresión oral y escrita mediante la práctica deliberada?	Explorar estrategias efectivas utilizadas por expertos en la enseñanza de la comunicación.	Técnicas recomendadas, frecuencia y aplicación en distintos contextos.	Identifica coincidencias y divergencias en las estrategias propuestas.
¿Cuáles son los principales obstáculos que enfrentan los estudiantes al aplicar la práctica deliberada en la expresión oral y escrita?	Analizar las dificultades más frecuentes en la implementación de esta metodología.	Factores internos y externos que afectan el aprendizaje, nivel de motivación, barreras institucionales.	Evalúa la viabilidad de estrategias para superar las dificultades mencionadas.
¿Qué papel juega la retroalimentación en	Determinar la importancia y	Tipos de retroalimentación,	Comparara experiencias de

la práctica deliberada de la expresión oral y escrita?	características de la retroalimentación efectiva en el desarrollo comunicativo.	frecuencia, impacto en la mejora del desempeño.	expertos sobre el tipo de retroalimentación más efectiva.
¿Cómo se puede medir de manera efectiva el impacto de la práctica deliberada en la expresión oral y escrita de los estudiantes?	Identificar métodos de evaluación adecuados para medir avances en las competencias comunicativas.	Indicadores de evaluación, herramientas utilizadas, criterios de medición.	Analiza la aplicabilidad de las metodologías sugeridas en diversos entornos educativos.

Elaborado por: Vega Cocha Diana Paola.

La práctica deliberada de la expresión oral y escrita dentro y fuera de las aulas es esencial para el desarrollo de habilidades comunicativas sólidas, especialmente en estudiantes de nivelación universitaria. Este enfoque busca trabajar de manera intencional, estructurada y constante, con el objetivo de mejorar aspectos específicos de estas competencias.



Estudiantes de nivelación universitaria en el taller de expresión oral y escrita usando la metodología de enseñanza con la práctica deliberada



Estudiantes de nivelación universitaria en el taller de expresión oral usando la metodología de enseñanza con la práctica deliberada.



Estudiantes de nivelación universitaria en el taller de expresión oral y escrita usando la metodología de enseñanza con la práctica deliberada.



Estudiantes de nivelación universitaria en el taller de expresión oral y escrita ampliando las competencias comunicativas. **Lectura en voz alta:** Mejorar dicción, entonación y comprensión lectora, promoviendo una interacción reflexiva con el texto.



Docente y estudiantes de nivelación universitaria en el taller de expresión oral y escrita usando la metodología de enseñanza de la Práctica Deliberada y la implicación en el desarrollo de competencias comunicativas dentro y fuera del aula.



Identificar fortalezas y áreas de mejora tanto en la expresión oral como en la escrita. Usar rúbricas claras que evalúen aspectos específicos, como coherencia, gramática, creatividad, claridad y uso de recursos expresivos.



Exposiciones y debates: Proponer temas de interés académico o social y asignar roles para argumentar y contrargumentar.