



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO**

**UNIDAD ACADÉMICA EDUCACIÓN SEMIPRESENCIAL Y A  
DISTANCIA**

**PROYECTO DE GRADO**

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN:  
EDUCACIÓN BÁSICA**

**TÍTULO DEL PROYECTO**

**LA CONCENTRACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD BÁSICA N.- 22  
“PAULINO MILÁN HERRERA” DEL CANTÓN MILAGRO**

**Autoras:**

Pérez Velarde Lady Patricia.

López Torres Carmen Agustina.

**AÑO 2011**

**MILAGRO - ECUADOR**



## **ACEPTACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor de Proyecto de Investigación nombrado por el Consejo Directivo de la Unidad Académica Educación Semipresencial y a Distancia de la Unidad Estatal de Milagro CERTIFICO:

Que he analizado el Proyecto de Grado con el título de: “LA CONCENTRACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES”. Presentado previo a la obtención y desarrollo de la investigación para optar el título de LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN: EDUCACIÓN BÁSICA.

El mismo que considero debe ser aceptado por reunir los requisitos legales y por la importancia del tema. Presentando por las egresadas: Lady Patricia Pérez Velarde. C.I 092233537-7 y Carmen Agustina López Torres. C.I 090806501-4.

---

TUTOR  
Ing. Ms. Edwin León Plúas.



## DECLARACIÓN DE AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

El autor de esta investigación declara ante el Consejo Directivo de la Unidad Académica de Educación Semipresencial y a Distancia de la Universidad Estatal de Milagro, que el trabajo presentado es de nuestra propia autoría, no contiene material escrito por otra persona, salvo el que está referenciado debidamente en el texto; parte del presente documento o en su totalidad no ha sido aceptado para el otorgamiento de cualquier otro Título o Grado de una institución nacional o extranjera.

Milagro, a los 25 días del mes de Noviembre del 2011.

---

Lady Pérez Velarde.  
C.I 092233537-7

---

Carmen López Torres.  
C.I 090806501-4



## CERTIFICACIÓN DE LA DEFENSA

EL TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del título de LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN: EDUCACIÓN BÁSICA otorga el presente proyecto de investigación las siguientes calificaciones.

MEMORIA CIENTÍFICA	( )
DEFENSA ORAL	( )
TOTAL	( )
EQUIVALENTE	( )

\_\_\_\_\_  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

\_\_\_\_\_  
PROFESOR DELEGADO

\_\_\_\_\_  
PROFESOR SECRETARIO



## CERTIFICACIÓN DE LA DEFENSA

EL TRIBUNAL CALIFICADOR previo a la obtención del título de LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN MENCIÓN: EDUCACIÓN BÁSICA otorga el presente proyecto de investigación las siguientes calificaciones.

MEMORIA CIENTÍFICA	( )
DEFENSA ORAL	( )
TOTAL	( )
EQUIVALENTE	( )

\_\_\_\_\_  
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

\_\_\_\_\_  
PROFESOR DELEGADO

\_\_\_\_\_  
PROFESOR SECRETARIO

## DEDICATORIA

Ha sido un recorrido largo y de luchas constantes, con caídas y levantes, con desánimos y alegrías, pero también un gozo placentero con experiencias vividas y jamás olvidadas.

Este trabajo se lo dedico especialmente a mi querida madre, que aunque no se lo he dicho, es la persona más importante en mi vida, y para mí siempre será un modelo a seguir de valentía y perseverancia.

A tí, ¿a quién más? Sino a ti que estuviste a mi lado siempre y no te cansaste de insistir en que progresara y saliera adelante, aquí están los resultados no he defraudado y nunca quisiera hacerlo, porque para mí es muy importante ver alegría en tu rostro.

Espero siempre obedecerte como lo he hecho hasta ahora, ya sé que todo lo que me dices es siempre para mi bien.

Gracias por ser mi mamá.

Lady Pérez Velarde.

## DEDICATORIA

A mi Dios...

Quien siempre será mi guía y luz que alumbra mi camino.

A mi esposo Sr. José Rodríguez Mendoza, mi amor, por su paciencia y valiosa ayuda, gracias por estar a mi lado en los momentos más difíciles que hemos pasado en nuestro hogar.

A mis padres Clemencia y Francisco; a Clemencia por su amor, sacrificio, sus cuidados sabios consejos y bendiciones a cada momento.

A mis hijos Ing. Marco Antonio, José Luis, Carlos Alberto, José Francisco mis motivaciones y amores, son la luz de mis ojos.

A todas las personas que estuvieron cerca en mi lucha.

Carmen López Torres.

## AGRADECIMIENTO

Son tantas las personas a las que quisiera agradecer por su apoyo, amistad, comprensión y ánimo en los momentos más necesarios de mi vida, quiero darles las gracias por formar parte de mis logros tan ansiados.

En primera instancia agradecer a mi Dios, Jehová por prestarme la vida y las fuerzas necesarias y siempre estar rodeada de personas tan lindas.

A todos mis maestros a lo largo de mi vida académica, a ellos que infundieron en mí la perseverancia, la disciplina y la responsabilidad para hacer de mí una adulta responsable.

A mis compañeros de carrera que siempre supieron apoyarme y compartir experiencias inolvidables.

A mi maestro Tutor Ing. Edwin León Plúas que de manera sacrificada estuvo siempre dispuesto a atenderme y que con su caudal de sabiduría y conocimientos supo guiarme y corregirme para que este trabajo cumpliera con su cometido.

Al director de la Unidad Básica Educativa "Paulino Milán Herrera" el Ab. Homero Gómez y a todo su personal docente, muchas gracias.

Y como no, a toda mi querida familia, papá, mamá y hermanos, en especial a mi querida madre María de Pérez. Le doy mil gracias por su empuje y apoyo incondicional brindado.

Le doy gracias a todas las personas que han estado a mi alrededor, porque de una u otra manera han contribuido y llegar a ser un apoyo para mí.

GRACIAS...

Lady Pérez Velarde.



## **AGRADECIMIENTO**

A mi Dios por ser mi guía espiritual.

La perseverancia, el amor, mi familia y los deseos de superación han permitido lograr la meta que me propuse en mi vida, ser mejor cada día como persona, madre, esposa, mujer y profesional.

A mi amigo y maestro Ing. Ms. Edwin León Plúas, quien con su ayuda y sus valiosos conocimientos y consejos ha sido mi guía intelectual.

Carmen López Torres.



## CESIÓN DE DERECHOS DEL AUTOR

Doctor  
**Rómulo Minchala.**  
**Rector de la Universidad Estatal de Milagro**  
Presente

De mis consideraciones:

Mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor del Trabajo realizado como requisito previo para la obtención de nuestro Título de Tercer Nivel, cuyo tema fue “LA CONCENTRACIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD BÁSICA N.-22 “PAULINO MILÁN HERRERA” DEL CANTÓN MILAGRO” y que corresponde a la Unidad Académica Educación Semipresencial y a Distancia.

Milagro, 25 de Noviembre de 2011

---

Lady Pérez Velarde.  
C.I 092233537-7

---

Carmen López Torres.  
C.I 090806501-4

## PÁGINAS PRELIMINARES

Carátula.....	i
Aceptación por el tutor.....	ii
Declaración de autoría de la investigación.....	iii
Declaración de autoría de la investigación.....	iv
Certificación de la defensa.....	v
Dedicatoria.....	vi
Dedicatoria.....	vii
Agradecimiento.....	viii
Agradecimiento.....	ix
Cesión de los derechos del autor.....	x
Índice general.....	xi
Resumen.....	xix
Abstract.....	xx

## ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>2</b>
1.1.1 Problematización.....	2
1.1.2 Delimitación del Problema.....	4
1.1.3 Formulación del Problema.....	4
1.1.4 Sistematización del Problema.....	4

XI

1.1.5 Determinación del Tema.....	5
1.2 OBJETIVOS.....	5
1.2.1 Objetivo General.....	5
1.2.2 Objetivos Específicos.....	5
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	5

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO REFERENCIAL**

2.1 MARCO TEÓRICO.....	7
2.1.1 Antecedentes Históricos.....	7
2.1.2 Antecedentes Referenciales.....	8
2.1.3 Fundamentación de la Variables.....	8
2.2 Marco Conceptual.....	20
2.2.1 Fundamentación Psicológica.....	21
2.2.2 Fundamentación Legal.....	22
2.3 HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	23
2.3.1 Hipótesis General.....	23
2.3.2 Hipótesis Particular.....	23
2.3.3 Declaración de Variables.....	23
2.3.4 Operacionalización de las Variables.....	23

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

3.1 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN Y SU PERSPECTIVA GENERAL....	25
3.2 LA POBLACIÓN Y LA MUESTRA.....	25

3.2.1 Característica de la Población.....	25
3.2.2 Delimitación de la Población.....	26
3.3 LOS MÉTODOS Y LAS TÉCNICAS.....	26
3.3.1 Métodos Teóricos.....	26
3.3.2 Métodos Empíricos.....	27
3.4 EL TRATAMIENTO ESTADÍSTICO DE LA INFORMACIÓN.....	28
 <b>CAPÍTULO IV</b>	
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS</b>	
4.1 ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL.....	29
4.2 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIAS Y PERSPECTIVAS.....	39
4.3 RESULTADOS.....	39
4.4 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.....	40
4.5 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIAS Y PERSPECTIVAS.....	46
4.6 RESULTADOS.....	46
4.7 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.....	47
 <b>CAPÍTULO V</b>	
<b>PROPUESTA</b>	
5.1 TEMA.....	48
5.2 FUNDAMENTACIÓN.....	48
5.3 JUSTIFICACIÓN.....	49
5.4 OBJETIVOS.....	50
5.4.1 Objetivo General.....	50
5.4.2 Objetivo Específico.....	50

5.5 UBICACIÓN.....	50
5.6 FACTIBILIDAD.....	51
5.7 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA.....	51
5.7.1 Actividades.....	51
5.7.2 Recursos, Análisis Financieros.....	52
5.7.3 Impacto.....	52
5.7.5 Lineamiento para Evaluar la Propuesta.....	53
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>58</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>59</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>60</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>61</b>
Anexo 1	
Formato de Encuestas a los directivos y docentes.....	74-75
Formato de Encuestas a los estudiantes.....	76-77
Anexo 3	
AUTORIZACIÓN PARA EJECUTAR LA PROPUESTA	
ACTA DE PRESENTACIÓN DE AVANCE DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN	
Anexo 4	
TALLER DE TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONCENTRACIÓN.....	79-91

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1	
Operacionalización de las Variables.....	24

## ENCUESTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES

### Cuadro 1

Cuando tu maestro explica la clase ¿se te hace fácil prestar atención?.....30

### Cuadro 2

Cuando tu maestro da la clase, ¿tienes la costumbre de observar su rostro?.....31

### Cuadro 3

Crees que basta con leer una sola vez un escrito para asimilar la información?.....32

### Cuadro 4

Cuando tu maestro da una orden ¿la entiendes de inmediato?.....33

### Cuadro 5

Las clases que tú recibes ¿son motivadoras y divertidas?.....34

### Cuadro 6

¿Te resultan interesantes las clases que recibes?.....35

### Cuadro 7

¿Consideras que los alimentos en tu casa son saludables?.....36

### Cuadro 8

¿Estás pasando por conflictos con tus padres, hermanos, compañeros, otros?.....37

### Cuadro 9

¿Cuántas horas diarias duermes?.....38

## ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DIRECTIVOS Y DOCENTES

### Cuadro 10

Considera que el bajo rendimiento académico de los estudiantes se debe a:.....41

Cuadro 11	
La falta de concentración de los estudiantes es:.....	43
Cuadro 12	
Usted como docente ha implementado las siguientes estrategias.....	44
Cuadro 13	
En su opinión este proyecto de investigación aportará a los estudiantes:.....	45
<b>RECURSOS DE ANALISIS FINANCIERO</b>	
Cuadro 14	
Análisis Financiero.....	52
Cuadro 15	
Cronograma de Actividades.....	53

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

### **CENTRO EDUCATIVO DE EDUCACIÓN BÁSICA No. 22 “PAULINO MILÁN HERRERA”**

Figura 1	
Unidad Básica Paulino Milán Herrera.....	62
Figura 2	
Director de la Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrera- Ab. Homero Gómez.....	6
Figura 3	
Las egresadas con el Director de la Unidad Básica.....	63



Figura 4	
Las Egresadas con la Docente de Lengua y Literatura.....	63
Figura 5	
Aplicando las encuestas para el diagnóstico en los estudiantes de octavo año Básico.....	64
Figura 6	
Aplicando las encuestas para el diagnostico en los estudiantes de octavo año Básico.....	64
Figura 7	
Aplicando la técnica de subrayado con los estudiantes.....	65
Figura 8	
Aplicando la técnica de subrayado con los estudiantes.....	65
Figura 9	
Aplicando técnicas de relajación.....	66
Figura 10	
Aplicando técnicas de relajación.....	66
Figura 11	
Aplicando la técnicas del esquema.....	67
Figura 12	
Aplicando la técnicas del esquema.....	67
Figura 13	
Dando a conocer en qué consiste la concentración y como afecta al rendimiento académico en los estudiantes.....	68

Figura 14	
Dando a conocer en qué consiste la concentración y como afecta al rendimiento académico en los estudiantes.....	68
Figura 15	
Trabajando con los estudiantes con la técnica del resumen.....	69
ENCUESTA APLICADA A LOS DIRECTORES Y DOCENTES DE DIVERSAS ESCUELAS FISCALES.	
Figura 16	
Directora encuestada de la Escuela Fiscal “28 DE Agosto”.....	70
Figura 17	
Docente encuestado de la Escuela Fiscal “28 DE Agosto”.....	70
Figura 18	
Docente encuestado de la Escuela Fiscal “Teodoro Wolf”.....	71
Figura 19	
Docente encuestada de la Escuela Fiscal “Teodoro Wolf”.....	71
Figura 20	
Docente encuestado de la Escuela Fiscal “Benjamín Carrión”.....	72
Figura 21	
Docente encuestada de la Escuela Fiscal “Benjamín Carrión”.....	72
Figura 22	
Docente encuestada de la Escuela Fiscal “24 de Mayo”.....	73



## RESUMEN

En la actualidad la educación es imprescindible para el ser humano en sus diferentes etapas para lograr un desarrollo integral, pero en los últimos años se ha evidenciado una gran problemática, es la falta de concentración en los estudiantes, la cual se ha manifestado como algo común entre los educandos no permitiendo así el desarrollo del conocimiento. Quienes presentan esta dificultad ven limitado su aprendizaje y para los docentes representa un gran desafío pues los educandos no logran asimilar los conocimientos académicos de forma efectiva. El propósito del estudio es mejorar la aplicación de las técnicas de concentración en los estudiantes y que los docentes las sepan implementarlas en su labor de docencia, logrando así un alto rendimiento académico. La implementación de estas técnicas aportará en gran medida en su vida estudiantil incluso en su diario vivir ya que al aplicarlas desarrollaran el orden y responsabilidad junto con disciplina. En la metodología se utilizarán diversos métodos que ayuden a llevar a cabo este proyecto investigativo como lo es el método bibliográfico, analítico-sintético, hipotético-deductivo. Los principales beneficiarios de este proyecto investigativo serán los estudiantes y los docentes que en su aplicación mejorarán el rendimiento académico y las estrategias de enseñanza respectivamente. La propuesta se la realizará en la Unidad Básica N.-22 "Paulino Milán Herrera" del cantón Milagro, esta consta de técnicas y pequeños ejercicios de concentración que serán implementando gradualmente. En conclusión este proyecto educativo será de gran apoyo y aporte para toda la comunidad educativa en general, pero también servirá como una orientación para todo aquel que desee el progreso y superación académica.

**Palabras claves:** concentración, rendimiento, aprendizaje.



## ABSTRACT

At present the education is indispensable for the human being in his different stages to achieve an integral development, but in the last years a great problematic has been demonstrated, is the lack of concentration in the students, which has demonstrated as something common between the pupils not allowing this way the development of the knowledge. Those who present this difficulty see limited his learning and for the teachers it represents a great challenge since the pupils do not manage to assimilate the academic knowledge of effective form. The intention of the study is to improve the application of the technologies of concentration in the students and that the teachers can implement in his labor of teaching, achieving this way a high academic performance. The implementation of these technologies will reach to a great extent in his student life even in his diary to live since on having applied them they were developing the order and responsibility together with discipline. In the methodology there will be in use diverse methods that help to carry out this project investigativo like it is the bibliographical, analytical - synthetic, hypothetical - deductive method. The principal beneficiaries of this project investigativo will be the students and the teachers who in his application will improve the academic performance and the strategies of education respectively. The offer will realize it in the Basic Unit N.-22 " Paulino Milán Blacksmith " of the canton Miracle, this one consists of technologies and small exercises of concentration that will be helping gradually. In conclusion this educational project will be of great support and contribution for the whole educational community in general, but also it will serve as an orientation for everything that one who wishes the progress and academic overcoming.

**Key words:** concentration, performance, learning.

## INTRODUCCIÓN

El estudio se ha constituido a lo largo de la vida, una herramienta útil para el adelantamiento del hombre como individuo. A través de él, se logra el camino hacia el éxito, se empodera los conocimientos y se fortalece la personalidad del hombre.

La primera forma de adquirir este aprendizaje son por las experiencias previas que cada uno tiene, el solo hecho de observar la naturaleza o el entorno, ya genera de por si un determinado aprendizaje, lo que se constituye la educación de carácter informal. Con las correctas estrategias el docente logra que el aprendizaje sea parte del estudio.

Para que realmente este aprendizaje sea logrado en cualquier ser humano debe utilizarse las técnicas como la atención y la concentración, piezas claves para la internalización del objetivo. Esto permite enseñar a pensar primero a los estudiantes generando respuestas, soluciones, aportaciones y todo aquello que favorezca a sí mismo y sea productivo al entorno.

La problemática actual, de la falta de concentración de los estudiantes, incide de forma alarmante en el rendimiento académico a lo largo de su vida estudiantil, por su poca aportación, además durante el proceso de aprendizaje en las actividades áulicas. El desconocimiento de técnicas apropiadas para la concentración ha generado este tipo de situaciones. Los jóvenes de ahora, para realizar sus tareas o estudiar tienden hacerlo en la sala, en su dormitorio, en su cama, etc. en lugares no apropiados para una buena concentración.

Los distractores como la televisión, la radio, el volumen elevado, la música, las tareas al apuro, traen como consecuencia su poco rendimiento, bajas calificaciones pero lo más alarmante es que no aprenden mucho a lo largo de su vida estudiantil, llegando muchas veces a ser profesionales mediocres por la falta de una concentración adecuada. Este proyecto de investigación, tiene por objetivo fortalecer esta carencia, beneficiando en los estudiantes el aprendizaje formal, siendo seres productivos para la sociedad y por obvias razones para su país.

# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA.**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1.1 Problematicación**

La falta de concentración es uno de los problemas más comunes en los estudiantes. Quienes lo presentan ven limitado su aprendizaje y por ende para los docentes es todo un conjunto de dificultades ya que su rendimiento y comportamiento académico se ven afectados. La mayor parte del aprendizaje escolar depende de la concentración. La falta de atención en los estudios desemboca un desenvolvimiento deficiente que puede mejorarse con técnicas apropiadas a la hora de estudiar.

El problema de concentración radica en la dificultad para continuar de manera normal la educación académica, lo cual se manifiesta en un rendimiento insuficiente en el cumplimiento de tareas escolares, así como la tardanza para continuar el ritmo de trabajo como sus demás compañeros. Son varias las razones: por falta de madurez escolar, carencias sensoriales (visuales, auditivas o motoras), dificultades emocionales, falta de motivación para asimilar conocimientos y métodos inapropiados de enseñanza, elementos que son de carácter externos.

Los psicopedagogos aseguran que lo ideal es que desde pequeños los niños se acostumbren a concentrarse en una tarea durante unos minutos, para que al llegar a las escuelas puedan estudiar horas continuas. Para ello, es muy importante el crear ambientes adecuados en las instituciones educativas y en casa. Permitiendo así que pueda ser regulado desde la escuela y hasta en casa si se conocen los pormenores de esta problemática y así saber cómo hacerle frente. Pero desgraciada

mente muchos profesores y padres de familia no saben cómo manejar la situación. De ahí que cuanto más informados estén los padres y docentes sobre esta problemática mejores resultados se obtendrán.

Existen diversos factores que pueden servir como distractores para lograr una buena concentración en los estudiantes: la fatiga, falta de técnicas de estudios apropiadas, poco interés, los medios visuales, televisión, video juegos, el ruido externo, y otras más preocupantes como las producidas por una deficiente nutrición.

De acuerdo a lo observado en la Unidad Básica N.- 22 "Paulino Milán Herrera" del cantón Milagro, los estudiantes del octavo año de Educación Básica, tienen un rendimiento bastante deficiente, debido a la falta de aplicación de técnicas innovadoras en el estudio, evidenciado en las calificaciones presentadas por el docente.

De este diagnóstico se desprenden las siguientes causas:

- Clases poco motivadoras.
- Dificultad para captar el aprendizaje.
- Estudios realizados para el momento utilizando la memoria mediata.
- Padres de familia que desconocen técnicas apropiadas para mejorar el aprendizaje.
- Docentes que no aplican estrategias oportunas para disminuir la poca concentración.

De ello tenemos las siguientes consecuencias:

- No se da un óptimo desarrollo cognitivo en el estudiante.
- Mínimo nivel de esfuerzo por parte de los estudiantes
- No hay una internalización del aprendizaje.
- Estudiantes con nivel mínimo de conocimientos.

Una vez que sea aplicada la encuesta en los estudiantes, así como a directores y docentes de diferentes instituciones educativas se procederá a verificar lo evidenciado a través de la tabulación. De no solucionarse esta problemática en el

campo educativo, este se verá seriamente afectado pues el rendimiento académico de los estudiantes será muy deficiente. A partir del diagnóstico realizado en la institución se propondrá los lineamientos necesarios para mejorar el aprendizaje de los estudiantes y que sirva a la vez como guía y apoyo para los docentes.

### **1.1.2 Delimitación del problema**

La investigación analizará la concentración y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa N.- 22 “Paulino Milán Herrera” ciudadela La Pradera, calles Carlos Feraus Blum y Rubertino Tapia del cantón Milagro período lectivo 2011-2012, está dentro del área pedagógica, por lo tanto será aplicada al área de Lengua y Literatura.

### **1.1.3 Formulación del problema**

¿Cómo incide la falta de concentración en el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Educativa N.- 22 “Paulino Milán Herrera”, del cantón Milagro, provincia del Guayas durante el tercer trimestre del presente año lectivo 2011-2012?

### **1.1.4 Sistematización del problema**

- ¿Cómo incide la falta concentración en el rendimiento académico de los estudiantes?
- ¿De qué manera la aplicación de técnicas apropiadas de concentración ayudan a mejorar el rendimiento académico en los estudiantes?
- ¿En qué medida influyen las estrategias didácticas del docente para la concentración y su rendimiento académico en los estudiantes?
- ¿Cuáles son los factores que influyen en la falta de concentración?
- ¿Cómo incide la falta de un manual de técnicas de concentración para mejorar el rendimiento académico?



### **1.1.5 Determinación del tema**

La concentración y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la Unidad Educativa N.-22 "Paulino Milán Herrera" del cantón Milagro en el periodo lectivo 2011-2012.

## **1.2 OBJETIVOS**

### **1.2.1 Objetivo General**

Analizar la concentración a través de encuestas oportunas para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

### **1.2.2 Objetivos Específicos**

- Determinar cómo inciden la concentración en el rendimiento académico de los estudiantes.
- Detectar los factores internos dentro del aula que no permiten la concentración de los estudiantes.
- Establecer estrategias que ayuden a mejorar la concentración y el rendimiento de los estudiantes.
- Determinar técnicas de concentración apropiadas en el aula para concentrarse frente a una situación de aprendizaje.

## **1.3 JUSTIFICACIÓN**

A medida que los niños crecen, su capacidad de atención mejora, pero la concentración no es solo de la edad, también se puede aprender. Sin embargo, en los últimos años se ha evidenciado la falta de concentración de los estudiantes por diversas situaciones o factores que pueden ser internos o externos.

De acuerdo a los resultados de las prueba SER, el nivel de aprendizaje de los estudiantes en las diversas áreas es muy pobre. Lo preocupante de esto es llegar a comprender que los estudiantes egresan de las instituciones educativas con menores conocimientos, llegando a la universidad con escaso desempeño. El lograr que las presentes y futuras generaciones tengan un mejor perfil en el campo profesional, depende mucho de la calidad del aprendizaje que ellos hayan logrado a

lo largo de los doce años de estudios. La preocupación de los docentes está centrado en esta situación, tanto padres de familia como de la sociedad quienes se ven atados de impotencia. Es por ello la necesidad de buscar medidas alternativas para enmendar esta problemática que se visualiza de forma general en las instituciones educativas, de forma específica en la Unidad Básica Educativa N.-22 "Paulino Milán Herrera" del cantón Milagro.

El rendimiento académico de los estudiantes en el proceso educativo se ve afectado, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el estudiante, sino también en la acumulación de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales e intereses de cada uno de ellos. La falta de concentración, no permite una correcta interiorización del aprendizaje, más aún cuando el aprendiente no se siente involucrado con la materia objeto de estudio ya que muchas de las veces las materias no son de su agrado. Esta dificultad de concentrarse, genera en el estudiante trastornos en diversas áreas de estudio.

Dejar todo a la memoria, significa para el niño o niña, no brindar la oportunidad para ser parte de ese aprendizaje, no disfrutarlo ni permitirse el desarrollo del pensamiento, a través de una crítica constructiva, análisis, reflexión, aplicando la lógica en cada nuevo aprendizaje.

Es por ello que este proyecto de investigación presenta una propuesta orientadora que proporciona información y a la vez una alternativa de solución para los estudiantes de educación básica con problemas de concentración.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO REFERENCIAL**

#### **2.1 MARCO TEÓRICO**

##### **2.1.1 Antecedentes históricos**

Una de las grandes preocupaciones para los docentes lo constituye el bajo rendimiento escolar que se viene reflejando a lo largo de las últimas décadas. La utilización de la memoria como único recurso de “aprendizaje”, solo ha logrado que el conocimiento no sea interiorizado en ellos. Llevando como última consecuencia la deserción escolar. Esta falta de motivación es un factor incuestionable que influencia la realidad de la calidad de la educación. Los grandes pedagogos como los psicólogos mencionan a la motivación como parte importante para un buen rendimiento académico, y dentro de ello, se atribuye buena parte a la concentración.

Otro factor dentro de la psicología lo constituye la inteligencia, que se la relaciona de modo moderado a alto, en diversas poblaciones estudiantiles. Por otro lado, la variable concentración con sus diferentes rasgos y dimensiones, tiene correlaciones diversas y variadas según los rasgos y niveles de educación.

Otro factor que se ha relacionado mucho con el rendimiento académico es la ansiedad ante los exámenes, que se traduce en situaciones negativas y como consecuencia trae las bajas calificaciones. Muchas veces los estudiantes no son ca

paces de superar los exámenes a pesar de haber estudiado durante muchas horas y las causas de fracaso pueden ser múltiples.<sup>1</sup>

Todas estas situaciones, inciden de forma negativa en el aprendizaje de los estudiantes, por lo que se hace meritorio buscar medidas de solución que permitan mejorar la concentración durante el estudio y que se refleje por ende en el rendimiento académico de los alumnos.

### **2.1.2 Antecedentes Referenciales**

Dentro del proceso de investigación de material de referencia, en el caso específico del presente proyecto, luego de la consulta a la biblioteca de la Universidad Estatal de Milagro, se encontró lo siguiente:

1. “El rendimiento escolar de los niños (as) del segundo y tercer año de educación Básica”, AUTORAS: González Briones María, González B. Adriana, Guamán Sandra (2004)

Siendo el único proyecto, con referencia a una de las variables del proyecto en mención. Por lo que no coincide con el presentado.

### **2.1.3 Fundamentación de las variables**

#### **El aprendizaje**

La idea errónea de que se puede aprender tan solo con escuchar o leer una sola vez, es lo que manejan los estudiantes que ven innecesario poner atención, concentrarse para obtener mejores resultados y aprender eficazmente.

El objetivo primordial de la educación lo constituye cuando se obtiene éxito por el aprendizaje, porque se tiene la capacidad de hacer algo nuevo o de haber comprendido e interiorizado la mayor parte del nuevo conocimiento. Parte de esto está en la teoría de Jean Piaget, con la acomodación, asimilación de la nueva información con la anterior. Con la asimilación de una nueva información en nuestras

---

<sup>1</sup> CULTURAL S.A: *Guía moderna de estudios, planificación, técnicas y metodología*, pag 215, 269-270

estructuras existentes nos lleva a resistir el cambio; con ella garantizamos que el desarrollo intelectual sea deliberado y continuo.

En la acomodación de una nueva información nos garantiza el cambio y la proyección de nuestro entendimiento. El acomodo a sucesos ambientales obliga al niño a ir más allá de su actual entendimiento, sometiéndolo a situaciones nuevas.<sup>2</sup>

Debe tomarse en cuenta que no es solo cuanto se sabe sino cómo esa información puede mejorar o cambiar algo en el entorno o en la vida del que aprende. Pero para ello debe cumplir una serie de principios:

- Motivación
- Concentración
- Organización
- Comprensión

La motivación es un estado de activación o excitación que impele a los individuos a actuar<sup>3</sup>. Se la considera como el deseo del ser humano por hacer algo. En el caso específico de la motivación al estudiar, se da cuando realmente se interesa por ello. Se debe determinar lo que se desea conseguir durante el período de estudio.

La concentración, es un factor muy necesario para el aprendizaje, ya que representa toda la atención que pone el individuo para aprehender. Para concentrarse debe primero estar motivado, tener un interés o curiosidad respecto a ello. Es indispensable alejarse de aquellos elementos que puedan distraer la atención.

La organización, parte fundamental para el aprendizaje. Para hacerlo con eficacia se debe ordenar el material para comprender las ideas esenciales, para luego continuar con aquellas más básicas trabajando con inteligencia para encajar de forma correcta cada idea.

La comprensión es un factor de mucho provecho para el aprendizaje. La actitud es necesaria porque la comprensión es la consecuencia de un proceso de análisis y síntesis, de los hechos e ideas. La organización es necesaria ya que uno debe percibir la relación entre las partes de la información y los principios, antes que

---

<sup>2</sup> LABINOWICZ, Ed: *Introducción a Piaget*, Pearson Addison Wesley, pag. 36 -37, 1998.

<sup>3</sup> OCÉANO, Ed: *Enciclopedia de la Psicopedagogía, pedagogía y psicología*, pag 370-371, 2008.

pueda comprenderse su significado e importancia. La comprensión equivale al entendimiento, su propósito es penetrar en el significado, de sacar deducciones, de admitir las ventajas o razones para aprender. La comprensión consiste en asimilar en adquirir el principio de lo que se está explicando, descubrir los conceptos básicos, organizar la información y las ideas para que se transforme en conocimiento.

### **La concentración**

La concentración mental es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, o actividad que se esté realizando o pensando en realizar en ese momento, dejando de lado toda la serie de hechos u otros objetos que puedan ser capaces de interferir en su consecución o en su atención. El término concentración deriva de palabras latinas “con”, que expresa la relación por la cual dos personas están juntas, y “centrum” centro, que combinadas significan traer al centro algo de nuestro interés. Otra definición de la concentración es aquella que se refiere que es la detención intencionada y voluntaria del pensamiento en busca de una idea determinada o para solucionar un problema.

La concentración resulta vital para el **aprendizaje**, y la precisión en la ejecución de movimiento y la puesta en marcha de una estrategia. Los problemas de concentración son muy comunes en la mayoría de la gente, pero son particularmente importantes para quienes estudian.

Inciden factores positivos en ella, como es la atención, el cual es el proceso de selección de estímulo, centrando la atención en ello, entre todo lo que hay a su alrededor ignorando el resto. Entre estos factores incidente en la atención están los internos y externos. Entre los internos están los estímulos respecto del observador, color, tamaño de los objetos, grado de luminosidad, su novedad o rareza, movimientos y transformaciones. Entre los determinantes internos están los de naturaleza filosófica, psíquica.<sup>4</sup> Se presta atención a lo que le interesa al individuo

---

<sup>4</sup> CULTURAL S.A: *Guía moderna de estudios, planificación, técnicas y metodología*, pág. 55-56, 2005.

de acuerdo a su característica o por las motivaciones. Agregándose a la motivación, el interés los cuales están íntimamente relacionados.

También existen factores negativos, tales como la preocupación, por ejemplo, ante un examen, que hacen perder la concentración. El temor al fracaso o a equivocarse. La preocupación empieza como un pensamiento pasajero que aparece en su mente. Los problemas de concentración son fuentes de distracción muy común y corriente para los estudiantes que han de presentarse a un examen.

### **Detección de situación problema y su incidencia en el aprendizaje:**

- **Falta de atención:** se ha observado que los niños presentan dificultades para poder realizar sus tareas, ya que no logran atender los estímulos que el educador presenta.
- **Falta de concentración:** al no poder atender un estímulo no logran desarrollar las actividades impidiendo que estén sean terminadas.
- **Impulsividad al enfrentarse a una tarea:** Presentan respuesta sin planificación en la mayoría de las actividades que se realizan, ello conduce habitualmente a respuestas erróneas. De esta forma el niño presenta dificultades para autorregular su comportamiento.
- **Falta de estrategias para la memorización:** los niños no logran retener una idea o una explicación que eventualmente en un futuro inmediato, podrán utilizar para resolver un problema simple. Fácilmente olvidan procedimientos que ya fueron explicados para terminar sus tareas.
- **Falta de estrategias funcionales de parte del educador:** Al iniciarnos en esta investigación lo hacemos a través de la reflexión crítica de nuestro quehacer pedagógico y hemos consensuado en que una de nuestras debilidades que pudiera estar influyendo en el aprendizaje de nuestros alumnos es precisamente la falta de estrategias funcionales y motivadoras. Es así como pretendemos abordar ampliamente esta investigación a partir de este tópico y determinando estrategias que se darán a conocer más adelante.
- **Falta de apoyo familiar:** La realidad familiar de los alumnos corresponden en su mayoría a alumnos con deprivación socio cultural, en cuyas dinámicas familiares el alumno no cuenta con la participación activa de su familia en el ámbito

educacional. Por tal razón; la familia no está presente y el apoyo a este proceso es prácticamente nulo.<sup>5</sup>

### **Importancia de la concentración en el estudio**

La motivación o el impulso son las características principales del conocimiento, para ello deben mantenerse concentrados y apartados de las distracciones. Tanta importancia se le da a la concentración que se la considera como la clave del éxito de esta época. Característica clave de un buen investigador lo constituye la observación, que le permite no solo ver sino tener mejor percepción y concepción. Poder analizar y realizar una síntesis de aquello que ha observado de forma paciente y constante.

La concentración es el mantenimiento prolongado de la atención. Para aumentar la capacidad de atención hay que trabajar sobre cinco puntos:

- 1.-Ejercitar la voluntad y el interés por el estudio, esto es, estar motivado hacia él.
- 2.-Tratar adecuadamente los asuntos personales
- 3.-Entusiasmarse uno mismo con lo que está haciendo
- 4.-Procurar mantenerse físicamente en forma y sin tensiones a la hora de estudiar.
- 5.-Hacer ejercicios específicos para mejorar la atención<sup>6</sup>

El desarrollo del pensamiento, crítico y reflexivo, con la contrastación para confrontarla y destacar las diferencias de aquello que se interesa por aprender, recordando no solo lo evidente sino aquello que realmente conviene recordar.

---

<sup>5</sup> NEGRETE, Jorge Alberto: "Estrategias para el Aprendizaje", pág. 160, año 2007,

<sup>6</sup> SAEZ, Ángel: *Técnicas de estudio*, [http://.perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina\\_nueva\\_140.htm](http://.perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina_nueva_140.htm), extraído el 1 de noviembre de 2011.



## **Características para una efectiva concentración**

No se puede decir que concentrarse es solo pensar en algo determinado, sino verificar cada uno de sus aspectos para poder así, entenderlo, comprenderlo. Como se dijo anteriormente, para lograr una eficaz concentración se debe partir de la observación, pero no un mirar por mirar, sino con una observación metódica e insistente, tanto de lo que se dice, de los hechos y de las ideas. Esta observación permite pensar con mayor claridad, constituye además una forma de educar el intelecto, lo que hará que se maximice su poder y hacer más fácil el aprendizaje.

Vale también recordar que la concentración es una actividad mental, que origina desgaste físico cuando hay un alto grado de esfuerzo. Es por ello que se debe hacer “ejercicios” secuenciales hasta llegar a maximizar la concentración y no se origine malestar en todo el cuerpo, verificada con la tensión muscular y nerviosa, que deviene en un fracaso al intentar concentrarse.

También se sugiere:

- Elegir un objetivo determinado, para convertirlo en un pensamiento concreto, y apreciarlo desde otro punto de vista.
- Concentrarse evitando distractores en todo momento, ni siquiera un pensamiento.
- Intensificar al máximo la atención.
- Hacer pequeños intervalos para relajarse.

## **Factores que favorecen la concentración**

- Interés y voluntad a la hora de estudiar.
- Descansar brevemente mientras se está estudiando para relajar la concentración mantenida.
- Planificar las actividades de estudio.

- Cambiar la metodología de estudio para mantener por más tiempo la concentración.
- Trabajar con organizadores gráficos que permitan fortalecer la concentración.
- Analizar y sintetizar las clases.
- Realizar ejercicio diarios de concentración.

### **Definiciones acerca del rendimiento académico**

La Educación escolarizada es un proceso intencionado, a pesar de que los docentes encaminan su labor hacia el estudiante quien es el eje principal del mismo y, en términos de calidad de la educación, todo proceso educativo busca permanentemente mejorar el aprovechamiento del alumno. En este sentido, el rendimiento en sí y el rendimiento académico, también denominado rendimiento escolar, son definidos por la Enciclopedia de Pedagogía y Psicología de la siguiente manera:

"Del latín *reddere* (restituir, pagar) el rendimiento es una relación entre lo obtenido y el esfuerzo empleado para obtenerlo. Es un nivel de éxito en la escuela, en el trabajo, etc."<sup>7</sup>

Este rendimiento académico tiene una relación directa con la labor que hace el docente y la misma educación. Pero también es prioritario considerar los factores tanto externos como internos que intervienen en él. Entre los internos se puede mencionar a la inteligencia, la concentración y aspectos psicológicos propios de la edad. En los factores externos se deben valorar los factores del entorno como la familia, la sociedad y el entorno educativo.

Para diversos pedagogos y psicólogos el rendimiento académico es entendido como:

- Pizarro (1988) como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha

---

<sup>7</sup> OCÉANO, Ed: *Enciclopedia de Pedagogía y Psicología*. Océano, pág. 370, 2005.

aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación. El mismo autor, ahora desde una perspectiva propia del alumno, define el rendimiento como una capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos.<sup>8</sup>

- Según Herán y Villarroel (1987), el rendimiento académico se define en forma operativa y tácita afirmando que se puede comprender el rendimiento escolar previo como el número de veces que el alumno ha repetido uno o más cursos.
- Por su lado, Kaczynska (1986) afirma que el rendimiento académico es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas escolares del maestro, de los padres de los mismos alumnos; el valor de la escuela y el maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los alumnos. En tanto que Nováez (1986) sostiene que el rendimiento académico es el quantum obtenido por el individuo en determinada actividad académica. El concepto de rendimiento está ligado al de aptitud, y sería el resultado de ésta, de factores volitivos, afectivos y emocionales, además de la ejercitación.

Para concluir, el rendimiento académico se constituye en un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el alumno, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. En tal sentido, el rendimiento académico se convierte en el objetivo central de la educación. Sin embargo, en el rendimiento académico, intervienen muchas otras variables externas al sujeto, como la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo, etc., y variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la asignatura, la inteligencia, la personalidad, el autoconcepto del alumno, la motivación, etc. Es pertinente dejar establecido que aprovechamiento escolar no es sinónimo de rendimiento académico. El rendimiento académico o escolar parte del presupuesto de que el alumno es responsable de su rendimiento. En tanto que el aprovechamiento escolar está referido, más bien, al resultado del proceso enseñanza-aprendizaje, de cuyos niveles de eficiencia son responsables tanto el que enseña como el que aprende.

---

<sup>8</sup> PIZARRO, R., CLAKC, S. (1988): "Currículo del hogar y aprendizajes educativos. Intervención versus status", pág. 25-33.

## **El rendimiento académico en la escuela**

El rendimiento académico refleja el resultado de las diferentes y complejas etapas del proceso educativo y al mismo tiempo, una de las metas hacia las que convergen todos los esfuerzos y todas las iniciativas de las autoridades educacionales. No se trata de cuanta materia han memorizado los alumnos/as sino de cuanto de ello han incorporado realmente a su conducta, manifestándolo en su manera de sentir, de resolver los problemas y hacer o utilizar lo aprendido. Desgraciadamente, la idea que se mantiene acerca del rendimiento escolar, desde siempre, corresponde a la sumativa de calificaciones o al resultado de las evaluaciones, a los que son sometidos perennemente los alumnos.

Debe entenderse al rendimiento académico o escolar como una forma estimativa de lo que el estudiante ha aprendido como consecuencia de una formación académica. Desde una perspectiva del alumno, el Rendimiento se lo ve como la capacidad respondiente de éste frente a estímulos educativos, susceptible de ser interpretado según objetivos o propósitos educativos pre-establecidos. De forma más compleja se considera el rendimiento académico como el conjunto de transformaciones operadas en los alumnos, a través del proceso enseñanza-aprendizaje que se manifiesta mediante el crecimiento y enriquecimiento de la personalidad en formación.

En resumen, el rendimiento escolar debe referirse a la serie de cambios conductuales expresados como resultado de la intervención educativa. En otras palabras el rendimiento no queda limitado solo en el ámbito de la memoria, sino que se ubica en el campo de la comprensión, destrezas y habilidades, adquisición de conocimientos, experiencias, hábitos, actitudes.

## **Características del rendimiento académico**

En la actualidad, está ampliamente aceptado que el éxito de enseñanza aprendizaje depende en gran medida de la calidad de los profesores que lo tienen bajo su responsabilidad. Y esa calidad a su vez, está en función de la información que estos reciben; no únicamente la formación inicial – teórica y práctica- que se les

proporciona en las aulas universitarias, sino en todo el proceso posterior de su desarrollo profesional continuado, en el crecimiento profesional que se debe producir a lo largo de toda su carrera docente.<sup>9</sup>

García y Palacios (1991), después de realizar un análisis comparativo de diversas definiciones del rendimiento escolar, concluyen que hay un doble punto de vista, estático y dinámico, que atañen al sujeto de la educación como ser social. En general, el rendimiento escolar es caracterizado del siguiente modo:

- a) el rendimiento en su aspecto dinámico responde al proceso de aprendizaje, como tal está ligado a la capacidad y esfuerzo del alumno;
- b) en su aspecto estático comprende al producto del aprendizaje generado por el alumno y expresa una conducta de aprovechamiento;
- c) el rendimiento está ligado a medidas de calidad y a juicios de valoración;
- d) el rendimiento es un medio y no un fin en sí mismo;
- e) el rendimiento está relacionado a propósitos de carácter ético que incluye expectativas económicas, lo cual hace necesario un tipo de rendimiento en función al modelo social vigente.

Medir o evaluar los rendimientos escolares es una tarea compleja que exige del docente obrar con la máxima objetividad y precisión<sup>10</sup>

### **Tips para mejorar la concentración en los estudios**

Se considera la concentración como un proceso a través del cual se selecciona un determinado estímulo del medio y se ignora a los demás. Los estímulos internos del ser humano son mucho más importantes que aquellos externos como el ruido, color, sabores, etc.

---

<sup>9</sup> MEDINA RIVILLA, Antonio, y, SALVADOR MATA Francisco: *Didáctica General 2da*, pág. 14-15, 2002.

<sup>10</sup> HUERTA, Fernández, 1983; 1998 - b).

Para fortalecer y mejorar la concentración se sugiere se realice actividades de forma constante, de acuerdo a lo que promueve el Dr. Horacio Krell<sup>11</sup>:

- **Lograr un estado de flujo:** Motivar el interés en lo que hace y la concentración vendrá sola.
- **Usar los dos hemisferios cerebrales:** Usando el 100 % de su capacidad el esfuerzo disminuye y los obstáculos disminuyen.
- **Complicar la situación:** Intentar atender y concentrarse en dos tareas al mismo tiempo (por ejemplo, lea un libro y vea la televisión).
- **Resumir/sintetizar:** Esta técnica de estudio con palabras claves permite jerarquizar a información que recuerde haber leído, oído o visto.
- **Planificar:** Cómo técnica de estudio o en la resolución de un problema hacer un plan concreto, para un espacio de tiempo corto, no más de 30 minutos.
- **Transcurridas dos horas** de estudio descansar brevemente con un ejercicio de relajación.
- **Concentración en imágenes en movimiento:** Mover los ojos en la misma dirección de un péndulo durante 5 minutos.
- **Cambiar la materia de estudio:** El cambio de materia aporta un nuevo interés y aumenta la concentración.
- **Tomar apuntes:** Estar atento a sintetizar mentalmente y por escrito en frases cortas los detalles de interés, ejercita la concentración.
- **Lectura controlada:** Aumentar todos los días la cantidad de párrafos que puede leer sin que aparezcan distracciones.
- **Evitar perder el tiempo:** Elegir un lugar para trabajar o estudiar sin perturbaciones externas.
- **Aprender lectura veloz:** La velocidad de lectura impide fijar la atención en otros temas.
- **Conservar fija una imagen:** Visualizar cualquier imagen por 3 minutos y practicar su retención y contabilice las fallas. En cada ejercicio que haga intente disminuirlas.

---

<sup>11</sup> KRELL, Dr. "Cómo conseguir una memoria extraordinaria".- pág. 158, 2003

- **Fotografiar un cuadro:** Observe detenidamente un cuadro. Mantener la concentración en cada detalle; desde las formas hasta el color. Luego escribir todo lo que se recuerde
- **Meditar:** Pasar de la concentración activa en una idea a la concentración pasiva dejando que surjan ideas complementarias.

Así mismo, existen otras orientaciones dadas por Pallares Molins, quien recomienda para mejorar la concentración:

- Estudiar en pequeñas dosis, concediendo a cada tema, problema o contenido el tiempo correspondiente para su asimilación. Su interés, voluntad atención y concentración están puestos en ese único objetivo.
- Descansar lo necesario, una vez conseguido el objetivo propuesto en la tarea anterior. Sólo así se podrá acometer otra tarea distinta y concentrarse plenamente en ella con el mismo y tenaz propósito.
- No forzar jamás la mente. Trascurrida dos horas de estudio, hay que descansar brevemente para relajarse de la concentración mantenida hasta ese momento. El momento de descanso lo marca el propio organismo y los síntomas de cansancio pueden ser el picor de ojos, el entumecimiento de los miembros, y sobre todo, la fatiga mental. Cuando aparezcan estas señales dejar de estudiar.<sup>12</sup>
- Revisar de vez en cuando las causas que dificultan la concentración: escasa motivación, falta de metas u objetivos, estudio pasivo, problemas interpersonales, dificultades del ambiente, problemas personales y familiares, estrés-depresión.
- Evitar las actitudes negativas hacia las asignaturas. Ten motivos positivos y metas bien definidos.
- No olvidar la influencia que tiene en la concentración el sueño, la comida, bebida, postura, etc.

---

<sup>12</sup> MOLÍNS, Pallares, “Controlar la ira menos enfados y mejor relación con los demás” pág. 22-26, 2009

- Fomentar el estudio activo. El estudio activo se traduce en: una postura ni incómoda ni excesivamente cómoda, leer con cierta rapidez, hacerse preguntas, relacionar, subrayar, esquematizar, hacer mapas conceptuales, etc. El estudio pasivo es la mejor estrategia para distraerse.
- Aplicar a lo que se estudia la imaginación visual.
- Aprender alguna técnica sencilla de relajación que ayude a serenarse.

## 2.2 MARCO CONCEPTUAL

**Ansiedad.-** La ansiedad es una reacción de tipo emocional que se genera ante la expectativa creada por la inminencia o presencia de un objeto o una determinada situación, y tal ansiedad llega a su culminación cuando el objeto o la situación se concretizan y, por lo tanto, ya no representan un elemento de amenaza para la persona.

**Ansiedad ante los Exámenes.-** Viene a ser la reacción emocional que experimenta el sujeto ante la cercanía de un examen o, bien, durante el mismo. A parte de los síntomas (característicos de la respuesta ansiosa ante un estímulo amenazador como puede ser cualquier situación evaluativa) el sujeto experimenta, mientras rinde la prueba, una distracción de su atención hacia pensamientos negativos recurrentes, que impiden de alguna manera, una buena concentración o que se sigan debidamente las instrucciones, malinterpretando las preguntas o problemas que plantea el examen.

### **Aprendizaje**

El aprendizaje es un proceso de construcción, de representaciones personales significativas y con sentido de un objeto o situación de la realidad. Es un proceso interno que se desarrolla cuando el alumno está en interacción con su medio socio – cultural.

**Asertividad.-** Es la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás.



**Autoasertividad.-** Es el grado en que una persona se concede a sí misma los derechos asertivos básicos.

**Autoconcepto.-** Asumir el autoconcepto como la percepción que tiene el sujeto de sí mismo con respecto a los demás.

**Autoconcepto Académico.-** Es el autoconcepto que está referido al rendimiento e integración escolar, que el alumno desarrolla respecto a sí mismo.

**Examen.-** También denominado como prueba, es una situación o acto evaluativo donde se miden ciertas aptitudes, nivel de suficiencia, de conocimientos, habilidades o rasgos psicológicos del sujeto examinado. El grado de eficiencia en la ejecución de la prueba determinará la aprobación o reprobación del examinado, cuyo calificativo puede ser cuantitativo o cualitativo.

**Rendimiento académico.-** Representa el nivel de eficacia en la consecución de los objetivos curriculares para las diversas asignaturas, y se expresa mediante un calificativo o promedio ponderado basado en el sistema vigesimal; es decir, las notas variarán de 0 a 20 puntos, donde el puntaje de 10 o menos es reprobatorio.

### **2.2.1 Fundamentación psicológica**

Daniel Goleman, autor de la inteligencia emocional, comenta que las emociones descontroladas pueden convertir en necio a la gente más inteligente. En este mundo mediático, merece de una respuesta continua. Pero cada uno de estos mensajes constituye una distracción, y la función que se ve más afectada lo constituye la concentración, haciendo sumamente difícil volver a centrarse en una tarea que se ha visto interrumpida. Por esto, el efecto acumulativo de este diluvio de mensajes acaba generando una situación de distracción crónica. Las distracciones constituyen una de las principales causas del descenso de la eficacia personal y por ende de su rendimiento.

### **2.2.2 Fundamentación legal**

La Constitución de la República en su sección primera acota: **Educación.**

Art. 343.- El sistema nacional de educación tendrá como finalidad el desarrollo de capacidades y potencialidades individuales y colectivas de la población, que posibiliten el aprendizaje, y la generación y utilización de conocimientos, técnicas, saberes, artes y cultura. El sistema tendrá como centro al sujeto que aprende, y funcionará de manera flexible y dinámica, incluyente, eficaz y eficiente.

El Sistema Nacional de Educación integrará una visión intercultural acorde con la diversidad geográfica, cultural y lingüística del país, y el respeto a los derechos de las comunidades, pueblos y nacionalidades.<sup>13</sup>

En el código de la Niñez y de la adolescencia estipula, en su capítulo III:

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

1. Garantice el acceso y permanencia de todo niño y niña a la educación básica, así como del adolescente hasta el bachillerato o su equivalente;

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

Art. 38.- Objetivos de los programas de educación.- La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para:

a) Desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño, niña y adolescente hasta su máximo potencial, en un entorno lúdico y afectivo.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup> CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR: sección primera, art. 343, pág. 59, 2008

<sup>14</sup> CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA, capítulo III, art.37 y 38, literal a.

## **2.3 HIPÓTESIS Y VARIABLES**

### **2.3.1 Hipótesis General**

Al implementar técnicas para la concentración se mejorará el rendimiento académico de los estudiantes de Educación Básica de la Unidad Básica N° 22 “Paulino Milán Herrera”, del cantón Milagro del presente año lectivo 2011-2012.

### **2.3.2 Hipótesis Particulares**

La falta de concentración tiene un gran impacto en el aprendizaje tanto así que puede verse afectado su rendimiento académico. La aplicación de estas técnicas permiten al estudiante interiorizar mayormente los conocimientos y por ende un rendimiento académico eficiente.

### **2.3.3 Declaración de Variables**

**Variable independiente:** Concentración

**Variable dependiente:** Rendimiento académico.

### **2.3.4 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES**

**HIPÓTESIS:** Al implementar técnicas para la concentración se mejorará el rendimiento académico de los estudiantes del octavo año de Educación Básica de la Unidad Educativa N° 22 “Paulino Milán Herrera”, del cantón Milagro en el período lectivo 2011-2012.

**Cuadro 1.** Operacionalización de las Variables.

<b>Variables</b>	<b>Conceptos</b>	<b>Nivel</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnicas e instrumentos</b>
<u>Variable independiente:</u> Concentración	Es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, objeto o actividad que se esté realizando o pensando en realizar en ese momento, dejando de lado toda la serie de hechos u otros objetos que puedan ser capaces de interferir en su consecución o en su atención.	Psicológico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Poca capacidad de abstracción</li> <li>• Falta de memoria mediata</li> <li>• Utilización excesiva de la memoria</li> </ul>	Encuesta
<u>Variable dependiente:</u> Rendimiento académico	Es el fin de todos los esfuerzos y todas las iniciativas escolares del maestro, de los padres de los mismos alumnos; el valor de la escuela y el maestro se juzga por los conocimientos adquiridos por los alumnos.	Educativo básico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Índice elevado de bajas calificaciones.</li> </ul>	Encuesta a Directivos y docentes

## **CAPÍTULO III**

### **MARCO METODOLÓGICO**

#### **3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

Este proyecto aplicará la investigación de campo porque se realiza en el mismo lugar, es decir, en la Unidad Educativa N° 22 “Paulino Milán Herrera”. Es factible porque se planteará alternativas de solución a los problemas de falta de concentración en el área de Lengua y Literatura. Considerada además descriptiva, porque se describirá la problemática existente.

Es bibliográfica, porque se fundamentarán científicamente las variables de este proyecto a través de documentos, libros, revistas, consultas en Internet. Según el grado de control ejercido en las variables, el esquema de investigación es experimental, porque se induce una sola variable para obtener resultados y verificar la hipótesis. Recordemos que una investigación experimental, puede adoptar indistintamente, la forma de una investigación de laboratorio o de una de campo.

#### **3.2 LA POBLACIÓN Y LA MUESTRA**

##### **3.2.1 Característica de la población**

La población es finita, por lo tanto se trabajará con los 61 estudiantes del octavo año de educación básica de la Unidad Educativa N.- 22 “Paulino Milán Herrera”, del cantón Milagro, que representa el 10% de la muestra tomada; de acuerdo con las encuestas y diagnóstico a realizar.

### **3.2.2 Delimitación de la población**

La población total de la Unidad Educativa N° 22 “Paulino Milán Herrera”, situada en la zona urbano marginal del cantón Milagro, provincia del Guayas es de 559 estudiantes pero el problema se ha evidenciado en el octavo año en donde existe 61 de estudiantes por lo que se trabajará con el total de la población. Los alumnos fueron investigados mediante una encuesta, la cual sirvió como diagnóstico para realizar la investigación requerida. Además se realizó una encuesta dirigida a directores y docentes de diversas instituciones educativas de la ciudad para constatar la problemática en cuestión.

## **3.3 LOS MÉTODOS Y LAS TÉCNICAS**

### **3.3.1 Métodos teóricos**

#### **MÉTODOS CUALITATIVOS**

La investigación cualitativa es la que produce datos descriptivos, con las propias palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable. Constituida por un conjunto de técnicas para recoger datos.

Es inductiva, porque quienes investigan desarrollan conceptos, comprensiones, partiendo de pautas de los datos y no recogiendo datos para evaluar modelos, hipótesis o teorías preconcebidas. Tienen de base un diseño de investigación flexible, comienzan con estudios vagamente formulados.

La investigación se orientará hacia el fortalecimiento del rendimiento académico a través de la concentración con los estudiantes de Educación Básica. Los métodos que se utilizaron en la investigación son:

#### **Método bibliográfico**

Para poder conocer más sobre las variables se procede a efectuar consultas bibliográficas tanto convencional como digital, revistas, textos, páginas web,

información que se utiliza para fundamentar los aspectos teóricos del presente estudio.

### **Método analítico-sintético**

Uno de los pasos importante en la investigación es el análisis de los resultados respecto a los datos obtenidos de los niños y niñas, especialmente de las respuestas realizadas en las encuestas a lo cual se suma la encuesta realizada también a docentes y directores de diferentes instituciones educativas. Las conclusiones y recomendaciones correspondientes son el resultado de este método. Muchas de las ideas vertidas en el proyecto son el resultado de la síntesis. Es decir, de conclusiones que se obtienen de varias o propuestas.

### **Método hipotético-deductivo**

De acuerdo a lo observado, se plantea la existencia de un problema, lo cual genera que se inicie el proceso de investigación como en este caso, incidiendo en el planteamiento de preguntas sobre el hecho que se estudia, lo que llevara a la consecución de respuestas o posibles soluciones, dando origen a la hipótesis que se formulará para este proyecto.

## **3.3.2 Métodos empíricos**

### **Técnicas e instrumentos.-**

**La Encuesta.-** aplicada a los estudiantes del octavo año como diagnóstico y punto de partida para reflejar la falta de concentración.

### **Presentación de los datos:**

**Encuesta:** Aplicada a directores y docentes de diferentes instituciones educativas.

### **Instrumento:**

**Encuestas.-** De preguntas abiertas que fueron elaboradas para aplicar al director y docentes de la institución.

### **3.4 TRATAMIENTO ESTADÍSTICO DE LA INFORMACIÓN**

#### **Plan de procesamiento y análisis de datos**

Los datos que fueron obtenidos en las encuestas, se las procesa, reflejando en las tablas y en los gráficos estadísticos tipo pasteles donde se los analiza a través de cada pregunta de manera individual interpretando los resultados que dan la pauta para proponer las estrategias de cambio adecuadas.



## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL

##### PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS OBTENIDOS

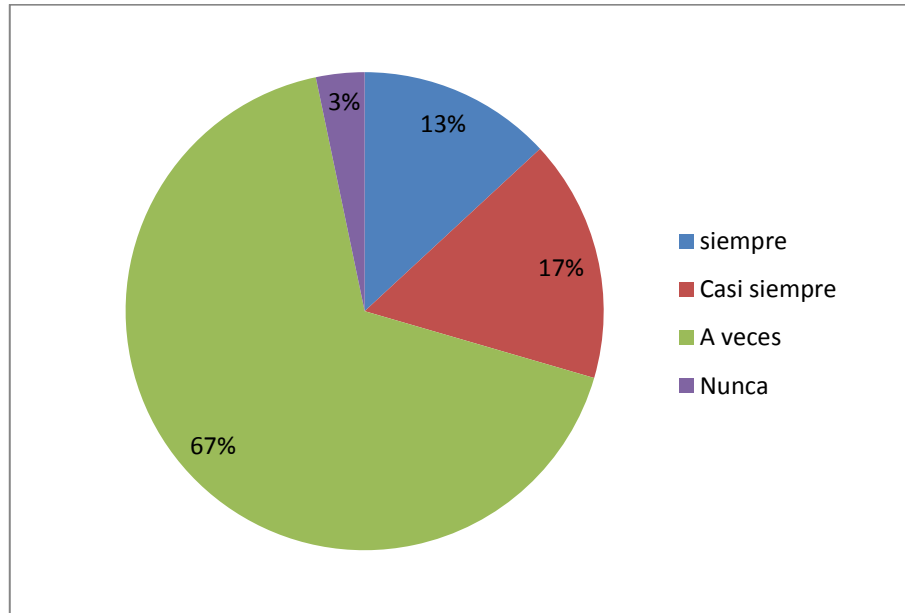
Después de haber tomado los datos de la encuesta aplicada a los estudiantes, hemos obtenido los siguientes resultados:

**Cuadro1.** Cuando tu maestro explica la clase ¿se te hace fácil prestar atención?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	8	13 %
Casi siempre	10	17 %
A veces	41	67 %
Nunca	2	3%
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 1.** Prestan atención mientras el Docente explica la clase.



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

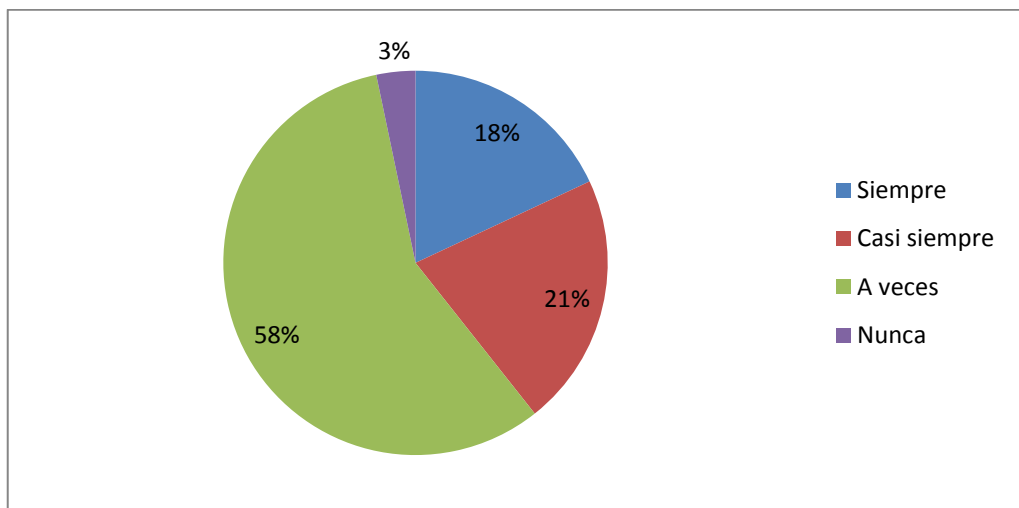
El 67 % de los estudiantes no presta atención mientras el docente explica la clase de acuerdo a lo contestado por los alumnos, de ahí que se de esta problemática de la poca concentración repercutiendo en su aprendizaje escolar. El 17 % casi siempre presta atención, pero como es evidente la población es muy poca, mientras que en un porcentaje del 13% siempre atienden a las clases, el 3% nunca lo hace, reflejando en forma general la problemática de la misma.

**Cuadro 2.** Cuando tu maestro da la clase, ¿tienes la costumbre de observar su rostro?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	11	18%
Casi siempre	13	21%
A veces	35	58%
Nunca	2	3%
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 2.** Observan el rostro del Docente.



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

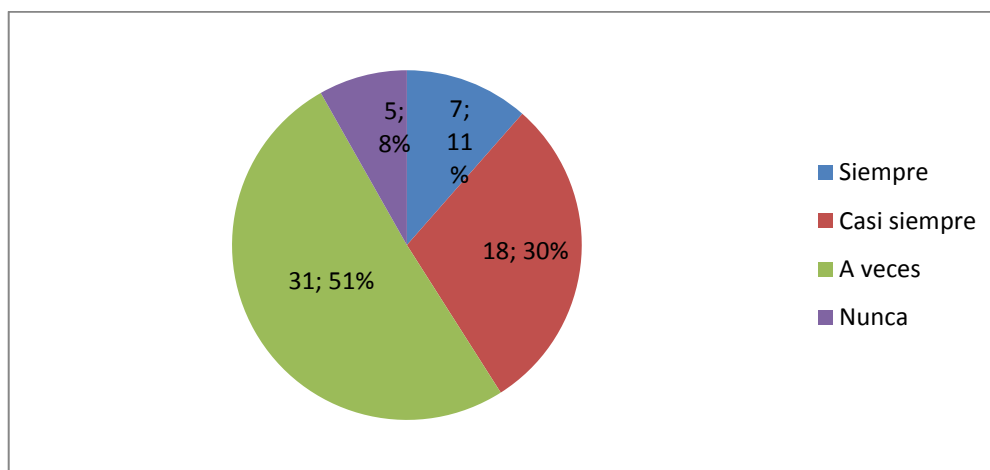
Parte de poner atención y concentración a los estudiantes consiste en mirar al interlocutor. El 51% de los estudiantes no acostumbra a mirar el rostro de los docentes, esta es una de las razones por la que se dificulta el estar concentrados en la clase perjudicando así el aprendizaje del estudiante, el 29 % lo hace a veces de manera espontánea, el 11% afirman que lo hacen casi siempre, mientras que tan solo el 9 % lo hace; estos porcentajes reflejan la dificultad y poca costumbre de mirar al docente mientras da la clase impidiendo la concentración necesaria.

**Cuadro 3.** ¿Crees que basta con leer una sola vez un escrito para asimilar la información?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	7	11%
Casi siempre	18	30%
A veces	31	51%
Nunca	5	8 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 3.** Basta con leer una sola vez para entender un escrito.



### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

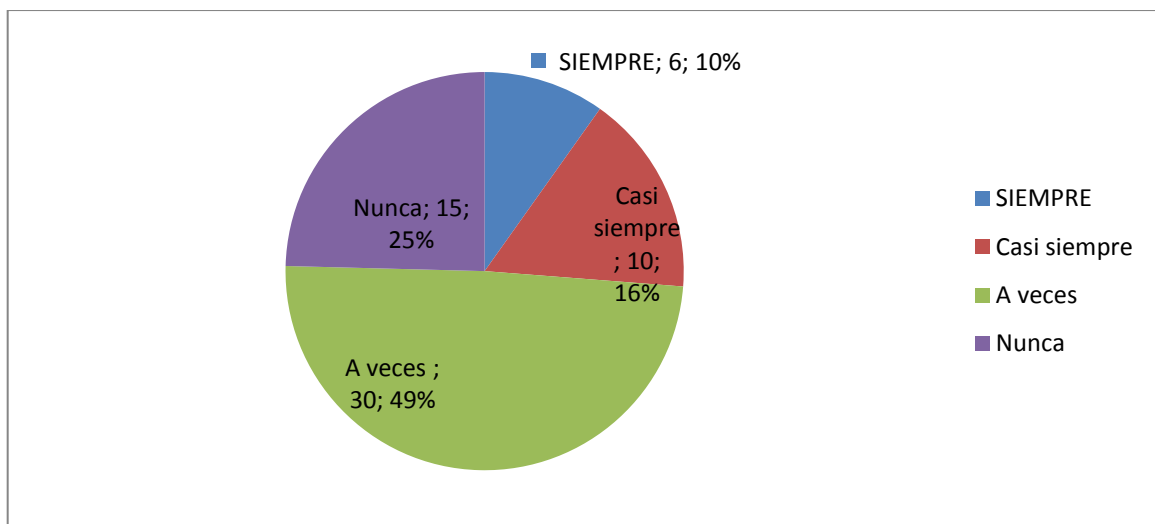
El escaso desarrollo lector de los estudiantes ha incidido para que ellos no aprendan de forma correcta. El 51 % de ellos considera que con leer una sola vez es suficiente para entender un texto, el 30 % piensan que casi siempre pueden entender, el 11% siempre entienden lo que leen una sola vez y el 8 % nunca entienden con leer una vez.

**Cuadro 4.** Cuando tu maestro da una orden ¿la entiendes de inmediato?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	6	10 %
Casi siempre	10	16 %
A veces	30	49 %
Nunca	15	25 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 4.** Entiendes las órdenes del maestro de inmediato



#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

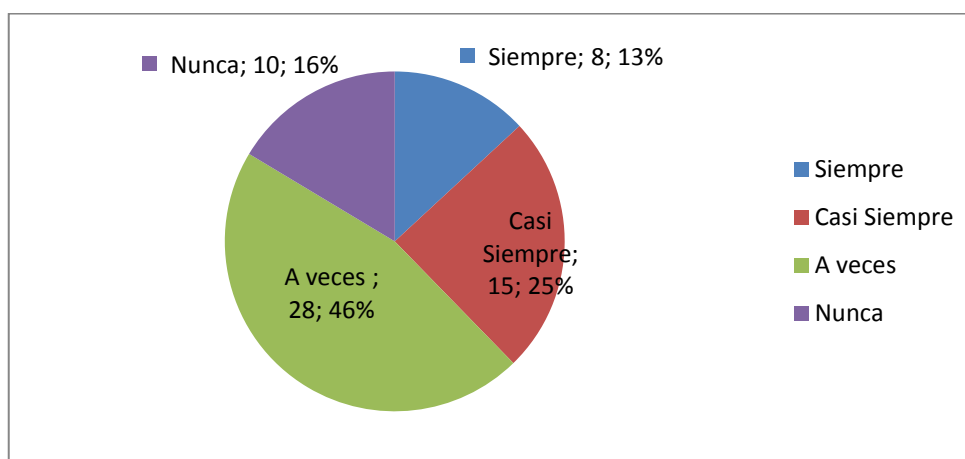
Esta deficiencia existente en los estudiantes de entender y comprender órdenes expresadas por el maestro es muy notable como se evidencia en la problemática verificada. El 49 % de los estudiantes solo a veces entienden las órdenes del maestro, el 25 % nunca las entienden. El 16 % casi siempre las entiende, y el 10 % siempre las comprende; en su gran mayoría se demuestra que los estudiantes no se concentran en las instrucciones dadas por el profesor y así presentan dificultades para desarrollar sus tareas escolares.

**Cuadro 5.** Las clases que tú recibes ¿son motivadoras y divertidas?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	8	13 %
Casi siempre	15	25 %
A veces	28	46 %
Nunca	10	16 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 5.** Las clases son motivadoras y divertidas



#### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

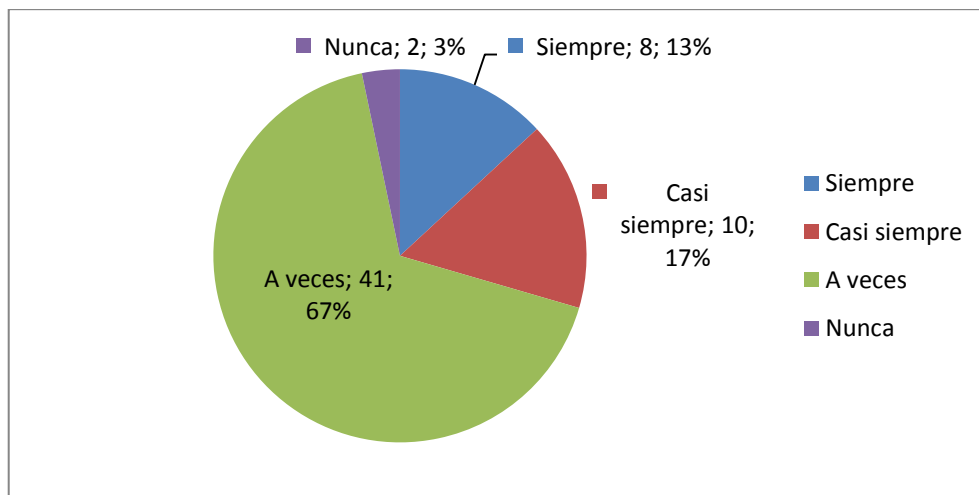
Motivar al estudiante durante el proceso de aprendizaje constituye una de las primeras acciones que deben realizar los docentes ya que sin ella el aprendizaje del estudiante se volvería forzado y estresante. Ante esta pregunta de que si las clases son motivadoras, el 46 % de los estudiantes consideran que solo a veces, en su gran mayoría considera que sus maestros no motivan lo necesario como para demostrar buen interés, el 25 % piensan que casi siempre lo hacen. El 16% dice que nunca y el 13 % lo hace siempre. Como resultado es que los docentes no usan técnicas motivadoras.

**Cuadro 6.** ¿Te resultan interesantes las clases que recibes?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	8	13%
Casi siempre	10	17%
A veces	41	67%
Nunca	2	3%
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 6.** Clases interesantes



### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

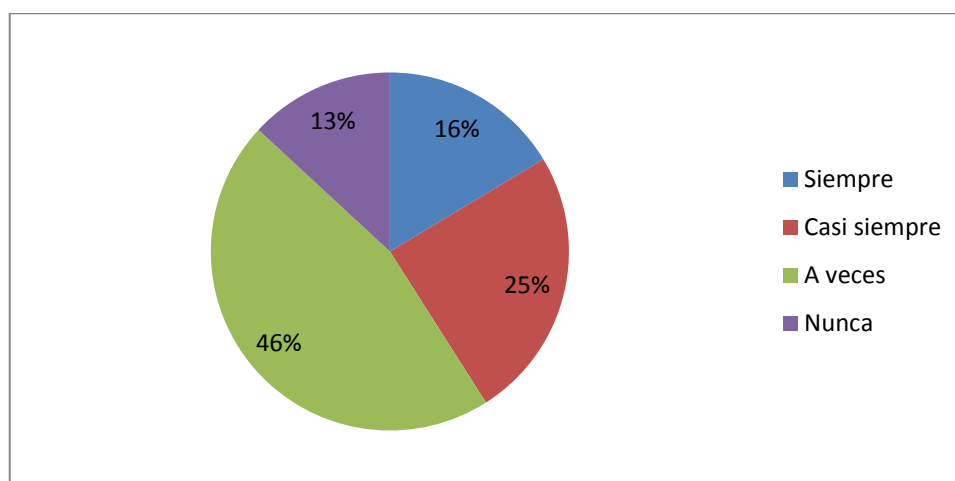
Parte del aprendizaje también lo constituye la dinámica que haya dentro del aula. Ante esta pregunta los estudiantes comentaron lo siguiente: para el 67 % de estudiantado las clases le resultan a veces interesantes, el 17 % casi siempre son interesantes, el 13 % siempre y apenas, el 3 % evidencian que nunca que la son.

**Cuadro 7.** ¿Consideras que los alimentos en tu casa son saludables?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	10	16 %
Casi siempre	15	25 %
A veces	28	46 %
Nunca	8	13 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 7.** Alimentos saludables



### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

La alimentación también puede ser una de las causas para la falta de concentración de estudiantes pues no poseen los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo intelectual. El 25 % de los alumnos contestaron que en su casa casi siempre consumen alimentos saludables, el 46% tan solo a veces, el 16 % afirma que siempre lo hace, mientras que el 13% afirma que nunca ha sido saludable la alimentación en su casa.

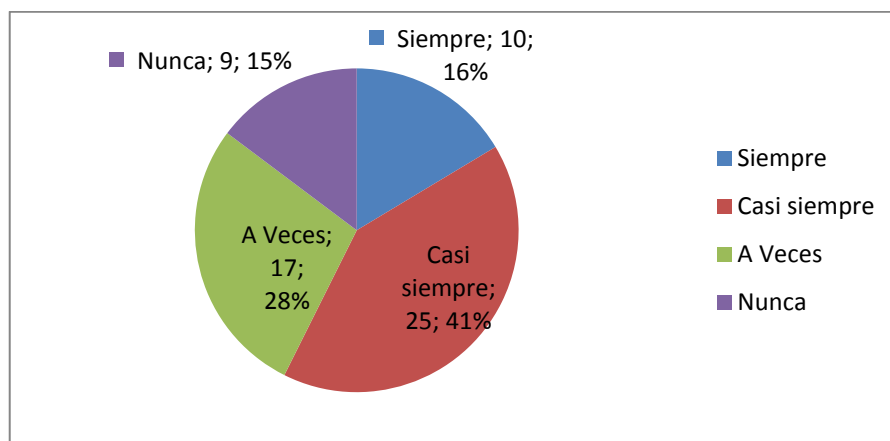


**CUADRO 8.** ¿Estás pasando por conflictos con tus padres, hermanos, compañeros, otros?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Siempre	10	16 %
Casi siempre	25	41 %
A veces	17	28 %
Nunca	9	15 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milán Herrea-8vo. Año.

**Figura 8.** Conflictos personales



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

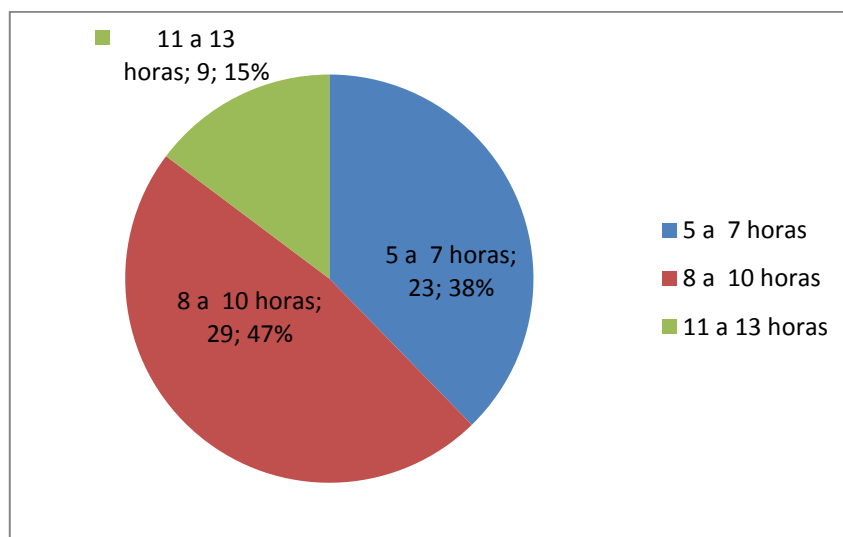
En esta pregunta se evidencia que los estudiantes consideran que casi siempre tienen conflictos personales lo que puede ser un motivo que afecta en su concentración pues el estudiante se encuentra distraído y en su mente estará minando los problemas impidiendo una óptima concentración. El 41% de los estudiantes contestaron que casi siempre tienen conflictos personales, el 28% considera que a veces, el 16% de los estudiantes contestaron que siempre, mientras que el 15 % piensa que nunca.

**CUADRO 9.** ¿Cuántas horas diarias duermes?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
De 5 a 7 horas	23	38 %
De 8 a 10 horas	29	47 %
De 11 a 13 horas	9	15 %
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica No. 22 Paulino Milan Herrea-8vo. Año.

**Figura 9.** Horas de sueño



**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

El descanso es importantísimo para el buen rendimiento físico e intelectual de los estudiantes, pues es donde se recuperan las energías desgastadas durante el día. De acuerdo al análisis de este ítem se refleja que los niños y niñas duermen las horas apropiadas lo que no inciden para su falta de concentración. El 47% de ellos duerme promedio de 8 a 10 horas diarias, el 38% duerme de 5 a 7 horas y apenas un 15% de 11 a 13 horas.

## **4.2 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIA Y PERSPECTIVAS**

De mantenerse esta situación con los estudiantes del octavo año de educación básica de la Unidad Educativa N° 22 “Paulino Milán Herrera”, se formaran personas con bajo rendimiento académico lo que repercutirá en su vida estudiantil y profesional. Lo más preocupante de esto sin duda lo constituye su falta de concentración lo que incidirá en su trabajo, en su vida diaria, etc.

Es necesaria la implementación de técnicas adecuadas para mejorar las condiciones y calidad de aprendizaje de estos educandos.

## **4.3 RESULTADOS**

1. El 67 % de los estudiantes no presta atención mientras el docente explica la clase de acuerdo a lo contestado por los alumnos. El 17 % casi siempre lo realiza mientras que en un porcentaje del 13% siempre atienden, reflejando la problemática de falta de concentración de los estudiantes durante las horas de clases en el proceso de aprendizaje de la asignatura.
2. El 51 % de los estudiantes miran el rostro de los docentes, el 29 % lo hacen, el 11% afirman que lo hacen mientras que el 9 % lo hacen.
3. El 51 % de ellos considera que con leer una sola vez entienden, el 30 % piensan que casi siempre pueden entender, el 11% siempre entienden lo que leen una sola vez y el 8 % nunca entienden con leer una vez.
4. El 49 % de los estudiantes a veces entienden las órdenes del maestro, el 25 % nunca las entienden. El 16 % casi siempre las entiende, y el 10 % siempre las comprende.
5. El 46 % de los estudiantes consideran que a veces, el 25 % piensan que casi siempre. El 16% que nunca y el 13 % siempre.
6. Para el 67 % de estudiantado las clases le resultan a veces interesantes, el 17 % casi siempre son interesantes, el 13 % siempre y apenas el 3 % que nunca lo son.

7. El 25% de los alumnos contestaron que en su casa casi siempre consumen alimentos saludables, el 46% que a veces, el 16 % piensa que lo hace mientras que el 13% afirma que nunca se come saludable en su casa.
8. El 41% de los estudiantes contestaron que casi siempre tienen conflictos personales, el 28% considera que a veces, el 16% de los estudiantes contestaron que siempre mientras que el 15 % piensa que nunca.
9. El 47% de ellos duerme promedio de 8 a 10 horas diarias, el 38% duerme de 5 a 7 horas y apenas un 15% de 11 a 13 horas.

#### **4.4 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS**

Al realizar la encuesta se evidenció lo planteado en las hipótesis de cómo la falta de concentración afecta al rendimiento académico, así como la necesidad de ejecutar el proyecto de investigación de forma urgente, para mejorar su aplicación en las diversas áreas cognitivas y fortalecer por ende el aprendizaje.

## ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DIRECTORES Y DOCENTES

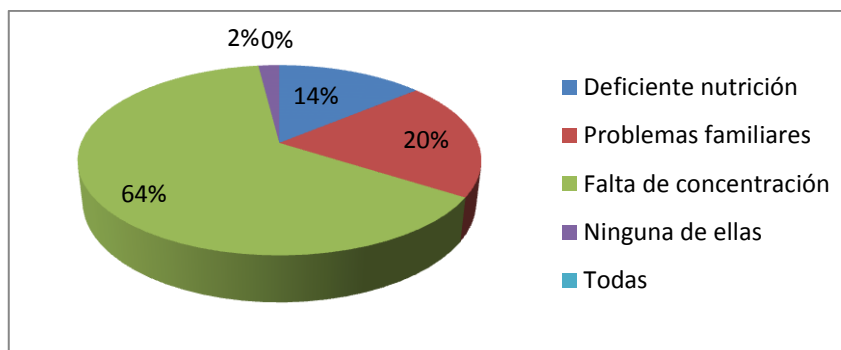
Análisis de la encuesta aplicada a los directores y docentes de diversas instituciones educativas del cantón Milagro en el periodo lectivo 2011-2012.

**Cuadro 1.** ¿Considera que el bajo rendimiento académico de los estudiantes se debe a?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Deficiente nutrición	7	14%
Problemas familiares	10	20%
Falta de concentración	32	64%
Ninguna de ellas	1	2%
Todas	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica Paulino Milán Herrera, Escuelas: 24 de Mayo, 28 de Agosto, Benjamín Carrión  
9y Teodoro Wolf

**Figura 1.** El bajo rendimiento académico de los estudiantes se debe a:



### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

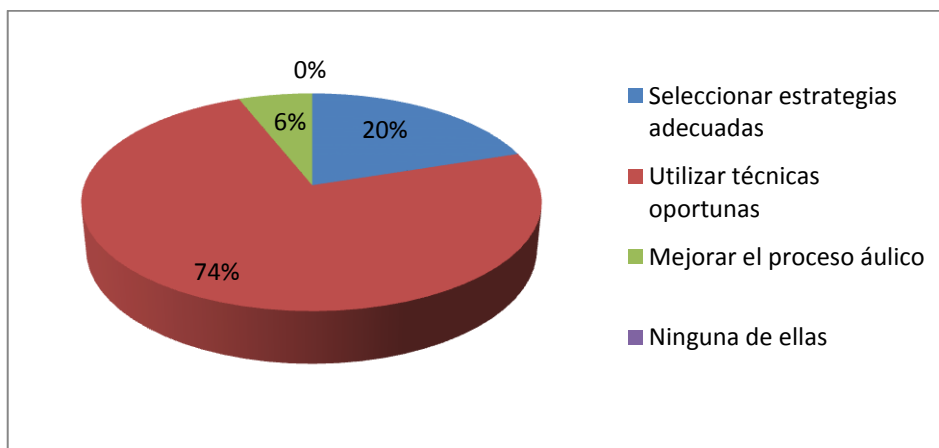
El bajo rendimiento académico de los estudiantes se deben a muchos factores, en la encuesta realizada se refleja que el mayor factor es debido a la falta de concentración de los estudiantes con 64% lo cual es su gran mayoría. Problemas familiares con un 20%, evidenciando cómo la inestabilidad emocional puede influir en el aprendizaje. El 14% responde a una deficiencia de nutrición, mientras que solo un 2% cree que no es ninguna de ellas.

**Cuadro 2.** Para mejorar la concentración, ¿el docente debe?

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Seleccionar estrategias adecuadas	10	20%
Utilizar técnicas oportunas	37	74%
Mejorar el proceso áulico	3	6%
Ninguna de ellas	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica Paulino Milán Herrera, Escuelas: 24 de Mayo, 28 de Agosto, Benjamín Carrión y Teodoro Wolf

**Figura 2.** El docente debe:



#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

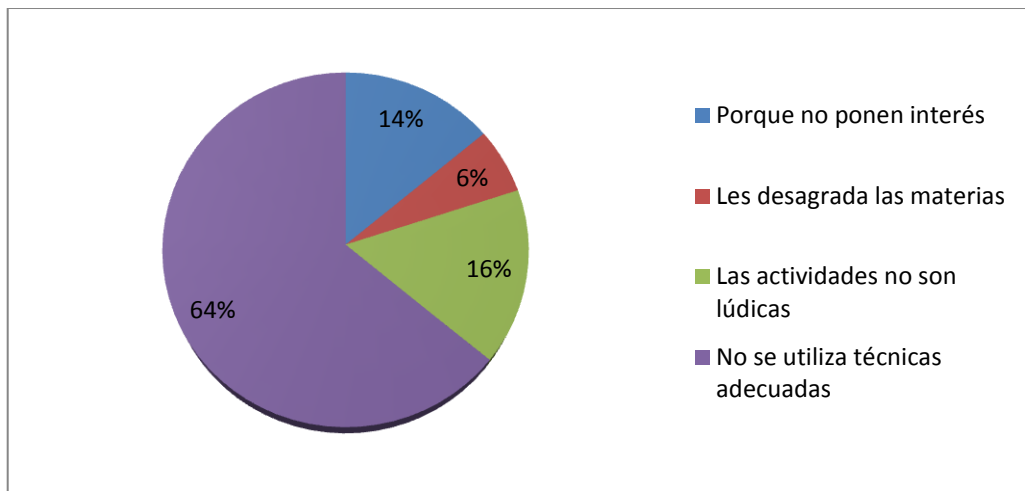
Una de destrezas que el docente debe de tener bien claro al momento de impartir su enseñanza es el de usar las técnicas adecuadas para lograr aprendizajes significativos, esto se vio reflejado en el 74% de los resultados obtenidos en esta pregunta. El 20% optó por señalar estrategias adecuadas en la enseñanza, mientras que el 6% era el de mejorar el proceso áulico y 0% ninguna de ellas.

**Cuadro3.** La falta de concentración de los estudiantes es:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Porque no ponen interés	7	14%
Les desagrada las materias	3	6%
Las actividades no son lúdicas	8	16%
No se utiliza técnicas adecuadas	32	64%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica Paulino Milán Herrera, Escuelas: 24 de Mayo, 28 de Agosto, Benjamín Carrión y Teodoro Wolf

**Figura 3.** La falta de concentración de los estudiantes se da:



#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

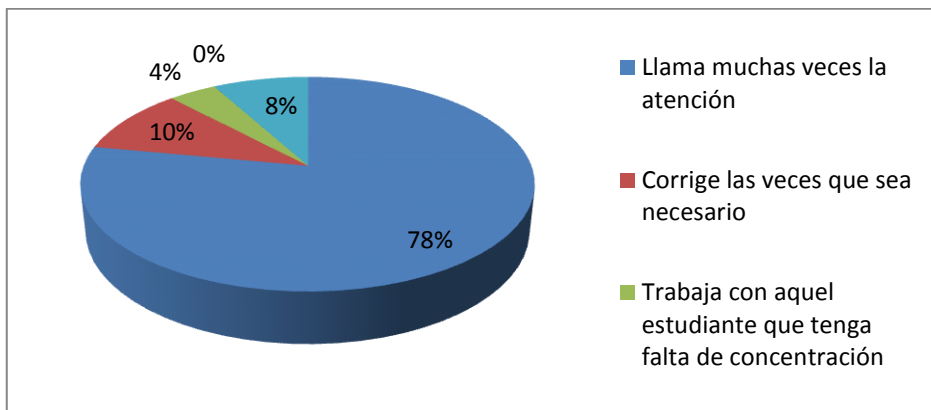
La falta de concentración es muy evidenciada en el trabajo áulico lo cual no permite el desarrollo pleno de las destrezas de los estudiantes, según esta encuesta, el 64% cree que es porque no se utilizan técnicas adecuadas en la enseñanza, el 16% considera que las actividades no son lúdicas y por lo tanto no motivan al estudiante. El 14% opina que es porque no ponen interés en lo que se les enseña, mientras que el 6% es porque les desagrada la materia.

**Cuadro 4.** Usted como docente ha implementado las siguientes estrategias:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Llama muchas veces la atención	39	78%
Corrige las veces que sea necesario	5	10%
Trabaja con aquel estudiante que tenga falta de concentración	2	4%
Ninguna de ellas	0	0%
Habla con el representante	4	8%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica Paulino Milán Herrera, Escuelas: 24 de Mayo, 28 de Agosto, Benjamín Carrión y Teodoro Wolf

**Figura 4.** Estrategias empleadas por el docente.



#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

Las estrategias que el docente emplee en los niños se ven reflejado en el rendimiento que esto obtengan, pero el 78% de maestros han recurrido el llamado de atención comprobando así la carencia de la aplicación de técnicas de concentración en la enseñanza, solo el 10% corrige al estudiante las veces que sean necesarias; un 8% solo recurre al padre de familia para llamar su atención, el 0% no recurre a ninguna de ellas.

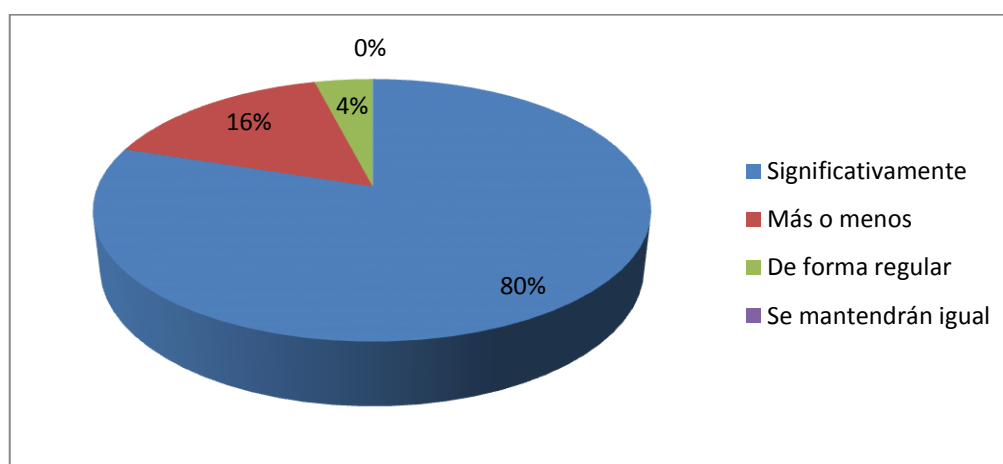


**Cuadro 5.** En su opinión este proyecto de investigación aportará a los estudiantes:

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Significativamente	40	80%
Más o menos	8	16%
De forma regular	2	4%
Se mantendrán igual	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

Fuente: Unidad Básica Paulino Milán Herrera, Escuelas: 24 de Mayo, 28 de Agosto, Benjamín Carrión y Teodoro Wolf

**Figura 5.** Aportación a los estudiantes.



### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:**

Este proyecto de investigación será de gran utilidad en especial a los docentes y eso logra reflejarse en la opción Significativamente con un 80% de aceptación al proyecto, pero el 16% cree que solo más o menos, el 4% de forma regular, mientras que el 0%, es decir ninguno cree que se mantendrán igual.

#### **4.5 ANÁLISIS COMPARATIVO, EVOLUCIÓN, TENDENCIA Y PERSPECTIVAS**

Si se mantuviese esta situación con los docentes de estas instituciones educativas, los resultados que obtendrán de los estudiantes serán muy pobres, con un conocimiento muy escaso y limitado, perjudicando el desarrollo de las destrezas necesarias para su vida actual y de adultez.

Por ello es muy necesaria la implementación de técnicas de concentración adecuadas para mejorar las condiciones y calidad de aprendizaje de estos educandos y desde luego los maestros tendrán que hacer uso oportuno de estas técnicas logrando así un trabajo de calidad.

#### **4.6 RESULTADOS**

1. El 64 % de los docentes considera que el bajo rendimiento escolar de los estudiantes se debe a la falta de concentración cuando se imparten las clases. El 20% cree que se debe a problemas familiares, el 14% a la deficiencia de nutrición. El 2% optó por ninguna de ellas.
2. El 74% cree que para mejorar la concentración es necesario utilizar técnicas oportunas, el 20% dice que hay que seleccionar estrategias adecuadas en los estudiantes, pero solo el 6% cree que es mejorar el proceso áulico.
3. El 64% de los docentes cree que se da el bajo rendimiento por no utilizar técnicas adecuadas, el 16% de los docentes no utiliza actividades lúdicas en su enseñanza, el 14% creen que es porque los estudiantes no ponen atención y el 6% porque les desagrada la materia.
4. El 78% de los docentes llama la atención al estudiante, solo el 10% corrigen las veces que sean necesarias, el 8% habla con el representante, mientras que tan solo el 4% trabaja con el estudiante que tenga falta de concentración y el 0% no tuvo opción por ninguna de ellas.
5. El 80% está de acuerdo que este proyecto aportara significativamente a la comunidad educativa, el 16% más o menos, el 4% de forma regular y el 0% que se mantendrán igual.

#### **4.7 VERIFICACIÓN DE HIPÓTESIS**

Al realizar la encuesta a directivos y docentes se evidenció lo planteado en las hipótesis de cómo la falta de concentración afecta al rendimiento académico por no aplicar técnicas adecuadas por parte de los docentes, así como la necesidad de ejecutar el proyecto de investigación de forma urgente, para mejorar su aplicación en las diversas áreas cognitivas y fortalecer el aprendizaje de los estudiantes.

## **CAPÍTULO V**

### **PROPUESTA**

#### **5.1 TEMA**

TALLER DE TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONCENTRACIÓN Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES

#### **5.2 FUNDAMENTACIÓN**

Luego de haber obtenido los resultados a través de las diferentes fases del proceso Investigativo se ha podido evidenciar la necesidad de implementar un taller de técnicas que mejoren la concentración de los estudiantes. Para los docentes el bajo rendimiento académico de los estudiantes constituye una gran preocupación, pues esto limita el aprendizaje progresivo de las mismas. De allí que es necesario están empapados con las tecnologías implicados en este proyecto investigativo de concentración. Es un proceso psíquico que consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un o actividad que se realice. Rendimiento académico:

Es la relación entre el obtenido y el esfuerzo implicado para obtenerlo. Es un nivel de éxito en la escuela o en el trabajo, etc. El rendimiento escolar sintetiza la acción del proceso educativo, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el estudiante, sino también por el conjunto de habilidades e intereses de cada uno de ellos. Es por ello que este proyecto de investigación presenta una propuesta orientadora que proporcione información y a la vez una alternativa de solución para los estudiantes

de forma específica en la Unidad Educativa N.- 22 "Paulino Milán Herrera" del cantón Milagro.

El rendimiento escolar sintetiza la acción del proceso educativo, no solo en el aspecto cognoscitivo logrado por el estudiante, sino también por el conjunto de habilidades, destrezas, aptitudes, ideales e intereses de cada uno de ellos. Pero la falta de concentración, no permite una correcta interiorización del aprendizaje, más aun cuando el aprendiente no se siente involucrado con la materia objeto de estudio. Esta dificultad de concentrarse, genera en el estudiante trastornos en diversas áreas como de Lengua y Literatura, Matemáticas, Estudios sociales y Ciencias Naturales.

Dejar todo a la memoria, significa para el niño o niña, no brindar la oportunidad para ser parte de ese aprendizaje, no disfrutarlo ni permitirse el desarrollo del pensamiento, a través de una crítica constructiva, análisis, reflexión, aplicando la lógica en cada nuevo aprendizaje.

Es por ello que el este proyecto de investigación presenta una propuesta orientadora que proporciona información y a la vez una alternativa de solución para los estudiantes de Educación Básica.

### **5.3 JUSTIFICACIÓN**

El estudio en la actualidad se constituye parte fundamental para el desarrollo integral del ser humano, y la profesionalización en la carrera seleccionada. Para ser un estudiante, o un profesional eficaz y eficiente, se necesita de prepararse adecuadamente, logrando que lo aprendido no sea para el momento, sino para el futuro.

Parte de esto se logra con el interés del aprehendiente, y con la concentración que ponga, obteniendo como contraparte el conocimiento, que da al estudiante la seguridad de aquello que conoce o sabe. Estos conocimientos logrados a través de técnicas oportunas para la concentración fortalecen en el ser humano además la autoestima, asegurando una personalidad apropiada, alcanzando metas en la vida.

Genera en el individuo la capacidad resolutoria que es algo que carecen muchos de los adultos por no haber sido estimulado dentro de las aulas escolares.

El estudiante puede obtener excelentes calificaciones, logradas por el estudio de memoria de asignaturas, con esta finalidad. Pero de ningún modo quiere decir que es una persona inteligente, con todas sus habilidades desarrolladas, ya que lo único que utiliza es su memoria inmediata. Un buen estudiante que utiliza las herramientas apropiadas como la concentración acumula conocimientos a lo largo de la vida, fortalece su personalidad, y la forma de apreciar las cosas.

Aquí radica la importancia de la concentración en el estudio porque genera un buen desempeño debido a las exigencias mentales que cada vez son mayores. Por lo que este desempeño debe estar a un máximo nivel para superar esos desafíos permanentes.

## **5.4 OBJETIVOS**

### **5.4.1 Objetivo General de la propuesta**

Proponer técnicas de concentración adecuadas a través de talleres para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica.

### **5.4.2 Objetivos Específicos de la propuesta**

- Determinar las técnicas de concentración adecuadas para el aprendizaje.
- Precisar la utilidad de técnicas oportunas para la concentración.
- Fomentar el uso de técnicas de concentración entre los estudiantes y docentes.

## **5.5 UBICACIÓN**

La propuesta se realizará en el octavo Año de Educación Básica de la Unidad Básica N° 22 “Paulino Milán Herrera”, ubicada en el cantón Milagro, provincia del Guayas, el plantel es de sostenimiento fiscal, ubicado en la zona urbana marginal, la población neta de la escuela es de 559 correspondiente a los estudiantes y 23 al personal docente incluido el director.

Cuenta con 17 paralelos de clase, la estructura es de construcción mixta y hormigón armado, labora en jornada matutina y vespertina, en dos secciones, se imparte educación hispana, su alumnado es mixto.

## **5.6 FACTIBILIDAD**

Una vez efectuado el análisis de los resultados, y con la aprobación del director y el acuerdo de los docentes del Octavo Año de Educación Básica, se considera que este proyecto es factible para su realización y comprobar la hipótesis planteada.

## **5.7 DESCRIPCION DE PROPUESTA**

Luego de verificar que los estudiantes no han aprovechado de forma apropiada el aprendizaje evidenciado por su bajo rendimiento académico, se seleccionó las técnicas adecuadas con la finalidad de socializar con los docentes y los estudiantes.

Se seleccionaron las técnicas apropiadas para el caso y se hará hincapié en la forma de estudiar, con pequeños ejercicios de concentración primero hasta llegar a otros con mayor complejidad. Los implicados son los estudiantes de octavo año de Educación Básica de la Unidad Educativa No. 22 “Paulino Milán Herrera” a partir del mes de Octubre del año lectivo 2011-2012.

### **5.7.1 Actividades**

- a) Visita a la institución educativa.
- b) Encuesta con el director y docentes.
- c) Aplicación de encuesta a los estudiantes.
- d) Análisis de las causas de la problemática.
- e) Selección de técnicas adecuadas para la concentración.
- f) Coordinación de las visitas para la socialización del proyecto
- g) Ejecución del proyecto.

### 5.7.2 Recursos, Análisis Financiero

**Cuadro 15.** Análisis financiero:

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>VALOR</b>
Digitación	\$85,00
Internet	\$20,00
Papelería	\$20,00
Copias	\$50,00
Viáticos	\$100,00
Imprevistos	\$60,00
<b>TOTAL</b>	<b>\$335,00</b>

### 5.7.3 Impacto

- Mejorar el nivel de concentración en los estudiantes para lograr un alto rendimiento académico.
- Las clases serán más motivadoras y dinámicas permitiendo alcanzar el disfrute de los estudiantes y un óptimo aprendizaje.
- Los estudiantes adoptarán técnicas de estudio tanto en el aula como en casa, logrando así una mejor organización en el estudio, lo cual aportará en su rendimiento académico.
- Los docentes conocerán técnicas de concentración oportunas que podrán ser utilizadas como recursos valiosos para la enseñanza. Mejorará en gran manera el ambiente áulico ya que el mantenerse ocupado aplicando técnicas de concentración oportunas evitará problemas de conducta



### 5.7.4 Cronograma

**Cuadro 1.** Cronograma de Actividades.

ACTIVIDAD	MESES																	
	JULIO			AGOSTO			SEPTIMBR E			OCTUBR E			NOVIEMBR E					
SELECCIÓN DEL PROBLEMA			X	X	X													
DISEÑO DEL PROYECTO							X	X	X	X								
PRESENTACIÓN, REVISIÓN Y APROBACIÓN										X	X							
TUTORÍAS										X	X	X						
APROBACIÓN DEL PROYECTO												X	X	X				
REVISIÓN DEL PROYECTO										X	X	X	X	X	X	X	X	
EJECUCIÓN DEL PROYECTO												X	X	X	X	X		
INFORME FINAL																	X	X

### 5.7.5 Lineamientos para evaluar la propuesta

Luego de haber propuesto diversas técnicas de concentración para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica y haber obtenido buenos resultados en su aplicación, será evaluado su progreso luego de 3 meses de haberlas aplicado en la institución educativa. La finalidad será comprobar que sigan empleando correctamente estas técnicas y verificar su adelantamiento en los estudiantes y docentes.

## PLAN DE LECCIÓN

**BLOQUE CURRICULAR:** Identidad y tradición

**TEMA:** La oración y sus elementos

**AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA:** Octavo

**TIEMPO APROXIMADO:** 1 hora

DESTREZAS	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES ESENCIALES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Elaborar oraciones mediante la observación de gráficos con el fin de establecer sus elementos de forma correcta.	<p><b>PRELECTURA</b> Dialogar sobre la oración en el desarrollo de diálogos diarios.</p> <p><b>LECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Leer un texto.</li> <li>✓ Formular oraciones acerca del texto.</li> <li>✓ Reconocer sus elementos.</li> <li>✓ Definir las funciones de sus elementos.</li> </ul> <p><b>POSTLECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Trabajar en parejas formulando oraciones señalando sus elementos.</li> </ul>	Gráficos Verbos Cuadernos Bolígrafos	Elabora oraciones mediante la observación de gráficos con el fin de establecer sus elementos de forma correcta.	<p><b>TÉCNICA:</b> Resumen</p> <p><b>INSTRUMENTO:</b> Lectura “Amor y Compromiso”</p>

## PLAN DE LECCIÓN

**BLOQUE CURRICULAR:** Identidad y tradición  
**AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA:** Octavo  
**TIEMPO APROXIMADO:** 1 hora

**TEMA:** Textos tradicionales, raíces de nuestra identidad

DESTREZAS	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
Leer textos tradicionales para identificar, con acierto sus características y comprender las raíces de nuestra identidad.	<p><b>PRELECTURA</b>                      Dialogar sobre los textos que caracterizan nuestra identidad cultural.</p> <p><b>LECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconocer los elementos explícitos el texto.</li> <li>✓ Identificar secuencias temporales y espaciales.</li> <li>✓ Analizar la estructura de los textos y examinar sus particularidades.</li> <li>✓ Valorar los textos tradicionales como elementos de nuestra identidad.</li> </ul> <p><b>POSTLECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Elaborar un esquema con las ideas principales y secundarias del texto.</li> </ul>	Textos Cuadernos Bolígrafos	<b>INDICADORES ESENCIALES</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>
			Lee textos tradicionales para identificar, con acierto sus características y comprender las raíces de nuestra identidad.	<p>TÉCNICA:                      Esquema</p> <p>INSTRUMENTO:                      Lectura “ La Chificha”</p>

## PLAN DE LECCIÓN

**BLOQUE CURRICULAR:** *Identidad y tradición*

**TEMA:** *Ecuador multilingüe y pluricultural.*

**AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA:** *Octavo*

**TIEMPO APROXIMADO:** *1 hora*

DESTREZAS	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
Comprender la importancia de las lenguas y nacionalidades de nuestro país mediante la reflexión para valorar nuestras costumbres y tradiciones.	<p><b>PRELECTURA</b> <i>Dialogar sobre las nacionalidades y lenguas que caracterizan nuestro país.</i></p> <p><b>LECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <i>Conocer las características de las diversas nacionalidades que conviven en el Ecuador.</i></li> <li>✓ <i>Reconocer la diversidad como un factor de riqueza cultural para el país.</i></li> <li>✓ <i>Valorar la lengua como un factor de identidad.</i></li> <li>✓</li> </ul> <p><b>POSTLECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <i>Leer un texto y subrayar las nacionalidades, culturas, lenguas y costumbres.</i></li> </ul>	<p><i>Textos</i> <i>Cuadernos</i> <i>Bolígrafos</i> <i>Regla</i></p>	<b>INDICADORES ESENCIALES</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS</b>
			<p><i>Comprende la importancia de las lenguas y nacionalidades de nuestro país mediante la reflexión para valorar nuestras costumbres y tradiciones.</i></p>	<p><b>TÉCNICA:</b> <i>Subrayado</i></p> <p><b>INSTRUMENTO:</b> <i>La diversidad lingüística y cultural del Ecuador.</i> <i>Grupos de la Sierra.</i> <i>Grupos de la Amazonia.</i> <i>Grupos de la Costa</i></p>

## PLAN DE LECCIÓN

**BLOQUE CURRICULAR:** Identidad y tradición

**TEMA:** A narrar un cuento

**AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA:** Octavo

**TIEMPO APROXIMADO:** 1 hora

DESTREZAS	ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN	
			INDICADORES ESENCIALES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
Producir textos narrativos mediante sus pasos con el fin de impulsar la imaginación y la creatividad.	<p><b>PRELECTURA</b> Dialogar sobre los textos narrativos más conocidos.</p> <p><b>LECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Seguir un proceso para escribir.</li> <li>✓ Conocer la estructura de un cuento.</li> <li>✓ Emplear estrategias para crear historias.</li> </ul> <p><b>POSTLECTURA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Extraer palabras desconocidas del cuento y buscarlas en el diccionario.</li> </ul>	Cuentos Cuadernos Bolígrafos Diccionario	Producir textos narrativos mediante sus pasos con el fin de impulsar la imaginación y la creatividad.	<p>TÉCNICA: Lectura comprensiva</p> <p>INSTRUMENTO: Cuento</p>

## CONCLUSIONES

La propuesta para la aplicación de técnicas para mejorar el rendimiento escolar se la concibió a partir de las observaciones realizadas en la Unidad Educativa, pudiendo así constatar que muchos de los problemas de bajo rendimiento se da por la falta de la aplicabilidad de estas técnicas por parte del docente.

Los resultados de las encuestas aplicadas a los estudiantes evidenciaron que en su gran mayoría tienen dificultades para concentrarse y seguir las instrucciones de sus maestros y lo que es peor aún no logran aprendizajes significativos. Además de identificar otros factores como la falta de motivación, conflictos familiares o emocionales así como una deficiente alimentación.

La concentración es un problema muy marcado en entre los estudiantes de la Unidad Básica N.- 22 “Paulino Milán Herrera” del cantón Milagro pues es notable el desconocimiento y la aplicabilidad de técnicas de concentración.

Se pudo constatar que los docentes no han implementado estas técnicas en su labor de docencia las cuales ayudan en el proceso de enseñanza – aprendizaje, es por ello que se ha presentado el bajo rendimiento académico.

En la encuesta aplicada a los docentes de diversas instituciones educativas se logró evidenciar que las técnicas de concentración para la enseñanza no están siendo las más apropiadas, incluso existe en un gran porcentaje el desconocimiento de ellas.

## RECOMENDACIONES

Se propone la utilización de las técnicas de concentración para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.

Los docentes deben estar en constante aplicación de estas técnicas incluyendo clases más motivadoras y dinámicas para mejorar el aprendizaje académico.

Continuar aplicando estas técnicas tanto los docentes como los estudiantes de las instituciones.

Por estas razones expuestas se recomienda:

Utilizar las técnicas de concentración adecuadas para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes y así propiciar y garantizar un buen aprendizaje.

## BIBLIOGRAFÍA

CONSTITUCIÓN DE LA REPUBLICA DEL ECUADOR: sección primera, art. 343.

CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA, capítulo III, art.37 y 38, literal a.

CULTURAL S.A: *Guía moderna de estudios, planificación, técnicas y metodología*, Equipo Cultural, España, 2005.

CULTURAL S.A: *Guía moderna de estudios, planificación, técnicas y metodología*, Equipo Cultural, España, 2005.

HUERTA, Fernández, 1983; 1998b).

KRELL, Dr. "Cómo conseguir una memoria extraordinaria". Revista Noticias - Año XXI Nº 1358 - Edición del 04-01-2003 - Editorial Perfil, 2003

LABINOWICZ, Ed: *Introducción a Piaget*, Pearson Addison Wesley, pag. 36 -37, 1998.

MEDINA RIVILLA, Antonio, y, SALVADOR MATA Francisco: *Didáctica General 2da edición*, Pearson Educación, España, 2009.

MOLÍNS, Pallares, "Controlar la ira menos enfados y mejor relación con los demás" año 1999 página. 22-26

NEGRETE, Jorge Alberto: "Estrategias para el Aprendizaje", Limusa Noriega Editores, México DF, año 2007, 160 p.

OCÉANO, Ed: *Enciclopedia de Pedagogía y Psicología*. Océano, 2005.

OCÉANO, Ed: *Enciclopedia de la Psicopedagogía, pedagogía y psicología*, Océano Centrum, Madrid, 2008.

PIZARRO, R., CLAKC, S. (1988): "Currículo del hogar y aprendizajes educativos. Intervención versus status". *Revista de psicología* de la Universidad de Chile 7, pág. 25-33.

SAEZ, Ángel: *Técnicas de es Estudio*, [http://.perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina\\_nueva\\_140.htm](http://.perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina_nueva_140.htm), extraído el 1 de noviembre de 2011.



# **ANEXOS**



**Figura 1.** Centro Educativo de Educación Básica No. 22 Paulino Milán Herrera.



**Figura 2.** Director del Centro Educativo N.- 22 "Paulino Milán Herrera" Ab. Homero Gómez.



**Figura 3.** Las egresadas con el Director de la Unidad Básica.



**Figura 4.** Egresadas con la docente de Lengua y Literatura



**Figura 5.** Aplicando las encuestas para el diagnóstico en los estudiantes de Octavo Año Básico.



**Figura 6.** Aplicando las encuestas para el diagnóstico en los estudiantes de Octavo Año Básico.



**Figura 7.** Aplicando la Técnica del Subrayado con los estudiantes.



**Figura 8.** Aplicando la Técnica del Subrayado con los estudiantes



**Figura 9.** Aplicando Técnicas de Relajación.



**Figura 10.** Aplicando Técnicas de Relajación



**Figura 11.** Aplicando la técnica del esquema con los estudiantes.



**Figura 12.** Aplicando la técnica del esquema con los estudiantes.



**Figura 13.** Dando a conocer en qué consiste la concentración y cómo afecta al rendimiento académico en los estudiantes.



**Figura 14.** Dando a conocer en qué consiste la concentración y cómo afecta al rendimiento académico en los estudiantes.





**Figura 15.** Trabajando con los estudiantes con la técnica de Resumen.

**ENCUESTA APLICADA A LOS DIRECTORES Y DOCENTES DE DIFERENTES INSTITUCIONES EDUCATIVAS ESCUELA FISCAL No. "28 DE AGOSTO"**



**Figura 16.** Directora encuestada de la Escuela Fiscal "28 de Agosto".



**Figura 17.** Docente encuestado de la Escuela Fiscal "28 de Agosto".



**Figura 18.** Docente encuestado de la Escuela Fiscal “Teodoro Wolf”.



**Figura 19.** Docente encuestada de la Escuela Fiscal “Teodoro Wolf”



**Figura 20.** Docente encuestado de la Escuela Fiscal “Benjamín Carrión”.



**Figura 21.** Docente encuestada de la Escuela Fiscal “Benjamín Carrión”.



**Figura 21.** Docente encuestada de la Escuela Fiscal “24 de Mayo”.



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN CONTINUA, A DISTANCIA Y**  
**POSTGRADO**

**ENCUESTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES**

Estimados docentes: La presente encuesta sirve como insumo para evidenciar la importancia de la concentración en el rendimiento académico de los estudiantes. Solicitamos a usted contestar las mismas. Muchas gracias.

- 1) Considera que bajo rendimiento académico de los estudiantes se debe a:
  - a) Deficiencia de nutrición.
  - b) Problemas familiares.
  - c) Falta de concentración.
  - d) Ninguna de ellas.
  - e) TodasOtras: \_\_\_\_\_
  
- 2) Para mejorar la concentración, el docente debe:
  - a) Seleccionar estrategias adecuadas.
  - b) Utilizar técnicas oportunas.
  - c) Mejorar el proceso áulico.
  - d) Ninguna de ellas.Otras: \_\_\_\_\_

3) La falta de concentración en los estudiantes es:

- a) Porque no ponen interés.
- b) Les desagradan las materias.
- c) Las actividades no son lúdicas.
- d) No se utilizan técnicas adecuadas.

Otras: \_\_\_\_\_

4) Usted como docente ha implementado las siguientes estrategias:

- a) Llama muchas veces la atención.
- b) Corrige las veces que sea necesario.
- c) Trabaja con aquel estudiante que tenga falta de concentración.
- d) Ninguna de ellas.
- e) Habla con el representante.

Otras: \_\_\_\_\_

5) En su opinión este proyecto de investigación aportara en los estudiantes.

- a) Significativamente.
- b) Más o menos.
- c) De forma regular.
- d) Se mantendrán igual.

Otras: \_\_\_\_\_



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN SEMIPRESENCIAL Y A**  
**DISTANCIA**

**ENCUESTA PARA LOS ESTUDIANTES**

1.- Cuando tu maestro-a explica la clase ¿se te hace fácil prestar atención?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

2.- Cuando tu maestro-a da la clase ¿tienes la costumbre de observar su rostro?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

3.- ¿Crees que basta con leer una sola vez un escrito para asimilar la información?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

4.- Cuando tu maestro-a da una orden o instrucción ¿la entiendes de inmediato?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

5.- Las clases que tú recibes ¿son motivadoras y divertidas?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

6.- Te resultan interesante las clases que recibes?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA



7.- Consideras que los alimentos en tu hogar son saludables?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

8.- ¿Estoy pasando por conflictos con mis padres, hermanos, novio-a, compañeros, etc.?

SIEMPRE  CASI SIEMPRE  A VECES  NUNCA

9.- ¿Cuántas horas duermes diariamente?

Yo duermo \_\_\_\_\_ horas diarias.

# **TALLER DE TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONCENTRACIÓN**

## **TÉCNICAS PARA MEJORAR LA CONCENTRACIÓN EN EL ESTUDIO**

La técnica de estudio que se emplea tiene importancia decisiva, ya que serán quienes provoquen el aprendizaje, el cual va a estimular la comprensión y asimilación de aquel objeto de estudio.

Es vital adquirir conocimientos, de manera firme, sistemática y lógica y organizada, ya que la desorganización de los contenidos impide su fácil asimilación y se olvidan con facilidad.

Las siguientes son recomendaciones para el estudio eficaz:

- Tener los materiales de trabajo en manera ordenada para evitar pérdida de tiempo y así distraer la mente.
- Crear un horario de estudio distribuyendo el tiempo de manera que se establezcan prioridades en las tareas.
- Escoger el momento adecuado para realizar las tareas.
- Relajarse para impedir que la mente este cansada y no resulte muy agotador el trabajo.
- Haber de descansado lo suficiente pues estímulo será lento y el rendimiento no será el mismo.
- No tratar de hacer varias tareas a la vez pues al final ninguna resultará como se esperaba.
- Trate de quitar de su mente las preocupaciones y angustias, estas no permiten el equilibrio mental y hacen que sueñe despierto.
- Tómese periodos de descanso de unos cinco minutos cada dos horas.
- Interésese en lo que está haciendo, en este caso la materia de estudio, trate de sacar lo interesante y positivo de lo implicado.
- Tener un buen método y hábitos de estudio.
- Tome breves apuntes de lo más relevante para luego ser analizado con facilidad. La propuesta de trabajo es la siguiente:

1. Pre lectura

2. Notas al margen

3. Lectura comprensiva
4. Subrayado
5. Esquema
6. Resumen
7. Memorización

### **Organización y Planificación**

Es necesario disponer de una planificación del estudio en la que estén comprendidos los contenidos de las distintas asignaturas, repartidos convenientemente, con arreglo a una distribución del tiempo bien pensada. Para ellos es necesario establecer un horario que ayude a crear un hábito de estudio diario y que evite perder tiempo innecesario. Para elaborar un horario se debe tener en cuenta:

- Debe tener carácter semanal.
- A la hora de estructurarlo hay que tener en cuenta todas las ocupaciones fijas que hace, es decir, las actividades extraescolares,
- Decidir cuánto tiempo se va a designar para cada asignatura.
- El grado de dificultad que presenta la asignatura.
- Alternar aquellas asignaturas que son de agrado con las que presentan un mayor esfuerzo.
- El horario debe ser flexible y realista, esto significa que no tiene que ser tan duro que sea imposible de cumplir.
- Tenerlo siempre a mano y a la vista.

### **Programación a largo plazo**

Puede hacerse de forma muy general planificando el curso completo o por evaluaciones, con el fin de saber cómo, cuándo debe estudiar, con qué medios hacerlo y que dificultades debe superar.

## Programación a corto plazo

### Planificación semanal

Una buena forma de estudiar consiste en trabajar bien durante toda la semana y descansar los sábados por la tarde y los domingos (para relajar la mente y comenzar la semana en plena forma física y psíquica).

Para comenzar la semana, el estudiante debe procurar distribuir el tiempo disponible entre las diversas tareas de las asignaturas que componen el curso. La distribución de las horas entre las asignaturas dependerá de su importancia, dificultad y de la inminencia de un examen o trabajo que haya que preparar.

### HORARIO DE PLANIFICACIÓN SEMANAL

SEMANA DEL \_\_\_\_\_ AL \_\_\_\_\_ DEL \_\_\_\_\_

DÍA	TAREAS	MATERIAS	CUMPLIDOS
LUNES			
MARTES			
MIÉRCOLES			
JUEVES			
VIERNES			
SÁBADO			
DOMINGO			

#### El plan diario de trabajo:

Es aconsejable que realizar un plan de actividades a cumplir cada día. Es importante que este plan sea por escrito. A la hora de realizar el plan diario de trabajo conviene tener en cuenta lo siguiente: comenzar con materias o trabajos de dificultad media, continuar con la más difícil y terminar con la más fácil.<sup>15</sup>

<sup>15</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/planificacion>.

**Lectura comprensiva:** La lectura comprensiva tiene por objeto la interpretación y comprensión crítica del texto, así se podría decir que en ella el lector no es un ente pasivo, sino activo en el proceso de la lectura, es decir que descodifica el mensaje, lo interroga, lo analiza, lo critica, etc. Se denomina lectura comprensiva a la aproximación a un texto que persigue la obtención de una visión más analítica del contenido del texto

### **Pasos para una lectura comprensiva:**

Para comenzar con el entrenamiento de las habilidades que exigen esta técnica, debe conocer los pasos para llegar a la lectura comprensiva:

- ¿Qué me expresa el título?
- ¿Sobre qué pienso que hablará el texto?
- ¿Qué quiere significar dicho título?
- ¿Qué idea general obtuve de esta primera lectura?
- ¿De qué habla el texto?
- De cada párrafo que leo, ¿qué es lo esencial y qué lo secundario? Subráyelo (Colocar al margen con abreviaturas, la síntesis de lo que es esencial en cada párrafo)
- Una vez subrayado el texto. ¿qué técnica elige para seguir analizándolo?
- (Resumen, Síntesis, Cuadro Sinóptico, Cuestionario)
- ¿Qué recuerda del análisis realizado? (Fije sus ideas).<sup>16</sup>

### **El subrayado**

Consiste en poner una raya debajo de las palabras que consideramos más importantes de un tema.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup> [http://www.educarecuador.ec/\\_upload/LECTURA%20COMPRESIVA.pdf](http://www.educarecuador.ec/_upload/LECTURA%20COMPRESIVA.pdf).

<sup>17</sup> <http://www.terra.es/personal3/orluisbu/subrayad.htm>

## **¿Qué es subrayar?**

Es destacar mediante un trazo (líneas, rayas u otras señales) las frases esenciales y palabras claves de un texto.

## **¿Por qué es conveniente subrayar?**

- Porque llegamos con rapidez a la comprensión de la estructura y organización de un texto.
- Ayuda a fijar la atención.
- Favorece el estudio activo y el interés por captar lo esencial de cada párrafo.
- Se incrementa el sentido crítico de la lectura porque destacamos lo esencial de lo secundario.
- Una vez subrayado podemos reparar mucha materia en poco tiempo.
- Es condición indispensable para confeccionar esquemas y resúmenes.
- Favorece la asimilación y desarrolla la capacidad de análisis y síntesis.

## **¿Qué debemos subrayar?**

- La idea principal, que puede estar al principio, en medio o al final de un párrafo. Hay que buscar ideas.
- Palabras técnicas o específicas del tema que estamos estudiando y algún dato relevante que permita una mejor comprensión.
- Para comprobar que hemos subrayado correctamente podemos hacernos preguntas sobre el contenido y si las respuestas están contenidas en las palabras subrayadas entonces, el subrayado estará bien hecho.

## **¿Cómo detectamos las ideas más importantes para subrayar?**

- Son las que dan coherencia y continuidad a la idea central del texto.
- En torno a ellas son las que giran las ideas secundarias.

### **¿Cómo se debe subrayar?**

- Mejor con lápiz que con bolígrafo, sólo los libros propios.
- Utilizar lápices de colores. Un color para destacar las ideas principales y otro distinto para las ideas secundarias.
- Sí utilizamos un lápiz de un único color podemos diferenciar el subrayado con distintos tipos de líneas.

### **¿Cuándo se debe subrayar?**

- Nunca en la primera lectura, porque podríamos subrayar frases o palabras que no expresen el contenido del tema.
- Las personas que están muy entrenadas en lectura comprensiva deberán hacerlo en la segunda lectura.
- Las personas menos entrenadas en una tercera lectura.
- Cuando conocemos el significado de todas las palabras en sí mismas y en el contexto en que se encuentran expresadas.<sup>18</sup>

### **El esquema:**

Trata de expresar gráficamente y debidamente jerarquizadas las diferentes ideas de un tema. Es la estructura del mismo. Existen diferentes tipos de esquemas.<sup>19</sup>

### **¿Qué es un Esquema?**

Es la expresión gráfica del subrayado que contiene de forma sintetizada las ideas principales, las ideas secundarias y los detalles del texto.

**¿Por qué es importante realizar un esquema?** Porque permite que de un sólo vistazo obtengamos una clara idea general del tema, seleccionemos y

---

<sup>18</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/subrayado>

<sup>19</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/esquema>



profundicemos en los contenidos básicos y analicemos para fijarlos mejor en nuestra mente.

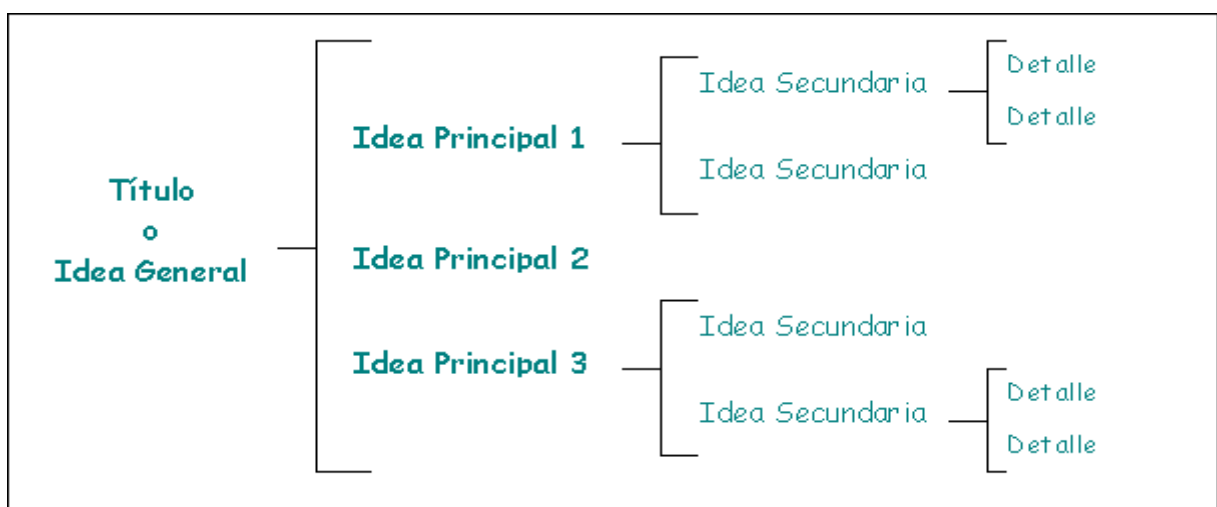
### ¿Cómo realizamos un esquema?

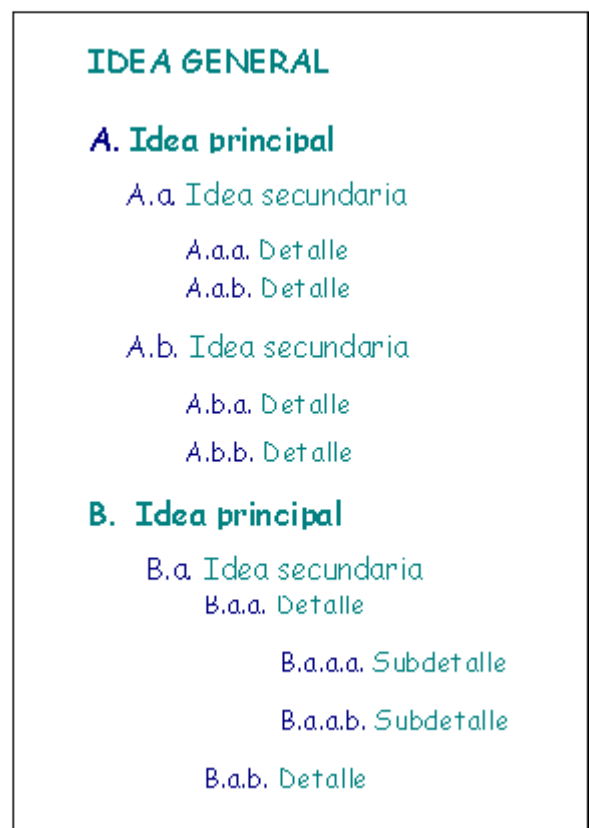
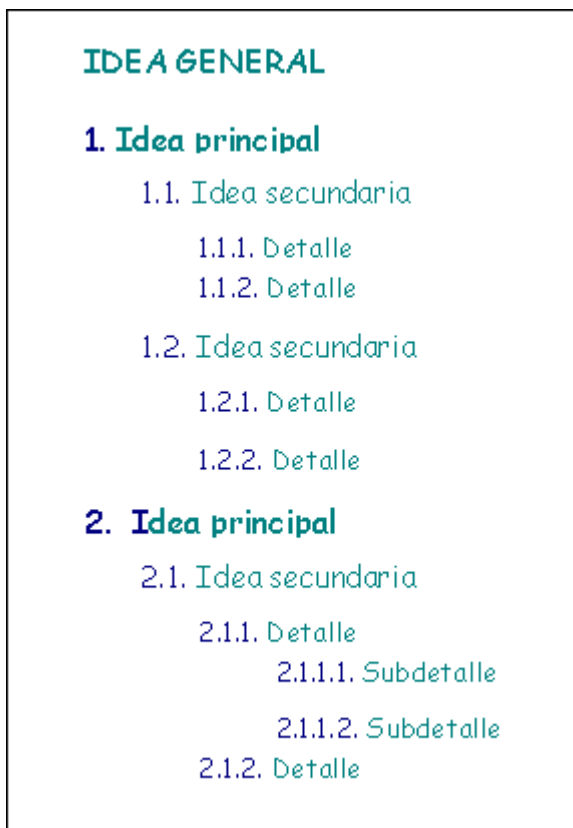
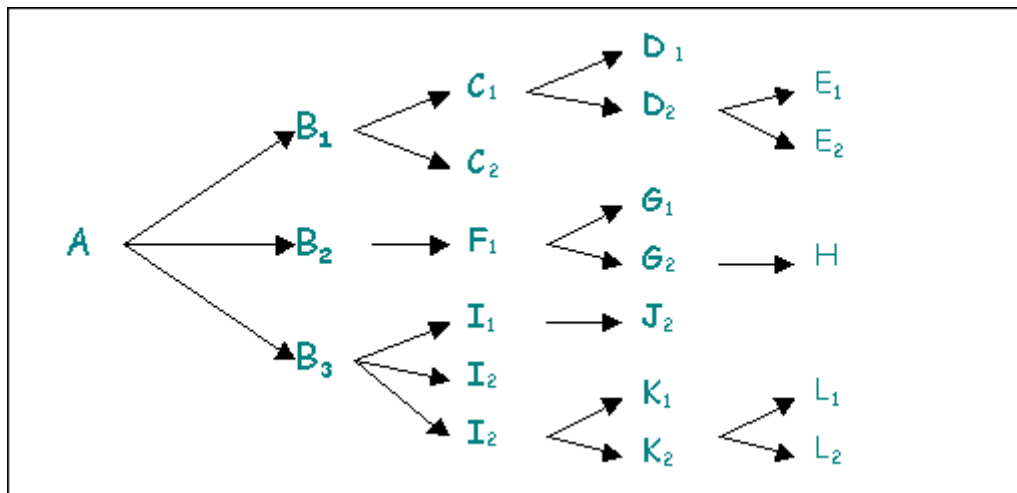
- Elaborar una lectura comprensiva y realizar correctamente el subrayado para jerarquizarlo bien los conceptos (Idea Principal, secundaria...)
- Emplear palabras claves o frases muy cortas sin ningún tipo de detalles y de forma breve.
- Usa tu propio lenguaje expresiones, repasando los epígrafes, títulos y subtítulos del texto.
- Atendiendo a que el encabezamiento del esquema exprese de forma clara la idea principal y que te permita ir descendiendo a detalles que enriquezca esa idea.
- Por último elige el tipo de esquema que vas a realizar.

### Tipos de Esquemas

Hay mucha variedad de esquemas que pueden adaptarse, sólo, depende de tu creatividad, interés o de la exigencia de tu materia.

Te presentamos algunos modelos:





20

<sup>20</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/esquema>

## El Resumen

Es extraer de un texto todo aquello que nos interesa saber y queremos aprender. Se escribe lo subrayado añadiendo las palabras que faltan para que el texto escrito tenga sentido.<sup>21</sup>

El último paso para completar el éxito de nuestro método de estudio es el resumen.

Primero hemos leído el texto (mediante pre lectura y lectura comprensiva), lo hemos comprendido a la perfección, lo hemos subrayado y realizado un esquema con las ideas más destacadas de su contenido.

Pues bien, el siguiente paso consiste, sencillamente, en realizar una breve redacción que recoja las ideas principales del texto pero utilizando nuestro propio vocabulario. Pero hay que tener cuidado porque si al resumen se incorporan comentarios personales o explicaciones que no corresponden al texto, tenemos un resumen comentado.

Para hacer un buen resumen has de tener presente los siguientes puntos:

- Debes ser objetivo.
- Tener muy claro cuál es la idea general del texto, las ideas principales y las ideas secundarias.
- Has de tener siempre a la vista el esquema.
- Es necesario encontrar el hilo conductor que une perfectamente las frases esenciales.
- Enriquece, amplía y complétalo con anotaciones de clase, comentarios del profesor, lecturas relacionadas con el tema de que se trate y, sobre todo, con tus propias palabras.
- Cuando resumas no has de seguir necesariamente el orden de exposición que aparece en el texto. Puedes adoptar otros criterios, como por ejemplo, pasar de lo particular a lo general o viceversa.

---

<sup>21</sup> [http://escuelas.consumer.es/web/es/aprender\\_a\\_aprender/tecnica3/](http://escuelas.consumer.es/web/es/aprender_a_aprender/tecnica3/)

- Debe ser breve y presentar un estilo narrativo.<sup>22</sup>

## **Memorización**

Es la facultad para grabar imágenes de objetos, prácticas, impresiones o ideas en ausencia de las fuentes que les dieron principio.

### **Fases de la Memorización**

Para conseguir un proceso de memoria comprensiva, debemos contemplar tres fases de memorización:

1. **Fijar.** Adquirir los contenidos y fijarlos en nuestra mente. Constituye la primera lectura o acercamiento al tema. En esta fase utilizaremos subrayados, esquemas o resúmenes.
2. **Retener.** La retención está íntimamente ligada a la atención. También puede adquirirse con la repetición. La relectura se hará a partir de los subrayados y notas anteriores.
3. **Evocar o recordar.** Aquellos que hemos almacenado se encuentra en algunos de los cajones de nuestra mente. Para utilizarlos precisamos sacar a la luz los conocimientos que ya hemos aprehendido a través de la fijación y la retención.<sup>23</sup>

### **Técnicas de relajación**

Es conveniente para aquellos alumnos nerviosos y preocupados el practicar diariamente una o dos sesiones de ejercicios de relajamiento que pueden durar de diez a quince minutos.

---

<sup>22</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/resumen>

<sup>23</sup> [http://www.profes.net/variados/minisites/aprender/contficha.asp?id\\_contenido=238&cat=C%F3mo+mejorar+la+memoria&seccion=](http://www.profes.net/variados/minisites/aprender/contficha.asp?id_contenido=238&cat=C%F3mo+mejorar+la+memoria&seccion=)

Una de las técnicas para que los niños se relajen es llevándoles al patio del plantel y acostarse en el suelo extendiendo sus brazos y cerrando sus ojos. En ese momento los niños pensarán en un paisaje hermoso que sea de su agrado.

Condiciones para la relajación:

- Buscar un lugar silencioso y solitario
- Escoger, a ser posible, un ambiente natural: el azul del cielo y el verde del campo (que son los colores más relajantes)
- Conseguir un ambiente de penumbra u oscuro que nos proteja de la distracción que provoca la luz.
- Evitar las molestias tanto del calor como del frío, pues uno y otro impiden la concentración.

### **Ejercicios de respiración**

El cansancio y la fatiga en el estudio provienen muchas veces de una mala ventilación. Para mejorar puedes realizar el siguiente ejercicio de respiración:

- Túmbate de espaldas con la nuca apoyada en el suelo, las rodillas flexionadas y los brazos extendidos a lo largo del cuerpo. Cierra los ojos, entreabre la mandíbula y relaja la lengua y los labios. Concéntrate sólo en tu respiración durante tres o cuatro minutos.
- Inspira por la nariz lenta y profundamente contando hasta cinco. Contén la respiración tan sólo un segundo, y espira despacio por la nariz contando de nuevo hasta cinco.

### **Dormir bien**

El estudiante debe aprovechar las horas del día sin tener que quitar horas al sueño. Tu trabajo intelectual (clases o estudio) no puede ser eficaz si antes no satisfaces la necesidad de descanso. Normalmente, ocho horas pueden ser las adecuadas para un estudiante.

Para dormir bien puedes recurrir a estos medios:

- Practica previamente los ejercicios de relajación básica que te hemos apuntado.
- Para favorecer la relajación antes de acostarse es bueno un baño de agua tibia pero no es aconsejable permanecer más de diez minutos dentro del agua.
- Un vaso de leche caliente antes de acostarse también favorece el sueño.
- Dos horas antes de acostarte debes ir abandonando tu actividad normal para dar paso a un reposo gradual. La lectura relajada y una música serena son buenos preludios para un dulce sueño.
- No dejes nada para consultar con la almohada. Al concluir la jornada, se acabaron los problemas.
- Adopta por costumbre una hora fija para acostarte y otra fija para levantarte<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> <http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/tecnicas-de-relajacion>

## BIBLIOGRAFÍA ELECTRÓNICA

<http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/planificacion>

<http://www.educarecuador.ec/upload/LECTURA%20COMPENSIVA.pdf>

<http://www.terra.es/personal3/orluisbu/subrayad.htm>

<http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/subrayado>

<http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/esquema>

<http://www.psicopedagogia.com/tecnicas-de-estudio/esquema>

[http://escuelas.consumer.es/web/es/aprender\\_a\\_aprender/tecnica3/](http://escuelas.consumer.es/web/es/aprender_a_aprender/tecnica3/)

[http://www.profes.net/variados/minisites/aprender/conficha.asp?id\\_contenido=238&cat=C%F3mo+mejorar+la+memoria&seccion=](http://www.profes.net/variados/minisites/aprender/conficha.asp?id_contenido=238&cat=C%F3mo+mejorar+la+memoria&seccion=)

